



**100**  
1922 - 2022

# Neges Heddwch ac Ewyllys Da Peace and Goodwill Message



## ਜਲਵਾਯੂ ਸੰਕਟਕਾਲ

ਘੜੀ ਟਿਕ-ਟਿਕ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ।  
ਅਤੇ ਸਾਡਾ ਵਿਸ਼ਵ ਜਲ ਰਿਹਾ ਹੈ।  
ਇਹ ਜਾਗਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੈ।

ਹੜ੍ਹ, ਅੱਗ, ਭੁੱਖਮਰੀ ਅਤੇ ਗਰੀਬੀ,  
ਇਹ ਸਾਡੀ ਅਸਲੀਅਤ ਹੈ।

ਪਰਵਾਸ, ਸੰਘਰਸ਼ ਅਤੇ ਵਿਸਥਾਪਨ,  
ਕੀ ਇਹੀ ਸਾਡਾ ਭਵਿੱਖ ਹੈ?

ਅਸੀਂ ਅਜੇ ਵੀ ਸੱਤਾ ਵਿਚ ਰਹਿਣ  
ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਗੱਲਾਂ ਕਿਉਂ ਸੁਣ ਰਹੇ ਹਾਂ?

ਅਸੀਂ ਅਜੇ ਵੀ ਕਿਉਂ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ  
ਅਸੀਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹਾਂ?

ਇਹ ਜਾਗਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੈ।  
ਇਹ ਬਦਲਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਚੱਲ ਸਕਦੇ।  
ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਚੋਣ ਦਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ,  
ਹੌਲੀ ਕਰਨ ਲਈ, ਸਾਡੀ ਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ,  
ਸੋਚਣ ਲਈ,  
ਵੱਧ ਖਪਤ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ।

ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੀਂ ਦੁੱਖ ਝੱਲਣ ਵਾਲੇ ਪਹਿਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨਹੀਂ ਹੋਵਾਂਗੇ।

ਅਤੇ ਇਸ ਲਈ ਇੱਥੇ ਸਾਡੇ ਰਹਿਣ  
ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਨੂੰ ਬਦਲਣਾ ਅਤੇ ਗਲੋਬਲ  
ਸਾਊਥ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਖ਼ਾਤਰ ਇੱਕ ਪ੍ਰਣਾਲੀਗਤ  
ਤਬਦੀਲੀ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਨਾ ਸਾਡਾ ਵਾਅਦਾ ਹੈ।  
ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਖ਼ਾਤਰ।

ਅਸੀਂ ਛੋਟੇ ਬਦਲਾਅ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ  
ਆਪ ਤੋਂ ਸੁਰੂਆਤ ਕਰਾਂਗੇ  
ਅਤੇ ਵੱਡੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨਾਂ  
ਅਤੇ ਸਿਆਸਤਦਾਨਾਂ 'ਤੇ ਦਬਾਅ ਪਾ ਰਹੇ ਹਾਂ।

ਇਹ ਸਾਡਾ ਵਾਅਦਾ ਹੈ।  
ਤੁਹਾਡਾ ਕੀ ਹੈ?

ਇਹ ਜਾਗਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੈ।



## Yr Argyfwng Hinsawdd

Mae'r cloc yn ticio  
Ac mae'n byd ni ar dân.  
Mae'n amser deffro.

Llifogydd, tanau, newyn, a thlodi,  
dyma ein realiti ni.

Mudo, gwrthdaro, dadleoli,  
ai dyma ein dyfodol ni?  
Pam ein bod ni'n dal i wrando  
ar bla bla bla'r rhai mewn pŵer?  
Pam ein bod ni'n dal i gredu  
y gallwn brynu ein ffordd allan?

Mae'n amser deffro.  
Mae'n amser addo i newid.

Fedrwn ni ddim cario 'mlaen fel hyn.  
Mae gennym ni'r faint i arafu,  
i leihau ein defnydd,  
i feddwl.  
i stopio'r cynnydd.

Achos nid ni fydd yn dioddef yn gyntaf.  
Felly dyma ein haddewid  
i newid ein ffordd o fyw  
a galw am newid systemig  
er mwyn y rheiny yng ngwledydd y De Byd-eang.  
Er mwyn dyfodol ein cartref.

Dechreuwn wrth ein traed  
gan wneud y pethau bychain  
A rhown bwysau ar gwmiâu a gwleidyddion  
i wneud y pethau mawr.

Dyma'n haddewid ni.  
Beth yw dy addewid di?  
Mae'n amser deffro.

### ਹੋਰ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ:

ਆਪਣਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦਾ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਸੰਦੇਸ਼ ਪੜ੍ਹਣਾ ਰਿਕਾਰਡ ਕਰੋ ਅਤੇ 18 ਮਈ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ -  
#Heddwch100 #Punjabi#India ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ @Urdd ਨੂੰ ਟੈਗ ਕਰੋ

### ਤੁਹਾਡੇ ਹਵਾਲੇ ਰੀ-ਟਵੀਟ ਲਈ ਸੁਝਾਏ ਗਏ ਟੈਕਸਟ:

@Urdd ਦੇ ਇਸ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸ਼ਾਂਤੀ ਅਤੇ ਸਦਭਾਵਨਾ ਸੰਦੇਸ਼ 'ਤੇ ਇੱਕ ਨਜ਼ਰ ਮਾਰੋ। ਇੱਥੇ  
#Punjabi ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। #Heddwch100 #Punjabi #India

ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਧੰਨਵਾਦ।



@Urdd



Urdd Gobaith Cymru



@urddgobaithcymru

#Heddwch100

heddwch@urdd.org

www.urdd.cymru/heddwch

**WOLFESTONE //**

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੌਂਸਿਲ ਅਤੇ ਵੈਲਸ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਸਮੱਰਥਿਤ