पंजाब केसरी
MON,22 JUNE 2026
EDITION: KANGRA KESARI, PAGE NO. 4

डी.एल.एड. वार्षिक परीक्षाओं के लिए आवेदन 1 जुलाई से, 1000 रुपए शुल्क निर्धारित

धर्मशाला, 21 जून (सुनील): हिमाचल प्रदेश स्कूल शिक्षा बोर्ड द्वारा अक्तूबर 2026 में आयोजित होने वाली डी.एल.एड. वार्षिक परीक्षाओं के लिए आवेदन प्रक्रिया की तिथियां घोषित कर दी गई हैं। परीक्षा के लिए पात्र प्रशिक्षुओं से परीक्षा शुल्क और प्रवेश पत्र ऑनलाइन माध्यम से स्वीकार किए जाएंगे। इसके लिए आवेदन प्रक्रिया आगामी 1 जुलाई से शुरू होकर 31 जुलाई तक चलेगी।

यह प्रक्रिया डी.एल.एड. प्रथम वर्ष बैच 2025-27 और द्वितीय वर्ष बैच 2024-26 के नियमित छात्रों के लिए होगी। बोर्ड द्वारा इन परीक्षाओं के लिए परीक्षा शुल्क 1000 रुपए निर्धारित किया गया है। सभी संबंधित शिक्षण संस्थानों को निर्देश दिए गए हैं कि वे निर्धारित समय के भीतर अपने पात्र प्रशिक्षुओं के आवेदन और शुल्क ऑनलाइन जमा करना सुनिश्चित करें। अंतिम तिथि के बाद किसी भी तरह का आवेदन स्वीकार नहीं किया जाएगा।

सभी शिक्षण संस्थान और प्रशिक्षु समय रहते आवेदन प्रक्रिया को पूरा कर लें। योग हमारी संस्कृति की अमूल्य धरोहर है, जो तनावपूर्ण जीवनशैली के बीच स्वस्थ जीवन का आधार है। विशेषकर विद्यार्थियों के लिए योग बेहद लाभकारी है, क्योंकि यह पढ़ाई के प्रति एकाग्रता, अनुशासन और मानसिक क्षमता को बढ़ाता है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 भी छात्रों के इसी समग्र विकास और शारीरिक-मानसिक स्वास्थ्य पर बल देती है।

– **डॉ. राजेश शर्मा**, अध्यक्ष, हिमाचल प्रदेश स्कूल शिक्षा बोर्ड धर्मशाला

Apka Faisla 22-06-2026

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर स्वस्थ जीवनशैली अपनाने का आह्वान

धर्मशाला, (आपका फैसला)। हिमाचल प्रदेश स्कूल शिक्षा बोर्ड, धर्मशाला के अध्यक्ष डॉ. राजेश शर्मा ने अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर प्रदेशवासियों, विद्यार्थियों, शिक्षकों एवं कर्मचारियों को शुभकामनाएं देते हुए कहा कि योग भारतीय संस्कृति की अमूल्य धरोहर है, जो शारीरिक, मानसिक एवं आध्यात्मिक स्वास्थ्य के संतुलित विकास का प्रभावी माध्यम है। डॉ. शर्मा ने कहा कि वर्तमान समय में तनावपूर्ण जीवनशैली, प्रतिस्पर्धा एवं तकनीकी व्यस्तताओं के बीच योग स्वस्थ एवं संतुलित जीवन का आधार बनकर उभरा है। नियमित योगाभ्यास न केवल शरीर को स्वस्थ रखता है, बल्कि एकाग्रता, आत्मविश्वास एवं सकारात्मक सोच को भी विकसित करता है। विद्यार्थियों के लिए योग विशेष रूप से लाभकारी है, क्योंकि इससे उनकी मानसिक क्षमता, अनुशासन एवं अध्ययन के प्रति एकाग्रता में वृद्धि होती है। उन्होंने कहा कि राष्ट्रीय शिक्षा नीति-2020 भी विद्यार्थियों के समग्र विकास पर बल देती है, जिसमें शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य को विशेष महत्व दिया गया है। योग इसी दिशा में एक महत्वपूर्ण साधन है, जो युवा पीढ़ी को स्वस्थ, जागरूक एवं जिम्मेदार नागरिक बनाने में सहायक सिद्ध हो सकता है। बोर्ड अध्यक्ष ने सभी विद्यार्थियों, शिक्षकों एवं अभिभावकों से अपने दैनिक जीवन में योग को अपनाने का आग्रह करते हुए कहा कि स्वस्थ शरीर एवं स्वस्थ मन ही एक समृद्ध समाज और सशक्त राष्ट्र की आधारशिला है।

डिजिटल अख़बार
पहली नज़र
सबसे पहले, सबसे तेज
21 जून, 2026 www.pehalinazar.com pehalinazarhp@gmail.com
पहली नज़र
आज की ताजा ख़बर देखते रहिए
डिजिटल न्यूज़ पेपर पहली नज़र के साथ

इंडियन एसोसिएशन ऑफ डायलिसिस टेक्नोलॉजिस्ट्स द्वारा हिमाचल प्रदेश में सतत डायलिसिस शिक्षा कार्यक्रम का सफल आयोजन

पहली नजर ब्यूरो, कांगड़ा

इंडियन एसोसिएशन ऑफ डायलिसिस टेक्नोलॉजिस्ट्स नई दिल्ली द्वारा हिमाचल प्रदेश चैप्टर के डायलिसिस टेक्नोलॉजिस्ट्स के लिए सतत डायलिसिस शिक्षा कार्यक्रम का सफल आयोजन किया गया। यह कार्यक्रम श्री बाला जी हॉस्पिटल, हिमाचल प्रदेश के अध्यक्ष डॉ. राजेश शर्मा के सहयोग से आयोजित किया गया।

इस कार्यक्रम के सफल आयोजन में डॉ. राजेश शर्मा का विशेष सहयोग रहा। कार्यक्रम का नेतृत्व वरिष्ठ डायलिसिस टेक्नोलॉजिस्ट श्याम लाल तथा IADT की समर्पित टीम ने किया। यह शैक्षणिक कार्यक्रम IADT के राष्ट्रीय अध्यक्ष गिरीश शर्मा एवं महासचिव श्री हरि रागी के मार्गदर्शन में संपन्न हुआ।

डॉ. राजेश शर्मा का रहा कार्यक्रम को सफल बनाने में विशेष सहयोग

100 से अधिक डायलिसिस टेक्नोलॉजिस्ट्स ने लिया कार्यक्रम में भाग

इस शैक्षणिक कार्यक्रम को प्रदेशभर से डायलिसिस टेक्नोलॉजिस्ट्स का उत्साहपूर्ण सहयोग मिला। राज्य के विभिन्न क्षेत्रों से 100 से अधिक डायलिसिस टेक्नोलॉजिस्ट्स ने इसमें भाग लेकर कार्यक्रम को सफल बनाया।

सम्मेलन के दौरान डायलिसिस तकनीक से जुड़े विभिन्न महत्वपूर्ण विषयों पर विशेषज्ञों ने विस्तृत जानकारी साझा की। इनमें डायलिसिस के क्षेत्र में नवीनतम तकनीकी प्रगति, सर्वोत्तम कार्य-पद्धतियां रोगी सुरक्षा, संक्रमण नियंत्रण तथा डायलिसिस टेक्नोलॉजिस्ट्स के व्यावसायिक विकास जैसे महत्वपूर्ण विषय शामिल रहे।

यह कार्यक्रम ज्ञानवर्धक एवं अत्यंत लाभकारी सिद्ध हुआ। इसने डायलिसिस टेक्नोलॉजिस्ट्स को ज्ञान के आदान-प्रदान, व्यावसायिक नेटवर्किंग तथा अपने कौशल और दक्षता को और अधिक विकसित करने का उत्कृष्ट अवसर प्रदान किया।

सभी का व्यक्त किया आभार

कार्यक्रम के समापन पर इंडियन एसोसिएशन ऑफ डायलिसिस टेक्नोलॉजिस्ट्स (IADT), नई दिल्ली ने सभी प्रतिभागियों, विशेषज्ञ वक्ताओं एवं आयोजन समिति का आभार व्यक्त करते हुए भारत में डायलिसिस सेवाओं की गुणवत्ता एवं उत्कृष्टता को बढ़ावा देने के लिए निरंतर शिक्षा कार्यक्रम आयोजित करने की अपनी प्रतिबद्धता दोहराई।

भरमौर से डॉ. राजेश शर्मा का बड़ा संदेश: शिक्षा में पारदर्शिता, संस्कार और गुणवत्ता हमारी सर्वोच्च प्राथमिकता

दैनिक जागो वर्ल्ड! धर्मशाला/ राकेश कुमार

हिमाचल प्रदेश स्कूल शिक्षा बोर्ड के अध्यक्ष डॉ. राजेश शर्मा ने शनिवार को जनजातीय क्षेत्र भरमौर के राजकीय वरिष्ठ माध्यमिक ड बोर्डिंग स्कूल का दौरा कर शैक्षणिक गतिविधियों का जायजा लिया। इस दौरान उन्होंने स्कूल प्रबंधन, शिक्षकों और विद्यार्थियों के साथ सीधा संवाद स्थापित करते हुए शिक्षा व्यवस्था से जुड़े विभिन्न पहलुओं पर चर्चा की।डॉ. राजेश शर्मा ने स्कूल परिसर का निरीक्षण किया और विद्यार्थियों से रू-ब-रू होकर उनकी पढ़ाई, परीक्षाओं तथा भविष्य की योजनाओं को लेकर सवाल-जवाब किए। उन्होंने कहा कि शिक्षा बोर्ड का उद्देश्य विद्यार्थियों और स्कूल प्रबंधन के बीच ऑनलाइन एवं ऑफलाइन माध्यमों से पारदर्शी संवाद स्थापित करना है, ताकि छात्रों को बेहतर शैक्षणिक वातावरण और सुविधाएं उपलब्ध करवाई जा सके।उन्होंने कहा कि बोर्ड लगातार शिक्षा

व्यवस्था को सरल और छात्र हितैषी बनाने की दिशा उनके समाधान की दिशा में प्रभावी प्रयास किए जा में कार्य कर रहा है।जिससे परीक्षा प्रक्रिया को और सके।मुख्यमंत्री ठाकुर सुखविंदर सिंह सुक्खू द्वारा अधिक सुगम एवं व्यवस्थित बनाया जा सके।दौरे के स्कूलों में संस्कारयुक्त शिक्षा को बढ़ावा देने के लिए दौरान स्कूल प्राचार्य ने संस्थान की उपलब्धियों, पाठ्यपुस्तकों में विशेष विषय शामिल करने की शैक्षणिक गतिविधियों तथा विभिन्न चुनौतियों के योजना पर बोलते हुए डॉ. शर्मा ने कहा कि शिक्षा बारे में विस्तृत जानकारी दी। स्कूल प्रबंधन द्वारा बोर्ड ने इस दिशा में एक समिति का गठन कर दिया कुछ समस्याएं भी बोर्ड अध्यक्ष के समक्ष रखी गईं। है। समिति की सिफारिशों के आधार पर मुख्यमंत्री इस पर डॉ. शर्मा ने कहा कि इनमें से कुछ मुद्दे सीधे की इस महत्वाकांक्षी योजना को धरातल पर तौर पर शिक्षा बोर्ड के अधिकार क्षेत्र में नहीं आते, उतारने का कार्य किया जाएगा। उन्होंने कहा कि लेकिन वह एक मैसेंजर के रूप में इन समस्याओं शिक्षा केवल अकादमिक ज्ञान तक सीमित नहीं को शिक्षा विभाग तक पहुंचाने का कार्य करेंगे, ताकि होनी चाहिए, बल्कि उसमें नैतिक मूल्यों और संस्कारों का समावेश भी आवश्यक है।डॉ. राजेश शर्मा ने कहा कि प्रदेश में शिक्षा के क्षेत्र में उल्लेखनीय सुधार देखने को मिला है। उन्होंने कहा कि जब मुख्यमंत्री सुखविंदर सिंह सुक्खू ने प्रदेश की कमान संभाली थी, तब राष्ट्रीय स्तर पर हिमाचल प्रदेश की शिक्षा रैंकिंग 21वें स्थान पर थी, लेकिन आज प्रदेश तीसरे स्थान तक पहुंच चुका है। उन्होंने विश्वास व्यक्त करते हुए कहा कि यदि दो केंद्र शासित प्रदेशों को अलग रखा जाए तो हिमाचल लगभग शीर्ष स्थान पर है और बहुत जल्द प्रदेश शिक्षा के क्षेत्र में देश में नंबर वन बनने की दिशा में आगे बढ़ेगा।उन्होंने कहा कि सरकार, शिक्षा विभाग और शिक्षा बोर्ड का साझा लक्ष्य प्रदेश के प्रत्येक विद्यार्थी तक गुणवत्तापूर्ण शिक्षा पहुंचाना है। इसके लिए निरंतर सुधार और नवाचार की प्रक्रिया जारी रहेगी, ताकि हिमाचल प्रदेश शिक्षा के क्षेत्र में नई बुलंदियों को छू सके।

JUNE 22, 2026 MONDAY DHARAMSHALA

The Sunny Times

YOGA OVER SCREEN TIME: BOARD CHIEF'S RECIPE TO BEAT STUDENT STRESS

The Sunny Times | Dharamshala

In a heartfelt message on International Yoga Day, Dr. Rajesh Sharma, the head of the Himachal Pradesh Board of School Education (HPBOSE), urged students, teachers, and parents across the state to embrace yoga as a shield against the chaos of modern life. Highlighting yoga as a priceless gift from ancient Indian culture, Dr. Sharma emphasized that it is one of the most effective ways to sync the body, mind, and spirit.

He pointed out that today's world is packed with high-stakes competition, screen addiction, and non-stop stress, making yoga an absolute necessity rather than just an option. Regular practice does not just keep people physically fit; it sharpens focus, builds rock-solid self-confidence, and trains the mind to think positively. For students especially, yoga acts as a mental superpower that boosts discipline, elevates memory, and drastically improves attention spans during long study hours.

Dr. Sharma also noted that India's National Education Policy 2020 strongly backs this approach by prioritizing the total well-being of students over rote learning. By weaving yoga into their routines, the younger generation can grow into sharper, healthier, and more responsible citizens. Ultimately, a healthy body and a calm mind form the very foundation of a prosperous society and a powerful nation.