



चेतना

विद्यालय दैनिक पत्रिका



शुक्रवार

बिहार

20 सितंबर 2024

Friday

वर्ष: 3

पादेशिक संस्करण

यशो लभस्व

रेलवे सुरक्षा बल स्थापना दिवस

शिक्षकों का, शिक्षकों के लिए और शिक्षकों द्वारा प्रकाशित



संपादकीय
चेतना सत्र
संविधान
अर्धवार्षिक मूल्यांकन 2024 (समय सारणी)
पीएम पोषण योजना
...



राजू श्रीवास्तव

भारत के प्रसिद्ध हास्य कलाकार थे। उन्होंने कई हिन्दी फिल्मों के साथ-साथ टीवी के हास्य कार्यक्रमों में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाई थी। छोटे परदे पर आये हास्य कार्यक्रम 'लाफ्टर चैलेंज' ने राजू श्रीवास्तव को घर-घर में पहचान दिला दी थी।

24 दिसम्बर, 1963 - 21 सितम्बर, 2022

की पुण्यतिथि पर कोटि - कोटि नमन।

सितम्बर						
सो.	म.	बु.	गु.	शु.	श.	र.
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

6-7 तीज
16 हजरत मुहम्मद साहब जन्म दिवस
17 अनंत चतुर्दशी
25 जिउतिया






अनिल कुमार प्रभाकर
प्रधान संपादक

कला एवं प्रबंध संपादक



श्रीमती बबिता कुमारी
शिक्षिका



श्रीमती अचर्या
शिक्षिका



श्रीमती रिकु कुमारी
शिक्षिका



मो० फरहान
शिक्षक



श्री मिथुन कुमार राय
शिक्षक



सुश्री नेहा कुमारी
शिक्षिका



श्रीमती सिमरन कुमारी
शिक्षिका



श्रीमती निशथा
शिक्षिका

प्रिय गुरुजन !

आज समाज और देश के सामने सबसे बड़ा प्रश्न है शिक्षा किस लिए दी जाए? विभिन्न मनोवैज्ञानिकों एवं शिक्षा विशारदों ने शिक्षा के विभिन्न उद्देश्य बतलाए हैं। किसी विद्वान का मत है कि "विद्या के लिए विद्या" है तो दूसरे विद्वान का मत है कि आजीविका या व्यवसाय के लिए तैयार करना ही शिक्षा का उद्देश्य है। कुछ विद्वानों का मत है कि मनुष्य का शारीरिक, मानसिक, नैतिक तथा अन्य सभी पहलुओं से विकास करना ही शिक्षा का उद्देश्य है। कुछ लोग सचरित्र निर्माण को शिक्षा का उद्देश्य मानते हैं।

वैदिक ऋषियों के अनुसार शिक्षा का उद्देश्य है मानव का सर्वांगीण विकास अर्थात् मानव जीवन का जो उद्देश्य है उस उद्देश्य तक पहुँचना ही शिक्षा का उद्देश्य होना चाहिए। मानव जीवन का उद्देश्य पुरुषार्थ-मोक्ष। इसके लिए हमें शारीरिक, मानसिक, आध्यात्मिक, सामाजिक, राजनीतिक और नैतिक सभी नियमों का ज्ञान होना चाहिए। घर में हम अपने माता-पिता के साथ कैसा व्यवहार करें, समाज में कैसा उत्तम नागरिक बनें, साथियों के साथ कैसा व्यवहार करें, आजीविका के लिए क्या करें, सामाजिक तथा राजनैतिक समस्याओं का क्या हल निकालें। संक्षेप में हर बात में हम पूर्ण हों किसी में अधूरी न रहें, यह वैदिक ऋषियों की शिक्षा का उद्देश्य है। यदि हम अपना सर्वांगीण विकास करते हुए पुरुषार्थ को प्राप्त कर सकें, तो हमारी शिक्षा सफल शिक्षा है अन्यथा नहीं।

इसका निष्कर्ष यह है कि शिक्षा का प्रमुख उद्देश्य विद्यार्थी का सर्वांगीण विकास और सर्वांगीण विकास का अर्थ है - मानसिक, शारीरिक और रचनात्मक कौशल का विकास। चेतना विद्यालय दैनिक पत्रिका इन उद्देश्यों की पूर्ति के साधनों का एक प्रमुख अंग है। "चेतना" विद्यालय दैनिक पत्रिका जहाँ एक ओर बालमन की कोमल भावनाओं के फूटते अंकुरों का पोषण करती है वहीं बालमन का पल-पल विकास होते देखकर परम संतोष का अनुभव होता है ठीक वैसे ही जैसे खिलते हुए फूलों को देखकर माली को होता है जो उन्हें सींचता है।

आपकी सर्वांगीण एवं लोकप्रिय विद्यालय दैनिक पत्रिका "चेतना" का आपके समक्ष प्रस्तुत करते हुए हमें हर्ष एवं संतोष की अनुभूति हो रही है, पत्रिका के प्रस्तुत अंक को आपकी आकांक्षाओं के अनुरूप अधिक-से-अधिक उपयोगी बनाने का प्रयास किया गया है। प्रकाशन से संबंधित सभी लोगों के सामूहिक प्रयास एवं सहयोग से यह अंक इतना अधिक उपयोगी बन पाया है।



स्वास्थ्य विभाग
बिहार सरकार



कुष्ठ रोगी खोजी अभियान (LCDC)

19.09.2024 से 02.10.2024

MDT से कुष्ठ रोग का पूर्ण इलाज संभव है

क्या आप जानते हैं ?

- शरीर के किसी भी हिस्से में ताम्बाई या शरीर के रंग से हल्के रंग का दाग हो और उस दाग में सुनापन हो तो वह कुष्ठ हो सकता है।
- हाथ एवं पैर के नस का मोटा होना, दर्द होना एवं झुनझुनी होना भी कुष्ठ के प्रारंभिक लक्षण हो सकते हैं।
- कुष्ठ का इलाज प्रारंभिक अवस्था में होने से विकलांगता से बचा जा सकता है।
- उपचार के बाद कुष्ठ रोगी दूसरे व्यक्ति को संक्रमित नहीं करते हैं।

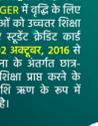
ध्यान दें जांच हेतु स्वास्थ्य कर्मी आपके घर जायेंगे जिसमें आपका सहयोग अपेक्षित है।

जीवन्त बिहार... सपना हो साकार



बिहार सरकार
शिक्षा विभाग

स्टूडेंट क्रेडिट कार्ड योजना



बिहार सरकार के सात निश्चय कार्यक्रम के अंतर्गत उच्च शिक्षा के GEM में वृद्धि के लिए ज़रूरतमंद छात्र-छात्राओं को उच्चतर शिक्षा मूल्यांकन के लिए स्टूडेंट क्रेडिट कार्ड योजना की शुरुआत 02 अक्टूबर, 2016 से की गई है। इस योजना के अंतर्गत छात्र-छात्राओं को उच्चतर शिक्षा प्राप्त करने के लिए 4 लाख की राशि अग्रिम के रूप में उपलब्ध करायी जाती है।

बिहार के छात्र-छात्रा योजना का लाभ लेने के लिए
<https://www.jeechayayamamshala.bihar.gov.in/>
 पर विजिट कर सकते हैं।

विभाग का टेली फ़ोन नंबर
14417/18003454417



चेतना टीम
समस्तीपुर

पिन - 848207 (बिहार)
मो. +91 9473119007
Email : chetanastr@gmail.com
<https://t.me/TeacherHelpline>
<https://www.teachersofbihar.org/>

नोट : रविवार के दिन खुलने वाले विद्यालय शुक्रवार के दिन प्रकाशित होने वाले चेतना का उपयोग कर सकते हैं।



डेंगू एवं चिकनगुनिया

इस बीमारी की जाँच एवं इलाज की सुविधा सरकारी अस्पतालों में निःशुल्क उपलब्ध है।

तेज बुखार के उपचार हेतु एस्पीन अथवा बुफेन की गोतियाँ कदापि इस्तेमाल न करें।
इसके लिए **पारासिटामोल सुरक्षित दवा है।**

जीवन्त बिहार... सपना हो साकार

राज्य स्वास्थ्य समिति, बिहार

1. प्रार्थना



प्रार्थना

लब पे आती है दुआ बन के तमन्ना मेरी !
ज़िंदगी शमा की सूरत हो खुदाया मेरी !!

दूर दुनिया का मेरे दम से अंधेरा हो जाए !
हर जगह मेरे चमकने से उजाला हो जाए !!

हो मेरे दम से यूं ही मेरे वतन की ज़ीनत !
जिस तरह फूल से होती है चमन की ज़ीनत !!

ज़िंदगी हो मिरी परवाने की सूरत या-रब !
इल्म की शमा से हो मुझ को मोहब्बत या-रब !!

हो मेरा काम गरीबों की हिमायत करना !
दर्द-मंदों से ज़ईफ़ों से मोहब्बत करना !!

मेरे अल्लाह! बुराई से बचाना मुझ को !
नेक जो राह हो..! उस रह पे चलाना मुझ को !!

बिहार राज्य प्रार्थना

मेरी रफ्तार पे सूरज की किरण नाज करे
ऐसी परवाज दे मालिक कि गगन नाज करे
वो नजर दे कि करूँ कद्र हरेक मजहब की
वो मुहब्बत दे मुझे अमनो अमन नाज करे
मेरी खुशबू से महक जाये ये दुनिया मालिक
मुझको वो फूल बना सारा चमन नाज करे
इल्म कुछ ऐसा दे मैं काम सबों के आऊँ
हौसला ऐसा हीं दे गंग जमन नाज करे
आधे रस्ते पे न रूक जाये मुसाफिर के कदम
शौक मंजिल का हो इतना कि थकन नाज करे
दीप से दीप जलायें कि चमक उठे बिहार
ऐसी खूबी दे ऐ मालिक कि वतन नाज करे
जय बिहार जय बिहार जय जय जय जय बिहार

- एम. आर. चिश्ती

अभियान गीत

घर-घर अलख जगाएँ, हम बदलेंगे जमाना।।
निश्चय हमारा, धुव सा अटल है।
काया की रग-रग में, निष्ठा का बल है।।
जागृति शंख बजायेंगे, हम बदलेंगे जमाना।
बदली हैं हमने अपनी दिशायें।
मंजिल नयी तय, करके दिखायें।।
धरती को स्वर्ग बनायेंगे, हम बदलेंगे जमाना।।
श्रम से बनायेंगे, माटी को सोना।
जीवन बनेगा, उपवन सलोना।।
मंगल सुमन खिलायेंगे, हम बदलेंगे जमाना।।
कोरी कल्पना की तोड़ेंगे कारा।
ममता की निर्मल, बहायेंगे धारा।।
समता की दीप जलायेंगे, हम बदलेंगे जमाना।।

बिहार राज्य गीत

मेरे भारत के कंठहार, तुझको शत-शत वंदन बिहार
तू वाल्मीकि की रामायण, तू वैशाली का लोकतंत्र
तू बोधिसत्व की करुणा है, तू महावीर का शांतिमंत्र
तू नालंदा का ज्ञानदीप, तू हीं अक्षत चंदन बिहार
तू है अशोक की धर्मध्वजा, तू गुरुगोविंद की वाणी है
तू आर्यभट्ट तू शेरशाह, तू कुंवर सिंह बलिदानी है
तू बापू की है कर्मभूमि, धरती का नंदन वन बिहार
तेरी गौरव गाथा अपूर्व, तू विश्व शांति का अग्रदूत
लौटेगा खोया स्वाभिमान, अब जाग चुके तेरे सपूत
अब तू माथे का विजय तिलक,
तू आँखों का अंजन बिहार
तुझको शत-शत वंदन बिहार,
मेरे भारत के कंठहार

- सत्यनारायण

2. आज का विचार

शांत मन में लिया गया हर निर्णय आपको सही परिणाम देता है ।

3. शब्द ज्ञान

English		
PATIENCE	पेशेंस	धैर्य
PATIENTS	पेशेंट्स	रोगी
STOREY	स्टोरी	मंजिल
STORY	स्टोरी	कहानी
THREW	थ्रू	फेंकना

اردو (उर्दू)		
والی	Wali	मालिक
وام	Wam	उधार
وائی	Wani	भाषा
وبا	Waba	बिमारी
وبال	Wabal	बोझ

हिन्दी	
काया	शरीर
निर्मल	स्वच्छ
स्मरण	याद
समानता	बराबरी
अतीत	बीता हुआ

संस्कृत	
वर्तिका	बत्ती
परमम्	सबसे बड़ा
लब्ध्वा	प्राप्त करके
वर्धते	बढ़ता है
पर्वणि	पर्व में

4. दिवस ज्ञान

रेलवे सुरक्षा बल स्थापना दिवस

5. सामान्य ज्ञान-विज्ञान

- जूट उद्योग का प्रमुख केंद्र कहाँ था ?
- BHEL का फूल फॉर्म क्या है?

- : बंगाल
- : भारत हेवी इलेक्ट्रिकल्स लिमिटेड (BHEL)

- | | |
|--|---|
| 3. सीखने की सबसे अधिक क्षमता होती है? | : बाल्यावस्था |
| 4. रेड डाटा बुक क्या है? | : किसी देश की विशिष्ट लुप्तप्राय प्रजातियों के बारे में |
| 5. बिरसा मुंडा किस क्षेत्र के निवासी थे? | : छोटा नागपुर |

6. तर्क ज्ञान

- | | |
|--|--------------------|
| 1. विश्व के सबसे प्राचीन ग्रंथ है? | : ऋग्वेद |
| 2. एक आयत की लंबाई चौड़ाई से दोगुनी है और आयत का चौड़ाई 5 सेंटीमीटर है तो आयत का परिमाण क्या होगा? | : 30 cm |
| 3. महाराणा प्रताप और अकबर के बीच कौन सा युद्ध हुआ? | : हल्दीघाटी |
| 4. इग्लू कौन से स्थान पर बनाए जाते हैं? | : बर्फीले स्थान पर |
| 5. $32 \times 5 = 25, 19 \times 4 = 40, 54 \times 3 = ?$ | : 27 |

7. सुहावरे

- | | |
|-------------------------|----------------|
| 1. चार चांद लगाना | : शोभा बढ़ाना |
| 2. गले लगाना | : स्वीकार करना |
| 3. आंखों में धूल झोंकना | : धोखा देना |
| 4. आग बबूला होना | : क्रोधित होना |
| 5. आकाश छूना | : तरक्की होना |

8. प्रेरक प्रसंग

गृहस्थ या साधु

एक व्यक्ति कबीरजी के पास गया और बोला- मेरी शिक्षा तो समाप्त हो गई। अब मेरे मन में दो बातें आती हैं, एक यह कि विवाह करके गृहस्थ जीवन यापन करूँ या संन्यास धारण करूँ? इन दोनों में से मेरे लिए क्या अच्छा रहेगा यह बताइए?

कबीरजी ने कहा दोनों ही बातें अच्छी हैं जो भी करना हो, वह सोच-समझकर करो, और वह उच्चकोटि का हो। उस व्यक्ति ने पूछा उच्चकोटि का करना चाहिए। उस व्यक्ति ने पूछा उच्चकोटि का कैसे है? कबीरजी ने कहा- किसी दिन प्रत्यक्ष देखकर बतायेंगे वह व्यक्ति रोज उत्तर प्रतीक्षा में कबीर के पास आने लगा। एक दिन कबीरजी दिन के बारह बजे सूत बुन रहे थे। खुली जगह में प्रकाश काफी था कबीर साहेब ने अपनी धर्म पत्नी को दीपक लाने का आदेश दिया। वह तुरन्त बिना किसी सवाल के जलाकर लाई और उनके पास रख गई। दीपक जलता रहा वे सूत बुनते रहे।

सायंकाल को उस व्यक्ति को लेकर कबीरजी एक पहाड़ी पर गए। जहाँ काफी ऊँचाई पर एक बहुत बड़ा साधु कुटी बनाकर रहते थे। कबीरजी ने साधु को आवाज दी। महाराज आपसे कुछ जरूरी काम है कृपया नीचे आइए। बूढ़ा बीमार साधु मुश्किल से इतनी ऊँचाई से उतर कर नीचे आया। कबीरजीने पूछा आपकी आयु कितनी है यह जानने के लिए नीचे बुलाया है। साधु ने कहा अस्सी बरस। यह कह कर वह फिर से ऊपर चढ़ा। बड़ी कठिनाई से कुटी में पहुँचा। कबीरजी ने फिर आवाज दी और नीचे बुलाया। साधु फिर आया। उससे पूछा- आप यहाँ पर कितने दिन से निवास करते हैं? उनसे बताया चालीस वर्ष से। फिर जब वह कुटी में पहुँचे तो तीसरी बार फिर उन्हें इसी प्रकार बुलाया और पूछा- आपके सब दौत उखड़ गए या नहीं? उसने उत्तर दिया। आधे उखड़ गए। तीसरी बार उत्तर देकर वह ऊपर जाने लगा तब इतने चढ़ने उतरने से साधु की साँस फूलने लगी, पाँव काँपने लगे। वह बहुत अधिक थक गया था फिर भी उसे क्रोध तनिक भी न था।

अब कबीरजी अपने साथी समेत घर लौटे तो साथी ने अपने प्रश्न का उत्तर पूछा। उनसे कहा तुम्हारे प्रश्न के उत्तर में यह दोनों घटनायें उपस्थित हैं। यदि गृहस्थ बनाना हो तो ऐसे जीवनसाथी का चयन करना चाहिये जो हम पर पूरा भरोसा रखें और हमारा कहना सहजता से मानें, कि उसे दिन में भी दीपक जलाने की मेरी आज्ञा अनुचित नहीं मालूम पड़ी, उसने व्यर्थ कुतर्क नहीं किया और साधु बनना हो तो ऐसा बनना चाहिए कि कोई कितना ही परेशान करे क्रोध व शोक न हो, हम सहज रहें।

राष्ट्र-गान



जन-गण-मन अधिनायक जय हे
भारत भाग्य विधाता ।
पंजाब-सिंधु-गुजरात-मराठा
द्राविड़-उत्कल-बंग
विंध्य हिमाचल यमुना गंगा
उच्छल जलधि तरंग
तव शुभ नामे जागे, तव शुभ आशिष मांगे
गाहे तव जय-गाथा ।
जन-गण-मंगलदायक जय हे भारत भाग्य विधाता ।
जय हे जय हे जय हे जय जय जय जय हे ।

- रविन्द्रनाथ टैगोर

राष्ट्रीय गीत

वंदे मातरम्, वंदे मातरम्!
सुजलाम्, सुफलाम्, मलयज शीतलाम्,
शस्यश्यामलाम्, मातरम्!
वंदे मातरम्!
शुभ्रज्योत्सनाम् पुलकितयामिनीम्,
फुल्लकुसुमित द्रुमदल शोभिनीम्,
सुहासिनीम् सुमधुर भाषिणीम्,
सुखदाम् वरदाम्, मातरम्!
वंदे मातरम्, वंदे मातरम्॥

- बंकिमचन्द्र चटर्जी

मौलिक अधिकार

1. समता का अधिकार (अनुच्छेद 14-18)
2. स्वतंत्रता का अधिकार (अनुच्छेद 19-22)
3. शोषण के विरुद्ध अधिकार (अनुच्छेद 23-24)
4. धर्म की स्वतंत्रता का अधिकार (अनुच्छेद 25-28)
5. संस्कृति और शिक्षा संबंधी अधिकार (अनुच्छेद 29-30)
6. संवैधानिक उपचारों का अधिकार (अनुच्छेद 32)



संविधान में उपबंधित मौलिक कर्तव्य

1. संविधान का पालन करना और उसके आदर्शों, संस्थाओं, राष्ट्रध्वज एवं राष्ट्र गान का आदर करना।
2. स्वतंत्रता के लिये हमारे राष्ट्रीय संघर्ष को प्रेरित करने वाले महान आदर्शों का पालन करना।
3. भारत की संप्रभुता, एकता और अखंडता को बनाए रखना और उसकी रक्षा करना।
4. देश की रक्षा करना और आह्वान किये जाने पर राष्ट्र की सेवा करना।
5. भारत के लोगों में समरसता और समान भातृत्व की भावना का निर्माण करना जो धर्म, भाषा और प्रदेश या वर्ग आधारित सभी प्रकार के भेदभाव से परे हो। साथ ही ऐसी प्रथाओं का त्याग करना जो स्त्रियों के सम्मान के विरुद्ध हैं।
6. हमारी समग्र संस्कृति की समृद्ध विरासत को महत्त्व देना और संरक्षित करना।
7. वनों, झीलों, नदियों और वन्यजीवन सहित प्राकृतिक पर्यावरण की रक्षा एवं सुधार करना और प्राणिमात्र के लिए दयाभाव रखना।
8. मानवतावाद, वैज्ञानिक दृष्टिकोण तथा ज्ञानार्जन एवं सुधार की भावना का विकास करना।
9. सार्वजनिक संपत्ति की सुरक्षा करना एवं हिंसा से दूर रहना।
10. व्यक्तिगत और सामूहिक गतिविधि के सभी क्षेत्रों में उत्कृष्टता के लिये प्रयास करना ताकि राष्ट्र लगातार उच्च स्तर की उपलब्धि हासिल करे।
11. 6 से 14 वर्ष तक के आयु के अपने बच्चों को शिक्षा के अवसर उपलब्ध कराना। (86वें संविधान द्वारा जोड़ा गया)

भारत के संविधान की प्रस्तावना

हम, भारत के लोग, भारत को एक संपूर्ण प्रभुत्व-संपन्न समाजवादी पंथनिरपेक्ष लोकतंत्रात्मक गणराज्य बनाने के लिए, तथा उसके समस्त नागरिकों को :

सामाजिक, आर्थिक और राजनीतिक न्याय,
विचार, अभिव्यक्ति, विश्वास, धर्म
और उपासना की स्वतंत्रता,
प्रतिष्ठा और अवसर की समता,
प्राप्त कराने के लिए,
तथा उन सब में, व्यक्ति की गरिमा और
राष्ट्र की एकता और अखण्डता
सुनिश्चित करने वाली बंधुता बढ़ाने के लिए

दृढ़ संकल्पित होकर अपनी इस संविधान सभा में आज तारीख 26 नवम्बर 1949 ईस्वी (मिति मार्गशीर्ष शुक्ल सप्तमी, संवत् दो हजार छह विक्रमी) को एतद् द्वारा इस संविधान को अंगीकृत, अधिनियमित और आत्मार्पित करते हैं।

अर्धवार्षिक मूल्यांकन 2024

प्रारंभिक विद्यालय में अध्ययनरत वर्ग I एवं VIII के सभी छात्र - छात्राओं की अर्धवार्षिक मूल्यांकन 2024 निम्न तालिका के अनुसार संपादित की जाएगी

तिथि	प्रथम पाली	द्वितीय पाली
	समय 10.00 पूर्वा० से 12.00 अप०	समय 01.00 अप० से 03.00 अप०
18.09.2024 (बुधवार)	पर्यावरण अध्ययन/सामाजिक विज्ञान (कक्षा III-VIII के लिए)	विज्ञान (कक्षा VI-VIII से के लिए)
19.09.2024 (गुरुवार)	राष्ट्रभाषा हिन्दी (कक्षा III-VIII के लिए)	संस्कृत (कक्षा VI-VIII से के लिए)
20.09.2024 (शुक्रवार)	भाषा (हिन्दी/उर्दू) (कक्षा I एवं II के लिए मौखिक परीक्षा) (मकतब/मदरसा विद्यालयों को छोड़कर सभी विद्यालयों के लिए)	सह-शैक्षिक गतिविधियों का अवलोकन (मकतब/मदरसा विद्यालयों को छोड़कर सभी विद्यालयों के लिए)
21.09.2024 (शनिवार)	भाषा (हिन्दी/उर्दू) (कक्षा III से V के लिए)	भाषा (हिन्दी/उर्दू) (कक्षा VI से VIII के लिए)
22.09.2024 (रविवार)	भाषा (हिन्दी/उर्दू) (कक्षा I एवं II के लिए मौखिक परीक्षा) (मकतब/मदरसा विद्यालयों के लिए)	सह-शैक्षिक गतिविधियों का अवलोकन (मकतब/मदरसा विद्यालयों के लिए)
23.09.2024 (सोमवार)	अंग्रेजी (कक्षा III-V के लिए)	अंग्रेजी (कक्षा VI-VIII से के लिए)
24.09.2024 (मंगलवार)	गणित (कक्षा III-V के लिए)	गणित (कक्षा VI-VIII से के लिए)
25.09.2024 (बुधवार)	अंग्रेजी (कक्षा I एवं II के लिए मौखिक परीक्षा)	
26.09.2024 (गुरुवार)	गणित (कक्षा I एवं II के लिए मौखिक परीक्षा)	

पीएम पोषण योजना

चेतना

20 सितंबर 2024 Friday शुक्रवार

वर्ष 03

पीएम पोषण योजना का मेनू :-

दिनांक	दिन	प्रस्तावित मीनू
20 सितंबर 2024	शुक्रवार	पुलाव + काबुली चना + लाल चना का छोला + हरा सलाद + उबला अंडा / मौसमी फल

पीएम पोषण योजना :-

बच्चों को अपने जीवन, भोजन, शिक्षा तथा विकास का अधिकार है। इस अधिकार की प्राप्ति बच्चे करें एवं उन्हें इसके उचित अवसर मिलें, यह राज्य का दायित्व है। भारतीय संविधान की धारा 21A के अंतर्गत 6 से 14 आयुवर्ग के सभी बच्चों को निःशुल्क एवं अनिवार्य शिक्षा का मौलिक अधिकार प्रदत्त है। प्रारंभिक शिक्षा के सर्वव्यापीकरण में मदद करने के उद्देश्य से सभी प्राथमिक एवं मध्य विद्यालयों में पीएम पोषण योजना उपलब्ध कराने का प्रावधान किया गया है। इस योजना का लाभ निम्नवत है :-

- > बच्चों को पौष्टिक आहार एवं स्वास्थ्य की प्राप्ति।
- > बच्चों के शैक्षिक स्तर में वृद्धि।
- > बच्चों के बीच सामाजिक समता।
- > बच्चों की सीखने की क्षमता एवं आत्मसम्मान के स्तर को बढ़ाना।
- > बच्चों के छीजन में कमी।
- > नामांकन एवं उपस्थिति में निरंतर बढ़ोतरी।
- > बच्चों के ठहराव, अधिगम एवं एकाग्रता सुनिश्चित करने में मदद।

परिवर्तन मूल्य की नई दर की विवरणी (01-10-2022 से प्रभावित)

कक्षा 01 से 05 के लिए			
सामग्री	वजन प्रति छात्र	दर प्रति किलो	मूल्य प्रति छात्र
दाल	20 Gram	103.00	2.06
सब्जी	50 Gram	22.00	1.10
तेल	5 Gram	121.00	0.60
मसाला / नमक	स्वादुनसार		0.49
जलावन	100 Gram	12.00	1.20
कुल =			5.45

कक्षा 06 से 08 के लिए			
सामग्री	वजन प्रति छात्र	दर प्रति किलो	मूल्य प्रति छात्र
दाल	30 Gram	103.00	3.09
सब्जी	75 Gram	22.00	1.65
तेल	7.5 Gram	121.00	0.90
मसाला / नमक	स्वादुनसार		0.73
जलावन	150 Gram	12.00	1.80
कुल =			8.17

साप्ताहिक मेनू		
क्र.	दिन	मेनू
1.	सोमवार	चावल + मिश्रित दाल + हरी सब्जी
2.	मंगलवार	जीरा चावल + सोयाबीन + आलू की सब्जी
3.	बुधवार	खिचड़ी (हरि सब्जी युक्त) + चोखा + केला / मौसमी फल
4.	गुरुवार	चावल + मिश्रित दाल + हरी सब्जी
5.	शुक्रवार	पुलाव + काबुली चना + लाल चना का छोला + हरा सलाद + उबला अंडा / मौसमी फल
6.	शनिवार	खिचड़ी (हरि सब्जी युक्त) + चोखा + केला / मौसमी फल



चेतना

टीचर्स ऑफ़ बिहार
समस्तीपुर
पिन - 848207 (बिहार)

Mobile : 9473119007
7250818080

email : chetanastr@gmail.com
Website : www.teachersofbihar.org

Follow Us



@teachersofbihar



@teachersofbihar



@teachersofbihar



@teachersofbihar



@teachersofbihar