अभिभावक अकादमिक संवेदीकरण प्रशिक्षण

स्थान :– जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान, चड़ीगाँव, पौड़ी गढ़वाल

दिनांक–12/02/2026 से दिनांक–14/02/2026

समन्वयक– डॉ० शिव कुमार भारद्वाज, प्रवक्ता, डायट, पौड़ी

सहसमन्वयक– प्रमोद कुमार नौडियाल प्रवक्ता, डायट, पौड़ी

सन्दर्भदाता :–

1. श्री नीरज शर्मा, यातायात निरीक्षक, श्रीनगर गढ़वाल
2. श्री शिव कुमार भारद्वाज, प्रवक्ता, डायट, पौड़ी
3. आनन्दा केशव दास जी, इस्कॉन, श्रीनगर
4. शिवम रावत, इस्कॉन, श्रीनगर
5. मुकेश सिंह बिष्ट, कनिष्ठ सहायक, रा० इ० का० (भरोलीखाल)
6. अरविन्द रावत, वन दरोगा, सिविल सोयम, पौड़ी।

उपस्थित प्रतिभागी – 56

संवेदीकरण प्रशिक्षण के समापन अवसर पर प्रतिभागी शिक्षक, अभिभावकों के साथ डायट के शिक्षक एवं अन्य • जागरण

अभिभावक बच्चों की दिनचर्या पर रखें नजर

- जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान में अभिभावक अकादमिक संवेदीकरण प्रशिक्षण
- शिक्षक-अभिभावकों को दी यातायात व अन्य जानकारी, तीन दिवसीय प्रशिक्षण हुआ संपन्न

जागरण संवाददाता, श्रीनगर गढ़वाल : जिला शिक्षा एवं प्रशिक्षण संस्थान चडीगांव में तीन दिवसीय अभिभावक अकादमिक संवेदीकरण प्रशिक्षण में 15 ब्लाकों के 45 शिक्षक और 45 अभिभावकों ने प्रतिभाग किया। इस मौके पर यातायात, स्वास्थ्य और अन्य महत्वपूर्ण जानकारियां दी गईं।

प्रशिक्षण में पुलिस विभाग के यातायात प्रभारी निरीक्षक नीरज शर्मा ने सुरक्षित यातायात के बारे में जानकारी दी। उन्होंने यातायात नियमों के साथ ही बताया कि वाहन में कितने प्रकार के दस्तावेज रखने चाहिए, जो कभी भी काम आ सकते हैं। इस मौके पर संस्थान के प्रवक्ता शिवकुमार भारद्वाज ने तनाव प्रबंधन के बारे में जानकारी दी। उन्होंने बच्चे की दिनचर्या के बारे में जानकारी रखने पर जोर दिया। कहा कि बच्चे नशे का सेवन तो नहीं कर रहे या किसी आपराधिक प्रवृत्ति में शामिल तो नहीं हैं, इस विषय का विशेष ध्यान रखने की जरूरत है। नशे की प्रवृत्ति के प्रति जागरूकता विषय पर इस्कान के संत आनंद केशव दास और शिवम ने कहा कि छात्रों को नशे से दूर रखने के लिए माता-पिता को और अधिक सतर्क होने की जरूरत है। उन्होंने प्रेरक कहानियां और भागवत गीता के श्लोकों के माध्यम से शिक्षक और अभिभावकों को अपने बच्चों को नशे से दूर रखने के लिए प्रेरित किया। इसके अलावा प्रशिक्षण में स्वास्थ्य विशेषज्ञ मुकेश बिष्ट ने बालक-बालिकाओं के स्वास्थ्य और खानपान के बारे में बताया। वन दारोगा अरविंद रावत ने गुलदार के हमलों के बचाव के बारे में जानकारी दी। उन्होंने विद्यालयों के आसपास झाड़ी कटान पर जोर दिया। इस मौके पर विनय किमोठी, नीरज कुमार कमल, ममता रौतेला आदि मौजूद रहे।

दिवसवार आख्या

प्रथम दिवस दिनांक–12/02/2026

प्रथम सत्र

चर्चा का प्रमुख विषय

प्रथम बिन्दु :– सड़क सुरक्षा

पुलिस विभाग – पुलिस विभाग के प्रभारी उप निरीक्षक श्री नीरज शर्मा द्वारा

- एस.डी.आर.एफ का गठन उत्तराखण्ड
- दुर्घटना के कारण एवं लापरवाही की वजह
- राज्य सरकार द्वारा गठित समितियों की जानकारियाँ
- यातायात के चिन्हों की विस्तृरित जानकारी प्रदान करना
- सड़क सुरक्षा के संदर्भ में तीन प्रकार की कमियों का उल्लेखीकरण
- सुरक्षा हेतु प्राथमिक नियमों की जानकारियों से अवगत कराया गया।
- वाहन के प्रति लापरवाही बरतना
- ड्राइविंग लाइसेन्स किन–किन परिस्थितियों में निलम्बित होता है, इसकी जानकारी
- स्कूली छात्र–छात्राओं द्वारा यातायात के नियमों की अनदेखी करने पर कार्यवाही
- वाहन चलाने के लिए आवश्यक दस्तावेजों की जानकारी प्रदान करना।

द्वितीय सत्र

चर्चा के प्रमुख विषय का द्वितीय बिन्दु – तनाव प्रबन्धन

व्याख्याकर्ता – श्री शिवकुमार भारद्वाज, डायट प्रवक्ता चड़ीगाँव

- संवेगात्मक बुद्धि एवं तनाव प्रबन्धन का परिचय
- डेनियल गोलमैन के संवेगात्मक बुद्धि स्तर की जानकारी
- मानव विकास के विभिन्न पक्षों की चर्चा परिचर्चा
- संवेगात्मक बुद्धि के महत्वपूर्ण तत्वों से अवगत कराया
- तनाव प्रबन्धन की विस्तार पूर्वक व्याख्या की गई
- तनाव की विभिन्न स्थितियों की जानकारी
- तनाव के मूल तत्वों से अवगत कराया गया
- तनाव उत्पन्न करने वाले कारकों का विवरण
- तनाव प्रबन्धन के उपायों की जानकारी प्रदान की गई

द्वितिया दिवस दिनांक –13/02/2026

प्रथम सत्र–चर्चा का प्रमुख विषय नशे की प्रवृत्ति जागरूकता (किशोरों में)
प्रस्तुतकर्ता :– प्रभुजी आनन्दा केशव दास, इस्कॉन ग्रुप

- किशोरों में बढ़ते नशे की प्रवृत्ति के बारे में विभिन्न पहलुओं पर प्रकाश डाला।
- नशे की प्रवृत्ति के लिए कौन जिम्मेदार है के बारे में विस्तार से अवगत कराया।
- इन्द्रियों के बारे में ज्ञान प्रदान किया शास्त्रों के अनुसार मन, बुद्धि एवं अहंकार माना।
- शिक्षकों को किशोरों के गुणों, अवगुणों की पहचान करना जरूरी।
- भागवत गीता के अनुसार कर्म का ज्ञान एवं फल की इच्छा का ज्ञान प्रदान किया।
- कर्म और योग में अन्तर की जानकारी प्रदान की गई।
- शिक्षकों को शिक्षा परिणाम आधारित के सन्दर्भ में स्रोत और व्यक्ति के चार तत्वों की विस्तार से चर्चा की गई।
- शिक्षकों एवं अभिभावकों की भूमिका नशे की प्रवृत्ति जागरूकता के सन्दर्भ में प्रकाश डाला गया।

– तत्पश्चात –

सन्दर्भदाता शिवम रावत
किशोरों में नशे की प्रवृत्ति जागरूकता पर पी.पी.टी के माध्यम से विस्तार से प्रकाश डाला गया –

जैसेः–

- नशे की प्रवृत्ति का अर्थ।
- किशोरावस्था (11–16 वर्ष) में नशे की प्रवृत्ति के विभिन्न स्वरूपों से अवगत।
- किशोरों में नशे की प्रवृत्ति के विभिन्न कारणों (आन्तरिक एवं बाह्य वातावरण) की जानकारी प्रदान की गई।
- संवेगात्मक चक्र (नशे की प्रवृत्ति) के बारे में चित्रों के माध्यम से प्रकाश डाला।
- किशोरों में नशे की प्रवृत्ति के भौतिक लक्षणों की जानकारियों से अवगत कराया।
- CARE सुरक्षा मॉडल की जानकारी दी गई।
- नशे की विभिन्न प्रजातियों के बारे में विस्तार से जानकारी प्रदान की गई!
- किशोरों में नशे की प्रवृत्ति जागरूकता की समस्याओं के निवारण की जानकारी दी गई।

द्वितीय सत्र

मुकेश सिह बिष्ट :– स्वास्थ्य विशेषज्ञ

- स्वास्थ्य सम्बन्धी विभिन्न जानकारी प्रदान की गई।
- स्वस्थ रहने के लिए आवश्यक बातें।
- स्वस्थ रहने के मुख्य तत्वों की जानकारी।
- हारमोन्स क्यों जरूरी है या आवश्यक है कि उन्हें कैसे सन्तुलित किया जाने पर चर्चा की गई।
- D_3 or B_{12} का समय पर परीक्षण।
- डीप ब्रीथिंग, अभ्यास करना (Squat), पुशअप, पुल्लप, रनिंग आदि क्यों जरूरी है।

- रक्त जाँच, पूर्ण शारीरिक जाँच, CBC,LFT,KFT,HbA1c ,ECG, XRay, Sugar, B.P,lipid profile आदि की वर्ष में एक व दो बार जाँच करवाना आवश्यक बताया गया।
- प्रोटीन ,फाइबर, विटामिन आदि के सेवन के लाभों से अवगत कराया गया।

तृतीय दिवस दिनांक –14/02/2026

प्रथम सत्र

चर्चा का प्रमुख विषयः–

बाघ/गुलदार के हमले से बचाव की जानकारी

व्याख्याकर्ता :– श्री अरविन्द रावत, वन दरोगा, सिविल सोयम विभाग

- वन्य जीवों की विभिन्न प्रजातियों की विस्तार से जानकारी प्रदान की गई।
- मनुष्य घायल और मृत्यु घायल प्रकरणों की वर्ष 2020–24 तक की जानकारी दी गई।
- आमजनमानस के बीच वन्य जीवों का आँकड़ा पहुँचाने का सन्देश दिया गया।
- मानव वन्य जीव संघर्ष की विस्तृत जानकारी प्रदान की गई।
- वन अग्नि सुरक्षा की जानकारी दी गई।
- सामान्य व गम्भीर घायलों हेतु वन विभाग द्वारा जारी मुआवजों की जानकारी दी गई।
- वन विभाग द्वारा जीवों को छोड़ने की भ्रान्तियों की जानकारी प्रदान की गई।
- FSI APP और FFU APP की जानकारी प्रदान की गई जिसकी सहायता से NF और RF की जानकारी प्राप्त होती है।
- वन अग्नि की अधिकता से पर्यावरण दूषित होने की जानकारी प्रदान की गई।
- वन एवं पर्यावरण को सुरक्षित रखने हेतु जन जागरूकता रैलियों का आयोजन करने पर बल दिया गया।
- स्वच्छता कार्यक्रमों की जानकारी प्रदान की गई।

समन्वयक

डॉ० शिव कुमार भारद्वाज,

प्रवक्ता, डायट, पौड़ी