

कार्यालय—निदेशक, माध्यमिक शिक्षा राजस्थान, बीकानेर

क्रमांक : शिविरा—माध्य/मा—स/शीतलहर,लू (60)/वो.2/2026

दिनांक : यथा ई—हस्ताक्षर

—:: परिपत्र ::—

राज्य में आने वाले समय में भीषण गर्मी के सम्भावित प्रकोप के दृष्टिगत गर्मी व लू के दुष्प्रभावों से निपटने के लिए विद्यालयों को सजग व सावधान रहते हुए विद्यार्थियों व अभिभावकों को जागरूक करने के साथ ही गर्मी व लू से बचाव के लिए पूर्व तैयारी व व्यवस्था करने की अत्यन्त आवश्यकता है। ऐसे में समस्त राजकीय व गैर—राजकीय विद्यालयों में गर्मी व लू से बचाव के लिए पूर्व तैयारी व व्यवस्था करने के संबंध में अग्रांकितानुसार दिशा—निर्देश जारी किये जाते हैं :—

1. विद्यालय के दैनिक दिनचर्या में संशोधन :—

- कोई भी खेल प्रशिक्षण या ड्रिल अथवा कैम्प भीषण गर्मी के दौरान खुले में नहीं करवाया जावे।
- स्कूल की प्रार्थना सभा/असेंबली को छायादार (कवर्ड एरिया) में या कक्षाओं में कम समय में आयोजित किया जाना चाहिए।
- आगामी भीषण गर्मी के मौसम को देखते हुए बच्चों को भारी—भरकम स्कूल बैग से निजात दिलाने हेतु केवल अति आवश्यक पाठ्य पुस्तकों को ही शामिल किया जावे।
- स्कूल छुट्टी होने के बाद विद्यार्थियों के बाहर निकलने के दौरान भी छाया व ठण्डे पानी की व्यवस्था की जा सकती है।

2. आवागमन :—

- परिवहन के ऐसे साधन जो खुले हो एवं सीधे धूप के संपर्क में हो, ऐसे साधनों से बच्चों का स्कूलों से परिवहन नहीं करवाया जावे एवं वाहन चालकों को अपने वाहनों में प्राथमिक स्वास्थ्य उपचार किट (First Aid Kit) रखने हेतु निर्देशित किया जावे।
- घर व विद्यालय के बीच आवागमन के दौरान विद्यार्थियों को टोपी/गमछे से सिर ढककर रखने की सलाह दी जाए।
- स्कूल बस/वैन में क्षमता से अधिक विद्यार्थियों को नहीं ले जाना चाहिए।
- बस/वैन में पीने का पानी उपलब्ध होना चाहिए।
- जहां तक संभव हो, अभिभावकों को छोटे बच्चों को स्वयं लाने के लिए जागरूक किया जावे।
- विद्यार्थियों को सलाह देवे कि वे भीड़ वाले सार्वजनिक परिवहन से बचे और धूप में कम से कम निकले।
- स्कूल बस/वैन/विद्यार्थियों की साइकिल आदि को छायादार क्षेत्र में पार्क किया जावे।

3. हाइड्रेशन :—

- सभी सरकारी एवं गैर सरकारी विद्यालयों में छात्र—छात्राओं के लिए शुद्ध एवं शीतल पेयजल की व्यवस्था सुनिश्चित हो।
- विद्यार्थियों को लू से बचाव के लिए अधिक पानी पीने के महत्व के बारे में बताया जाए और नियमित अंतराल पर पर्याप्त पानी पीने की सलाह दी जावे।
- विद्यार्थियों को सलाह दी जा सकती है कि वे अपनी पानी की बोतलें, टोपी और गमछा स्वयं लेकर आए और उपयोग करें।



- विद्यालय में ठंडा पानी उपलब्ध कराने के लिए वाटर कूलर/मिट्टी के बर्तन (घड़े) का उपयोग किया जा सकता है। वाटर कूलर की मरम्मत व आवश्यक रखरखाव तुरन्त कर लिए जाए एवं यदि घड़ों या मटको के द्वारा ठंडा जल उपलब्ध करवाया जाना है तो उन्हें प्रतिदिन साफ कर, स्वच्छ पानी से भरवाया जाना सुनिश्चित किया जावे।
- विद्यालयों में वाटर बैल बजाई जावे, जिससे कि कम से कम 3 छोटे-छोटे ब्रेक्स पेयजल एवं बाथरूम के लिए सुनिश्चित हो सके और इस दौरान विद्यालय प्रबन्धन द्वारा छोटे बच्चों को अपने निर्देशन में स्वच्छ पेयजल पिलाना सुनिश्चित किया जावे।
- प्रत्येक कालांश में, शिक्षकों द्वारा विद्यार्थियों को अपनी पानी की बोतल से पानी पीने की याद दिलानी चाहिए।
- घर वापस जाते समय यह सुनिश्चित किया जावे कि विद्यार्थी अपने साथ पानी ले जा रहे हैं।
- शौचालयों को स्वच्छ और साफ रखा जावे।

4. भोजन :-

- प्रभारी शिक्षक भोजन परोसने से पहले उसकी जाँच आवश्यक रूप से करेंगे।
- बच्चों को दोपहर के भोजन/टिफिन के दौरान हल्का भोजन करने की सलाह दी जा सकती है।
- टिफिन लाने वाले बच्चों को सलाह दी जा सकती है कि वे ऐसा खाना न लाये जो बासी हो सकता है।
- विद्यालयों में कैंटीन को यह सुनिश्चित करना चाहिए कि ताजा और स्वस्थ भोजन ही परोसा जाए।

5. सहज कक्षा :-

- सभी सरकारी एवं गैर सरकारी विद्यालयों में कक्षाओं में विद्यार्थियों के लिए पर्याप्त हवा हेतु पंखों की व्यवस्था सुनिश्चित की जावे।
- विद्यालय यह सुनिश्चित करे कि सभी पंखे काम कर रहे हैं और सभी कक्षाएँ उचित रूप से हवादार हैं।
- यदि संभव हो तो वैकल्पिक पावर बैकअप की उपलब्धता की व्यवस्था की जावे।
- सूर्य के प्रकाश को सीधे कक्षा में प्रवेश करने से रोकने के लिए खिडकियों में पर्दे/गत्ता/अखबार आदि का उपयोग किया जावे।
- परिवेश ठंडा रखने के लिए 'खस' पर्दे, बांस/जूट चिक आदि का आवश्यकतानुसार एवं उपलब्धता के आधार पर उपयोग किया जा सकता है।
- जिन विद्यालयों में कक्षा कक्ष कम हैं/क्षतिग्रस्त या खुले में हैं/निर्माणाधीन हैं, ऐसे विद्यालयों में विद्यार्थियों को भीषण गर्मी में नहीं बिठाया जावे एवं वैकल्पिक व्यवस्था सुनिश्चित की जावे।

6. पोशाक/यूनिफार्म :-

- विद्यार्थियों को ढीली और सूती सामग्री वाली यूनिफार्म/पोशाक पहनने की अनुमति दी जा सकती है।
- स्कूल यूनिफार्म के संबंध में गर्दन की टाई जैसे मानदंडों में ढील दे सकते हैं।
- चमड़े के जूतों के स्थान पर कपड़े/कैनवास जूतों की अनुमति दी जा सकती है।
- विद्यार्थियों को सलाह दी जा सकती है कि वे सुविधानुसार पूरी/आधी बाजू की शर्ट पहने।

7. प्राथमिक चिकित्सा सुविधाएँ :-

- सभी स्कूलों में भीषण गर्मी, हीट वेव, लू से बचने के लिए एवं उल्टी, अपचन, जी घबराहट, ज्वर से बचने के लिए चिकित्सकों की सलाह से विद्यार्थियों की उम्र के अनुसार आवश्यक

प्राथमिक स्वास्थ्य उपचार किट (First Aid Kit) में पर्याप्त आवश्यक दवाएं रखना सुनिश्चित करें।

- हल्के लू-स्ट्रोक के इलाज के लिए ORS घोल की थैली या नमक और चीनी का घोल लेना उपलब्ध होना चाहिए।
- नजदीकी अस्पताल के डॉक्टर/नर्स/ए.एन.एम. द्वारा हल्के तापघात की स्थिति में विद्यार्थियों को प्राथमिक चिकित्सा प्रदान करने के लिए के सामान्य जानकारी दिलवायी जा सकती है।
- स्कूलों को किसी भी मामले में निकटतम अस्पताल/क्लिनिक/डॉक्टर/नर्स आदि तक त्वरित पहुंच सुनिश्चित करनी चाहिए।
- स्कूलों में निकटतम अस्पताल/क्लिनिक के टेलीफोन नम्बर बड़े आकार में सहज दृश्य स्थान पर/दीवार पर अंकित किया जा सकता है।

8. विद्यार्थियों के लिए क्या करें और क्या न करें :-

लू के संबंध में क्या करें और क्या न करें को स्कूल में प्रमुख स्थानों पर प्रदर्शित किया जाना चाहिए, जिसमें निम्नलिखित बिन्दु शामिल हो सकते हैं :-

- पर्याप्त पानी पीयें – भले ही प्यास न हो।
- ORS (ओरल रिहाइड्रेशन सॉल्यूशन), घर का बना पेय जैसे लस्सी, तोरानी (चावल का पानी), नींबू पानी का उपयोग करें।
- खुद को हाइड्रेटेड रखने के लिए छाछ आदि ले।
- हल्के, ढीले, सूती कपड़े पहने।
- अपने सिर को कपड़े, टोपी या गमछे आदि से ढके।
- जितना संभव हो छायादार स्थान के अंदर रहे।
- .यदि आप बेहोशी या बीमार महसूस करते हैं, तो तुरंत डॉक्टर से मिलें।

❖ क्या न करें :-

- खाली पेट या भारी भोजन करने के बाद बाहर न निकलें।
- यदि आवश्यक न हो तो विशेष रूप से दोपहर में धूप में बाहर जाने से बचें।
- दोपहर के समय बाहर निकलने पर थकावट वाली गतिविधियों से बचें।
- नंगे पैर बाहर न जाएं।
- जंक-फूड/बासी/मसालेदार खाना न खाये।

9. आवासीय विद्यालय :-

उपर्युक्त के अतिरिक्त, आवासीय विद्यालय निम्नलिखित अतिरिक्त उपाय कर सकते हैं :-

- गर्मी के मौसम से संबंधित सामान्य बीमारियों के लिए आवश्यक दवाएं स्टाफ नर्स के पास उपलब्ध होनी चाहिए।
- विद्यार्थियों को हीट स्ट्रोक से बचाव के संबंध में जागरूक किया जाए। शयनगृह में खिड़कियों पर परदे लगे होने चाहिए।
- नींबू, छाछ और अधिक पानी की मात्रा वाले मौसमी फलों को आहार में शामिल करना चाहिए।
- मसालेदार भोजन से बचना चाहिए।
- कक्षाओं, छात्रावासों एवं डायनिंग हॉल में पानी एवं बिजली की सतत उपलब्धता सुनिश्चित की जावे।
- खेल-कूद की गतिविधियाँ शाम के समय आयोजित की जानी चाहिए।

अतः इस कार्यालय के पूर्व परिपत्र दिनांक : 23.04.2024 की निरन्तरता में पुनः निर्देशित किया जाता है कि समस्त राजकीय व गैर राजकीय विद्यालय सामुदायिक गतिशीलता यथा SMC, SDMC एवं PTM आदि के माध्यम से विद्यार्थियों व अभिभावकों को गर्मी व लू के प्रति जागरूक करने के लिए उपर्युक्त निर्देशों की अक्षरशः पालना सुनिश्चित करावें।

इसे सर्वोच्च प्राथमिकता प्रदान करें।

संलग्न : उपर्युक्तानुसार।

(सीताराम जाट)

आई.ए.एस.

निदेशक माध्यमिक शिक्षा
राजस्थान, बीकानेर एवं पदेन
अति. राज्य परि. निदेशक (वरिष्ठ)
समग्र शिक्षा अभियान (समसा)

प्रतिलिपि : निम्नांकित को सूचनार्थ एवं आवश्यक कार्यवाही हेतु प्रेषित है :-

1. निजी सचिव, अतिरिक्त मुख्य सचिव, स्कूल शिक्षा राजस्थान, जयपुर।
2. शासन सचिव, शिक्षा (ग्रुप-5) विभाग, जयपुर। (जरिये ई-मेल)
3. निजी सचिव, राज्य परियोजना निदेशक एवं आयुक्त, राजस्थान स्कूल शिक्षा परिषद्, जयपुर। (जरिये ई-मेल)
4. निदेशक, संस्कृत शिक्षा विभाग राजस्थान, जयपुर। (जरिये ई-मेल)
5. निदेशक, राजस्थान राज्य शैक्षिक अनुसंधान एवं प्रशिक्षण परिषद्, उदयपुर। (जरिये ई-मेल)
6. सिस्टम एनालिस्ट, कम्प्यूटर अनुभाग, कार्यालय हाजा को विभागीय वेबसाइट पर अपलोड करवाये जाने बाबत। (जरिये ई-मेल)
7. वरिष्ठ सम्पादक, शिविरा प्रकाशन, कार्यालय हाजा को आगामी अंक में प्रकाशन हेतु। (जरिये ई-मेल)
8. निजी सचिव/निजी सहायक/स्टाफ ऑफिसर, कार्यालय-निदेशक, माध्यमिक एवं प्रारम्भिक शिक्षा राजस्थान, बीकानेर। (जरिये ई-मेल)
9. सहायक निदेशक, पीएसपी/वीआईपी/मॉनिटरिंग, कार्यालय हाजा। (जरिये ई-मेल)
10. समस्त मुख्य जिला शिक्षा अधिकारी एवं पदेन जिला परियोजना समन्वयक, समग्र शिक्षा को जिला क्षेत्राधिकार में निर्देशों की पालना हेतु समुचित पर्यवेक्षण एवं प्रभावी प्रबोधन बाबत। (जरिये ई-मेल)
11. प्रधानाचार्य, राजकीय उच्च अध्ययन शिक्षा संस्थान, बीकानेर/अजमेर। (जरिये ई-मेल)
12. प्रधानाचार्य, राजकीय शारीरिक शिक्षा महाविद्यालय, जोधपुर/सादुल स्पोर्ट्स स्कूल, बीकानेर। (जरिये ई-मेल)
13. समस्त डाईट प्राचार्य। (जरिये ई-मेल)
14. मेनेजर, गुरुनानक भवन संस्थान, जयपुर (जरिये ई-मेल)।
15. समस्त जिला शिक्षा अधिकारी (मुख्यालय)-**माध्यमिक/प्रारम्भिक** को पालनार्थ। (जरिये ई-मेल)
16. समस्त मुख्य ब्लॉक शिक्षा अधिकारी एवं ब्लॉक सन्दर्भ केन्द्र प्रभारी, समग्र शिक्षा को पालनार्थ। (जरिये ई-मेल)
17. रक्षित पत्रावली।

निदेशक माध्यमिक शिक्षा
राजस्थान, बीकानेर एवं पदेन
अति. राज्य परि. निदेशक (वरिष्ठ)
समग्र शिक्षा अभियान (समसा)