



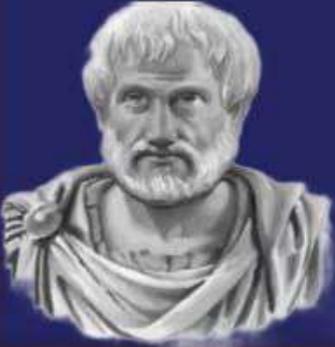


**16 मार्च 2026**

**Teachers of Bihar**  
The Change Makers

**आज का सुविचार**

साहस सभी मानवीय गुणों में श्रेष्ठ है क्योंकि यह  
अन्य सभी गुणों को विकसित करने का आधार है।



**अरस्तु**

राकेश कुमार



## दिवस विशेष

16 मार्च



मधु प्रिया

## राष्ट्रीय टीकाकरण दिवस 16 मार्च



देश में टीकाकरण की शुरुआत 16 मार्च 1995 को हुई। तभी से हर वर्ष 16 मार्च को राष्ट्रीय टीकाकरण दिवस मनाया जाता है। 20वीं शताब्दी तक पूरी दुनिया पोलियो जैसी खतरनाक बीमारी से जूझ रही थी। तभी पोलियो खुराक की खोज हुई। भारत में 16 मार्च, 1995 में पहली खुराक 5 साल के कम बच्चे दी गयी। पोलियो खुराक मुंह के जरिए दी जाती है। पोलियो की खुराक के बारे में जागरूक करने के लिए अभियान चलाया गया था। जिसका नाम “पल्स पोलियो टीकाकरण दो खुराक जिन्दगी के लिए”। इसके प्रचार धारक अमिताभ बच्चन जी को बनाया गया था। भारत में हर वर्ष राष्ट्रीय टीकाकरण दिवस 16 मार्च को मनाया जाता है। इस दिवस को मनाने का उद्देश्य लोगों को टीकाकरण प्रति जागरूक करना है। कोविड-19 में भारत ने 77 करोड़ से अधिक लोगों को टीकाकरण करके विश्व रिकार्ड बनाया है। हर वर्ष 16 मार्च को राष्ट्रीय टीकाकरण दिवस मनाया जाता है। बीते साल पूरी दुनिया कोविड महामारी खतरनाक बीमारी से लड़ रहा था। बीते वर्ष इस बात से राहत मिली है कि अब कोविड-19 की वैक्सीन बन चुकी है। साथ ही दुनियाभर में टीकाकरण अभियान तेजी से बढ़ रहा है। लेकिन बहुत कम लोग जानते हैं कि हर वर्ष 16 मार्च को राष्ट्रीय टीकाकरण दिवस मनाया जाता है। विश्व स्वास्थ्य संगठन यानि WHO के अनुसार वैक्सीन एक प्रतिक्षा प्रक्रिया है। जिससे जिसके माध्यम से किसी व्यक्ति की प्रतिरक्षा प्रणाली शरीर और स्वास्थ्य को नुकसान पहुंचाने वाले विकार या वायरस के खिलाफ मजबूत बनाता है।



# Teachers of Bihar

The change makers

जयंती विशेष **16** मार्च



माँ भारती के अमर सपूत  
देश के प्रथम CDS  
पद्म विभूषण

## जनरल बिपिन रावत

की जयंती पर उन्हें  
विनम्र श्रद्धांजलि

**बिपिन रावत**

*Bipin Rawat*, जन्म- 16 मार्च, 1958;

मृत्यु- 8 दिसम्बर, 2021) भारत के प्रथम 'चीफ ऑफ डिफेंस स्टाफ' थे। उन्होंने यह पद 31 दिसंबर, 2019 को ग्रहण किया था। इससे पहले उन्होंने भारतीय थल सेना के 27वें सेनाध्यक्ष के रूप में भी काम किया।



बिहार दिवस विशेष

16 मार्च

आइए, अपने बिहार को जाने !

01 मार्च से 22 मार्च



नीतीश कुमार  
बिहार के मुख्यमंत्री



14 मार्च 2026 से



सैयद अता हसनैन  
बिहार के राज्यपाल

## 16. सुजनी कढ़ाई



सुजनी कढ़ाई बिहार की एक प्राचीन और प्रसिद्ध हस्तकला (जीआई टैग प्राप्त) है, जो मुख्य रूप से मुजफ्फरपुर और आसपास के ग्रामीण क्षेत्रों की महिलाओं द्वारा की जाती है। यह रजाई या कपड़ों पर रंगीन धागों से बारीक 'रनिंग स्टिच' (धागा दौड़) द्वारा कहानियाँ, सामाजिक मुद्दे और लोक कला चित्रित करती है। पुरानी साड़ियों को पुनर्चक्रित (**recycle**) कर बनाई जाने वाली यह कला महिलाओं के सशक्तिकरण का प्रतीक है।

राकेश कुमार



# TOB



## खेल कॉर्नर



गिल को क्रिकेटर ऑफ द ईयर अवॉर्ड देगा  
BCCI

# शुभमन गिल

इंटरनेशनल करियर

### टेस्ट

मैच-40 | रन-2843

बेस्ट 269 | 50|100-8|10

### वनडे

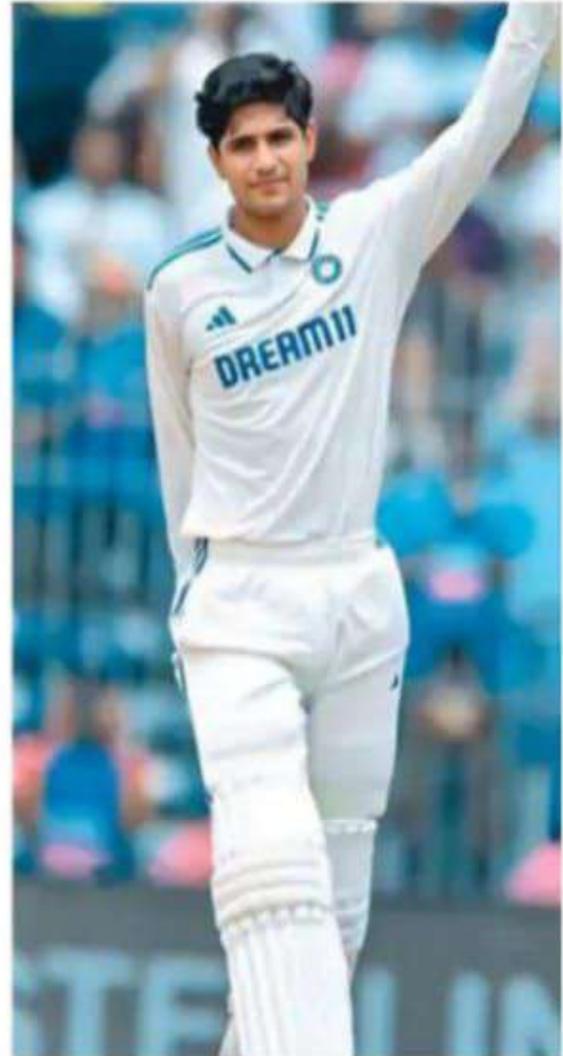
मैच-61 | रन-2953

बेस्ट-208 | 50|100-17|8

### टी-20

मैच-36 | रन-869

बेस्ट-126\* | 50|100-3|1





Teachers of Bihar  
The Change Makers



## शिक्षा शब्दकोश

आज का शब्द 16.03.2026

### बच्चों में क्षमता विकास

बच्चों में क्षमता विकास का अर्थ है बच्चों की बौद्धिक, शारीरिक, भावनात्मक और सामाजिक क्षमताओं को पहचानकर उन्हें विकसित करना ताकि वे जीवन में सफल और आत्मनिर्भर बन सकें। बच्चों में क्षमता विकास एक निरंतर प्रक्रिया है। सही शिक्षा, प्रेरणा, अवसर और सकारात्मक वातावरण देकर बच्चों की छिपी हुई प्रतिभाओं को विकसित किया जा सकता है।



## रोचक तथ्य/सामान्य ज्ञान



दुनिया का सबसे ऊंचा क्रिकेट स्टेडियम भारत में है!  
हिमाचल प्रदेश का चैल क्रिकेट मैदान समुद्र तल से 2,444  
मीटर की ऊंचाई पर है। यह मैदान बादलों के बीच खेलते  
खिलाड़ियों का अद्भुत दृश्य प्रस्तुत करता है।



# पद्य पंकज

“

मैंने स्वप्न देखा कि  
जीवन आनंद है,  
मैं जागा और पाया कि  
जीवन सेवा है,  
मैंने सेवा की और पाया कि  
सेवा में ही आनंद है।

रविन्द्र नाथ टैगोर

[www.padyapankaj.teachersofbihar.org](http://www.padyapankaj.teachersofbihar.org)





भारतीय सेना के जांबाज अधिकारी  
और देश के पहले चीफ ऑफ डिफेंस  
स्टाफ (CDS)

**जनरल विपिन रावत**

जी की जयंती पर सादर नमन।

जन्म-16 मार्च 1958 - मृत्यु-8 दिसंबर 2021



Madhu priya



# 16 मार्च

## राष्ट्रीय टीकाकरण दिवस की हार्दिक शुभकामनाएं।

**राष्ट्रीय**  
**टीकाकरण**  
**16 मार्च** **दिवस**

राष्ट्रीय टीकाकरण दिवस के अवसर पर आप सभी एक जागरूक नागरिक बनकर सभी को टीकाकरण के लिए प्रेरित करें



**16 मार्च 2026**

**Teachers of Bihar**  
The Change Makers

**आज का सुविचार**

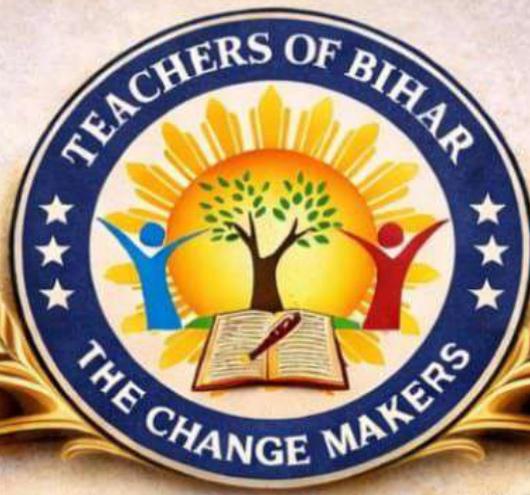
कुछ बड़ा करने वालों की शुरुआत इस चीज से होती है कि मुझे अपनी लाइफ में आम बन कर नहीं रहना।



**- स्वामी विवेकानंद**

*Vishwa Vijay Singh*

[www.teachersofbihar.org](http://www.teachersofbihar.org)



Teachers Of Bihar Presents

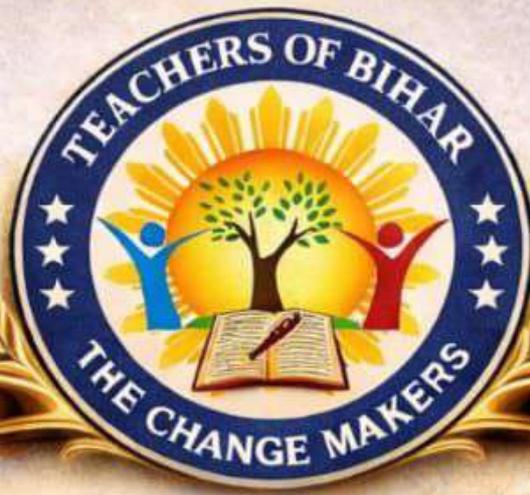
# Smiling Faces Of Bihar



राजकीय प्राथमिक विद्यालय नौला मुसहरी  
वीरपुर, बेगूसराय

 [www.teachersofbihar.org](http://www.teachersofbihar.org)

MRITUNJAY KUMAR



Teachers Of Bihar Presents

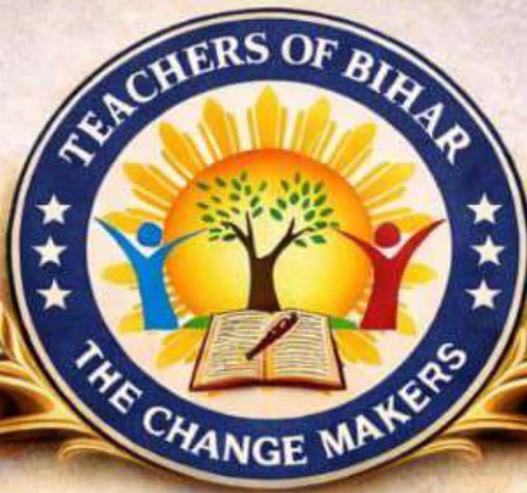
# Smiling Faces Of Bihar



प्राथमिक विद्यालय कौवाली टोला मुशहरी  
सिकटी, अररिया

[www.teachersofbihar.org](http://www.teachersofbihar.org)

MRITUNJAY KUMAR



Teachers Of Bihar Presents

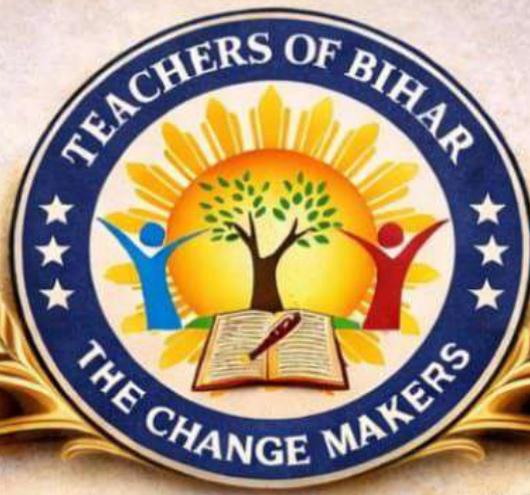
# Smiling Faces Of Bihar



मध्य विद्यालय भनरा  
चांदन, बांका

 [www.teachersofbihar.org](http://www.teachersofbihar.org)

MRITUNJAY KUMAR



Teachers Of Bihar Presents

# Smiling Faces Of Bihar



रामदेव मंडल प्रा. वि मंडल टोला समदा  
बसंतपुर, सुपौल

[www.teachersofbihar.org](http://www.teachersofbihar.org)

MRITUNJAY KUMAR