दैनिक जागरण 6/10/2026

जूडो प्रतियोगिता में रानी ने जीता कांस्य पदक

जागरण संवाद केंद्र, पालमपुर : बलिदानी कैप्टन विक्रम बत्रा राजकीय महाविद्यालय पालमपुर की छात्रा रानी ने एचपीयू इंटर कालेज जूडो चैंपियनशिप में कांस्य पदक प्राप्त किया है। यह प्रतियोगिता 28 और 29 सितंबर को राजकीय महाविद्यालय चायल कोटी में आयोजित की गई थी। रानी ने अपने उत्कृष्ट खेल कौशल और आत्मविश्वास के साथ यह उपलब्धि हासिल कर बत्रा महाविद्यालय का नाम रोशन किया है। महाविद्यालय के प्राचार्य प्रो. पंकज सूद ने रानी को बधाई दी। उन्होंने कहा कि विद्यार्थियों की खेलों में उपलब्धियां महाविद्यालय के लिए गर्व का विषय है। कालेज के खेल प्रभारी डा खुशी राम भगत, टीम प्रभारी अंनीता राणा और स्पोर्ट्स सोसायटी संयोजिका लेफ्टिनेंट रेनू डोगरा नें भी रानी के प्रदर्शन की सराहना की और उज्ज्वल भविष्य की शुभकामनाएं दीं।



कांस्य पदक जीतने वाली रानी को सम्मानित करते स्टाफ सदस्य • जागरण

DATE

पंजाब केसरी 6/10/2026

बतरा महाविद्यालय की रानी ने जूडो में जीता कांस्य पदक



पालमपुर: प्राचार्य डॉक्टर पंकज सूद तथा अन्य स्टाफ सदस्यों के साथ रानी। (भृगु)

पालमपुर, 5 अक्तूबर (भृगु): शहीद कैप्टन विक्रम बतरा राजकीय महाविद्यालय पालमपुर की छात्रा रानी ने एच.पी.यू. इंटर-कालेज जूडो चैंपियनशिप में शानदार प्रदर्शन करते हुए कांस्य पदक हासिल किया है। महाविद्यालय के प्राचार्य प्रो. पंकज सूद ने रानी को उसकी उपलब्धि पर बधाई दी। उन्होंने कहा कि विद्यार्थियों की खेलों में उपलब्धियां महाविद्यालय के लिए गर्व का विषय हैं। स्पोर्ट्स इंचार्ज डा. खुशी राम भगत, टीम प्रभारी अनीता राणा एवं स्पोर्ट्स सोसायटी संयोजका लैफ्टिनैंट रेनू डोगरा ने भी रानी के उत्कृष्ट प्रदर्शन की सराहना करते हुए उसके उज्ज्वल भविष्य के लिए शुभकामनाएं दीं।

दैनिक जागरण :- 11/10/2026

मानसिक स्वास्थ्य के प्रति जागरूक किए विद्यार्थी

जासंकें, पालमपुर : बलिदानी कैप्टन विक्रम बत्रा राजकीय महाविद्यालय में विश्व मानसिक स्वास्थ्य दिवस पर महिला शिकायत निवारण प्रकोष्ठ ने जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया। असल अनुभवों को सुना जाता है, असली आवाजें, असली बदलाव विषय पर हुए कार्यक्रम का उद्देश्य विद्यार्थियों में मानसिक स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता और सकारात्मक दृष्टिकोण विकसित करना था। प्राचार्य प्रो. पंकज सूद ने कहा कि विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास के लिए शारीरिक स्वास्थ्य के साथ मानसिक स्वास्थ्य पर ध्यान देना जरूरी है। उन्होंने टेली मानस एप की जानकारी दी। मुख्य वक्ता डा. विकास कुमार ने मानसिक स्वास्थ्य को समग्र स्वास्थ्य का अभिन्न अंग बताया। उन्होंने शैक्षणिक दबाव, परीक्षा की चिंता, नींद की कमी और भावनात्मक चुनौतियों पर चर्चा की। काउंसलर संजीव कुमार ने तनाव से निपटने के लिए सकारात्मक सोच, समय प्रबंधन, नशारीरिक गतिविधि और परिवार-मित्रों से खुलकर संवाद का महत्व बताया।



बतरा कालेज पालमपुर में कार्यक्रम के बाद विद्यार्थी व अन्य • जागरण

(565.) दिव्य हिमाचल :- 11/10/2026

पालमपुर कालेज में छात्रों को टेली-मानस ऐप पर टिप्स



पालमपुर। शहीद कैप्टन विक्रम बतरा राजकीय महाविद्यालय पालमपुर में विश्व मानसिक स्वास्थ्य दिवस पर जागरूकता कार्यक्रम आयोजित किया गया। महिला शिकायत निवारण प्रकोष्ठ की ओर से आयोजित कार्यक्रम का विषय 'लाइव्ड एक्सपीरियंसेस इज हर्ड, रियल चेंज' रहा। महाविद्यालय के प्राचार्य प्रो. पंकज सूद ने कहा कि विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास के लिए मानसिक और शारीरिक स्वास्थ्य दोनों जरूरी हैं। उन्होंने विद्यार्थियों को टेली-मानस ऐप के बारे में भी जानकारी दी। मुख्य वक्ता डा. विकास कुमार ने मानसिक स्वास्थ्य के महत्व और विद्यार्थियों में बढ़ते शैक्षणिक दबाव पर चर्चा की। उन्होंने परीक्षा की चिंता, नींद की कमी, लंबे समय तक उदासी और एकाग्रता में कमी जैसे लक्षणों को नजरअंदाज न करने की सलाह दी। काउंसलर संजीव कुमार ने सकारात्मक सोच, समय प्रबंधन, नियमित व्यायाम और परिवार से संवाद को तनाव दूर करने के प्रभावी उपाय बताया। कार्यक्रम में प्रो. कल्पना ऋषि, डा. अजय ठाकुर, प्रो. मनीषा, प्रो. सुनीता, डा. निशा चंदेल, प्रो. किरण, प्रो. भवनिका व प्रो. स्वाति सूद सहित अन्य सदस्य उपस्थित रहे।

classmate

DATE

566. पंजाब केसरी :- 13/10/2026

एड्स पर निकाली जागरूकता रैली



पालमपुर : पालमपुर में एच.आई.वी./एड्स जागरूकता रैली के प्रतिभागी प्राचार्य के साथ। (भृ)

पालमपुर, 12 अक्तूबर (भृगु) : शहीद कैप्टन विक्रम बत्रा राजकीय महाविद्यालय पालमपुर में सोसायटी फॉर ह्यूमन इंटरेस्ट इन रूरल एडवांसमैंट के सहयोग से एच.आई.वी./एड्स जागरूकता रैली निकाली गई। रैड रिबन क्लब, एन.एस.एस. स्वयंसेवकों, एन.सी.सी. कैडेट्स और विद्यार्थियों ने निहंग मोहल्ला क्षेत्र में लोगों को संक्रमण से बचाव, भ्रांतियों और भेदभाव से दूर रहने के प्रति जागरूक किया। ब्रेक फ्री अभियान के तहत विद्यार्थियों ने स्व-मूल्यांकन गतिविधि में भी भाग लिया। इस पहल का उद्देश्य युवाओं को स्वास्थ्य के प्रति जागरूक करना और एच.आई.वी. प्रभावित लोगों के प्रति संवेदनशीलता व सम्मान का भाव विकसित करना रहा।

(567) दैनिक भास्कर :- 13/10/26

निहंग मोहल्ला में पोस्टरों और नारों से दिया भेदभाव मुक्त समाज का संदेश



पालमपुर | बत्रा महाविद्यालय पालमपुर में सोमवार को एचआईवी/एड्स के प्रति जागरूकता बढ़ाने के लिए रैली निकाली गई। इसमें रेड रिबन क्लब, राष्ट्रीय सेवा योजना (एनएसएस) के स्वयंसेवकों, राष्ट्रीय कैडेट कोर (एनसीसी) के कैडेट्स और अन्य विद्यार्थियों ने भाग लिया। रैली पालमपुर के निहंग मोहल्ला क्षेत्र से निकाली गई। विद्यार्थियों ने नारों और पोस्टरों के माध्यम से लोगों को एचआईवी संक्रमण के कारणों, बचाव के उपायों और इससे जुड़ी भ्रांतियों की जानकारी दी। उन्होंने एचआईवी से प्रभावित लोगों के प्रति सम्मान, संवेदनशीलता और सहयोग का भाव रखने तथा उनके साथ भेदभाव न करने का संदेश दिया। विद्यार्थियों ने 'ब्रेक फ्री अभियान' के तहत एचआईवी/एड्स से संबंधित स्व-मूल्यांकन गतिविधि में भी भाग लिया। इसका उद्देश्य युवाओं को संक्रमण के जोखिम के प्रति जागरूक करना और सही जानकारी व समय पर स्वास्थ्य सेवाएं लेने के लिए प्रेरित करना था।

568. दिव्य हिमाचल :- 13/10/2026

पालमपुर कालेज में निकाली एड्स जागरूकता रैली

पालमपुर। शहीद कैप्टन विक्रम बतरा बत्रा राजकीय महाविद्यालय पालमपुर में एचआईवी/एड्स के प्रति जागरूकता बढ़ाने के लिए रैली आयोजित की गई। रैली में रेड रिबन क्लब, राष्ट्रीय सेवा योजना (एनएसएस) और राष्ट्रीय कैडेट कोर (एनसीसी) के स्वयंसेवकों ने भाग लिया। विद्यार्थियों ने पालमपुर के निहंग मोहल्ला क्षेत्र में लोगों को जागरूक किया। जागरूकता पोस्टरों और नारों के माध्यम से एचआईवी/एड्स के कारणों तथा बचाव की जानकारी दी गई। विद्यार्थियों ने बीमारी से जुड़ी भ्रांतियों को दूर करने का संदेश दिया। एचआईवी से प्रभावित लोगों के प्रति सम्मान, संवेदनशीलता और सहयोग की भावना अपनाने पर जोर दिया गया।

569. हिमाचल दस्तक :- 14/10/2026

बतरा कॉलेज में पीटीए की नई कार्यकारिणी गठित

पालमपुर। शहीद कैप्टन विक्रम बत्रा राजकीय महाविद्यालय, पालमपुर में अभिभावक-अध्यापक संघ (पीटीए) की नई कार्यकारिणी के गठन के लिए आम सभा की बैठक महाविद्यालय के सभागार आयोजित की गई। गत वर्ष की कार्यकारिणी को भंग कर शैक्षणिक सत्र 2026-27 के लिए नई कार्यकारिणी का गठन किया गया। नई कार्यकारिणी के अंतर्गत रविंद्र सिंह को प्रधान, दिलीप सिंह उपप्रधान, प्रो सुनीता कटोच को सचिव, शारदा को सहसचिव, रमेश कुमार को कोषाध्यक्ष के रूप में चुना गया जबकि कार्यकारिणी के सदस्यों के रूप में डॉ. बोविंदर कटोच, प्रो. प्रदीप, प्रो. भवनिका, प्रो. तनवीर और प्रो. भानू को चयनित किया गया।

(570) अमर उजाला :- 15/10/2026

पालमपुर कॉलेज में रोवर-रेंजर्स ने की सफाई

पालमपुर (कांगड़ा)। शहीद कैप्टन विक्रम बतरा राजकीय महाविद्यालय पालमपुर की रोवर-रेंजर यूनिट की ओर से महाविद्यालय परिसर में वाटिका स्वच्छता एवं रखरखाव अभियान का आयोजन किया गया। 19 रोवर-रेंजरों ने वाटिका की साफ-सफाई की और एलोवेरा व स्नेक प्लांट के पौधे रोपे। रेंजर लीडर प्रो. किरण ने विद्यार्थियों को पर्यावरण संरक्षण के महत्व से अवगत करवाते हुए परिसर को स्वच्छ व हरित बनाए रखने के लिए प्रेरित किया। महाविद्यालय के प्राचार्य प्रो. पंकज सूद ने इस पहल की सराहना करते हुए कहा कि ऐसी गतिविधियां विद्यार्थियों में पर्यावरण के प्रति जागरूकता और सामाजिक उत्तरदायित्व की भावना को सुदृढ़ करती हैं। संवाद

(571) अमर उजाला :- 15/10/2026

(571.)

पालमपुर कॉलेज में रविंद्र बने पीटीए के प्रधान

पालमपुर (कांगड़ा)। शहीद कैप्टन विक्रम बतरा राजकीय महाविद्यालय पालमपुर में प्राचार्य प्रो. पंकज सूद की अध्यक्षता में आयोजित बैठक में अभिभावक-अध्यापक संघ (पीटीए) की नई कार्यकारिणी का गठन किया गया। पुरानी कार्यकारिणी को भंग कर शैक्षणिक सत्र 2026-27 के लिए नए पदाधिकारी चुने गए। सर्वसम्मति से रविंद्र सिंह को प्रधान, दिलीप सिंह को उपप्रधान, प्रो. सुनीता कटोच को सचिव, शारदा को सहसचिव और रमेश कुमार को कोषाध्यक्ष बनाया गया। इसके अलावा डॉ. बोविंद्र कटोच, प्रो. प्रदीप, प्रो. भवनिका, प्रो. तनवीर और प्रो. भानू को कार्यकारिणी सदस्य चुना गया। संवाद

2. दिव्य हिमाचल (573) दैनिक जागरण
15/10/2026 15/10/2026

बतरा कालेज में पीटीए की नई कार्यकारिणी का गठन



पालमपुर। शहीद कैप्टन विक्रम बतरा राजकीय महाविद्यालय पालमपुर में अभिभावक-अध्यापक संघ की नई कार्यकारिणी के गठन के लिए आम सभा की बैठक बुधवार को महाविद्यालय के सभागार आयोजित की गई। बैठक की अध्यक्षता महाविद्यालय के प्राचार्य प्रोण् पंकज सूद ने की। बैठक के दौरान प्राचार्य प्रो. पंकज सूद ने विद्यार्थियों की शैक्षणिक प्रगति तथा संस्थान के विकास से संबंधित विभिन्न पहलुओं पर प्रकाश डाला। तत्पश्चात गत वर्ष की कार्यकारिणी को भंग कर शैक्षणिक सत्र 2026-27 के लिए नई कार्यकारिणी का गठन किया गया। महाविद्यालय के विकास में सराहनीय योगदान देने के लिए पुरानी कार्यकारिणी के सदस्यों का आभार व्यक्त किया गया। नई कार्यकारिणी के अंतर्गत रविंद्र सिंह को प्रधान, दिलीप सिंह उपप्रधान, प्रो. सुनीता कटोच को सचिव, शारदा को सहसचिव, रमेश कुमार को कोषाध्यक्ष के रूप में चुना गया, जबकि कार्यकारिणी के सदस्यों के रूप में डा. बोविंद्र कटोच, प्रो. प्रदीप, प्रो.भवनिका, प्रो. वतनवीर और प्रो. भानू को चयनित किया गया। नवनियुक्त प्रधान एवं कार्यकारिणी के अन्य सदस्यों ने महाविद्यालय के सर्वांगीण विकास में हरसंभव सहयोग देने का आश्वासन दिया।

रविंद्र सिंह प्रधान व प्रो. सुनीता बनीं सचिव

पालमपुर : बलिदानी कैप्टन विक्रम बत्रा राजकीय महाविद्यालय, पालमपुर में अभिभावक-अध्यापक संघ (पीटीए) की नई कार्यकारिणी के गठन के लिए आम सभा की बैठक हुई। अध्यक्षता महाविद्यालय के प्राचार्य प्रो. पंकज सूद ने की। इस दौरान रविंद्र सिंह को प्रधान, दिलीप सिंह को उप प्रधान, प्रो. सुनीता कटोच को सचिव, शारदा को सहसचिव और रमेश कुमार को कोषाध्यक्ष चुना गया। डा. बोविंद्र कटोच, प्रो. प्रदीप, प्रो. भवनिका, प्रो. तनवीर और प्रो. भानू कार्यकारिणी सदस्य चुने गए। पीटीए सचिव ने सुझावों का स्वागत कर विकास कार्यों में अभिभावकों और अध्यापकों के सक्रिय सहयोग की अपेक्षा जताई। (जासंके)

विद्यार्थियों को ध्यान का अभ्यास करवाया

पालमपुर। बलिदानी कैप्टन विक्रम बत्रा राजकीय महाविद्यालय पालमपुर में सहज योग ध्यान सत्र आयोजित किया। इसमें बीबीए और एमएससी के 50 विद्यार्थियों सहित प्राध्यापकों व योग एवं फिटनेस और स्पोर्ट्स सोसायटी के सदस्यों ने भाग लिया। प्रशिक्षक निर्मला देवी द्वारा प्रतिपादित सहज योग ध्यान पद्धति का परिचय देते हुए विद्यार्थियों को ध्यान का अभ्यास करवाया और इसके नियमित अभ्यास की जानकारी दी। सत्र में प्रदीप सूद, पीयूष श्रीवास्तव और निशांत कुमार सिंह राणा ने प्रशिक्षण दिया। (संस)

दैनिक भास्कर (575) पंजाब केसरी
15/10/2026 15/10/26

बत्रा कॉलेज पीटीए की नई कार्यकारिणी गठित, रविंद्र सिंह बने प्रधान

पालमपुर | बत्रा महाविद्यालय में शैक्षणिक सत्र 2026-27 के लिए अभिभावक-अध्यापक संघ (पीटीए) की नई कार्यकारिणी गठित की गई। इसके लिए आयोजित आम सभा में प्राचार्य प्रो. पंकज सूद ने विद्यार्थियों की शैक्षणिक प्रगति और संस्थान के विकास से जुड़े पहलुओं पर जानकारी दी।

पुरानी कार्यकारिणी को भंग कर उसके सदस्यों के योगदान के लिए आभार जताया गया। नई कार्यकारिणी में रविंद्र सिंह को प्रधान, दिलीप सिंह को उपप्रधान, प्रो. सुनीता कटोच को सचिव, शारदा को सहसचिव और रमेश कुमार को कोषाध्यक्ष चुना गया। वहीं, डॉ. गोविंदर कटोच, प्रो. प्रदीप, प्रो. भवनिका, प्रो. तनवीर और प्रो. भानू को सदस्य बनाया गया।

नई कार्यकारिणी में रविन्द्र बने प्रधान

पालमपुर, 14 अक्तूबर (भृगु) : राजकीय महाविद्यालय पालमपुर में शैक्षणिक सत्र 2026-27 के लिए अभिभावक-अध्यापक संघ की नई कार्यकारिणी का गठन किया गया। बैठक की अध्यक्षता प्राचार्य प्रो. पंकज सूद ने की। इस दौरान गत वर्ष की कार्यकारिणी को भंग कर नई कार्यकारिणी का गठन किया गया। नई कार्यकारिणी में रविन्द्र सिंह को प्रधान, दिलीप सिंह को उपप्रधान, प्रो. सुनीता कटोच को सचिव, शारदा को सहसचिव तथा रमेश कुमार को कोषाध्यक्ष चुना गया। वहीं डा. बोविन्दर कटोच, प्रो. प्रदीप, प्रो. भवनिका, प्रो. तनवीर और प्रो. भानू को कार्यकारिणी सदस्य के रूप में शामिल किया गया।

DATE

(577). दिव्य हिमाचल !.
17/10/2026

576. हिमाचल दस्तक !.
17/10/2026

पालमपुर कॉलेज में योग व आत्मरक्षा दिवस मनाया



हिमाचल दस्तक ■ पालमपुर

शहीद कैप्टन विक्रम बत्रा राजकीय महाविद्यालय पालमपुर की राष्ट्रीय सेवा योजना (एनएसएस) इकाई ने शुक्रवार को नशामुक्त युवा अभियान के तहत योग एवं आत्मरक्षा दिवस मनाया।

कार्यक्रम में करीब 150 विद्यार्थियों और एनएसएस स्वयंसेवियों ने भाग लिया। महाविद्यालय के प्राचार्य प्रो. पंकज सूद ने युवाओं को नशे से दूर रहने और स्वस्थ जीवनशैली अपनाने का संदेश दिया। उन्होंने विद्यार्थियों को नशामुक्त रहने की शपथ भी दिलाई। आर्ट ऑफ लिविंग के निदेशक सुकांत पाल चौहान ने योगासन, प्राणायाम और ध्यान का अभ्यास करवाया। वहीं, आत्मरक्षा प्रशिक्षक एवं महाविद्यालय के पूर्व विद्यार्थी पंकज ने विद्यार्थियों को आत्मरक्षा की विभिन्न तकनीकों का व्यावहारिक प्रशिक्षण दिया। कार्यक्रम का उद्देश्य युवाओं को नशे से दूर रखकर स्वस्थ, जागरूक और आत्मनिर्भर बनाना रहा।

■ कार्यक्रम में 150 विद्यार्थियों व एनएसएस स्वयंसेवियों ने लिया भाग

योग से स्वस्थ, आत्मरक्षा से सशक्त बनेंगे युवा



पालमपुर। शहीद कैप्टन विक्रम बत्रा राजकीय महाविद्यालय पालमपुर की एनएसएस इकाई ने शुक्रवार को 'नशामुक्त युवा फॉर विकसित भारत' अभियान के तहत योग एवं आत्मरक्षा दिवस मनाया। हिमाचल प्रदेश की चार चयनित एनएसएस इकाइयों में पालमपुर कालेज भी शामिल है। कार्यक्रम में करीब 150 विद्यार्थियों ने भाग लिया। प्राचार्य प्रो. पंकज सूद ने विद्यार्थियों को नशे से दूर रहकर स्वस्थ जीवनशैली अपनाने की शपथ दिलाई। आर्ट ऑफ लिविंग के निदेशक सुकांत पाल चौहान ने योगासन, प्राणायाम और ध्यान का अभ्यास करवाया, जबकि आत्मरक्षा प्रशिक्षक एवं कॉलेज के पूर्व विद्यार्थी पंकज ने आत्मरक्षा की तकनीकों का प्रशिक्षण दिया। कार्यक्रम में प्रवीण चंद भट्ट ने भी सहयोग दिया। अंत में एनएसएस कार्यक्रम अधिकारी राजीव भोरिया ने आभार व्यक्त किया।

(578). पंजाब केसरी !.
17/10/2026

पालमपुर कॉलेज में योग एवं आत्मरक्षा दिवस आयोजित, 150 विद्यार्थियों ने लिया भाग

पालमपुर, 16 अक्तूबर (भृगु): शहीद कैप्टन विक्रम बतरा राजकीय महाविद्यालय पालमपुर की राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई द्वारा शुक्रवार को नशा मुक्त युवा फॉर विकसित भारत-100 संप्ताह प्रतिज्ञा अभियान के 5वें सप्ताह के अंतर्गत योग एवं आत्मरक्षा दिवस आयोजित किया गया। अभियान के दूसरे माह की थीम 'स्वस्थ युवा, नशा मुक्त युवा' के तहत आयोजित इस कार्यक्रम में करीब 150 विद्यार्थियों एवं एन.एस.एस. स्वयंसैवियों ने भाग लिया। हिमाचल प्रदेश की केवल 4 एन.एस.एस. इकाइयों को इस विशेष कार्यक्रम के आयोजन के लिए चुना गया था, जिनमें पालमपुर महाविद्यालय भी शामिल है। कार्यक्रम का शुभारंभ महाविद्यालय के प्राचार्य प्रो. पंकज सूद ने किया। कार्यक्रम में नाइजीरिया में आर्ट ऑफ लिविंग के निदेशक सुकांत पाल चौहान मुख्य संसाधन व्यक्ति के रूप में उपस्थित रहे। उन्होंने योग सत्र के दौरान प्रतिभागियों को विभिन्न योगासनों, प्राणायाम और ध्यान का अभ्यास करवाया।

"दैनिक जागरण" !.
17/10/2026

(580). अमर उजाला !.
17/10/2026

योग और आत्मरक्षा के तरीके सिखाए

पालमपुर : बलिदानी कैप्टन विक्रम बत्रा राजकीय महाविद्यालय की राष्ट्रीय सेवा योजना (एनएसएस) इकाई ने शुक्रवार को 'नशा मुक्त युवा, विकसित भारत के लिए' 100 सप्ताह प्रतिज्ञा अभियान के पांचवें सप्ताह में योग एवं आत्मरक्षा दिवस आयोजित किया। प्राचार्य प्रो. पंकज सूद ने युवाओं से नशे से दूर रहकर स्वस्थ जीवनशैली अपनाने की अपील की। उन्होंने कहा कि नशे की लत व्यक्ति, परिवार और समाज को प्रभावित करती है। खेलकूद, योग और सकारात्मक गतिविधियों से ऊर्जा का सही उपयोग किया जा सकता है। नाइजीरिया में आर्ट आफ लिविंग के निदेशक सुकांत पाल चौहान ने आसन, प्राणायाम और ध्यान का अभ्यास करवाया। प्रवीण चंद भट्ट ने कार्यक्रम में सहयोग दिया। (जासंके)

पालमपुर कॉलेज में स्वस्थ जीवनशैली की दी सीख

पालमपुर (कांगड़ा)। शहीद कैप्टन विक्रम बतरा राजकीय महाविद्यालय पालमपुर की एनएसएस इकाई की ओर से नशा मुक्त युवा फॉर विकसित भारत 100 सप्ताह प्रतिज्ञा अभियान के तहत शुक्रवार को योग एवं आत्मरक्षा दिवस का आयोजन किया गया। स्वस्थ युवा, नशा मुक्त युवा थीम पर आयोजित इस विशेष कार्यक्रम के लिए प्रदेश भर से चुनी गई चार एनएसएस इकाइयों में पालमपुर कॉलेज भी शामिल रहा। प्राचार्य प्रो. पंकज सूद ने युवाओं को स्वस्थ जीवनशैली अपनाने की सीख देते हुए नशा मुक्त रहने की शपथ दिलाई। वहीं, आर्ट ऑफ लिविंग नाइजीरिया के निदेशक सुकांत पाल चौहान ने मुख्य संसाधन व्यक्ति के तौर पर विद्यार्थियों को योगासन, प्राणायाम व ध्यान का अभ्यास करवाया जिसमें बनूरी स्कूल के प्रवक्ता प्रवीण चंद भट्ट ने भी सहयोग दिया। कार्यक्रम में करीब 150 स्वयंसेवियों ने भाग लिया। संवाद

DATE

४. दैनिक जागरण : - 18/10/2026

अंकिता सीएससीए अध्यक्ष और अंशिका सचिव नियुक्त



बलिदानी कैप्टन विक्रम बतरा राजकीय महाविद्यालय में शपथ ग्रहण समारोह के दौरान शिक्षकों के साथ कालेज का विद्यार्थी • सौ. कालेज

संवाद सहयोगी, पालमपुर : बलिदानी कैप्टन विक्रम बतर राजकीय महाविद्यालय में केंद्रीय छात्र संघ (सीएससीए) का शपथ ग्रहण समारोह आयोजित किया गया। प्राचार्य प्रो. पंकज सूद ने कहा कि सीएससीए विद्यार्थियों में नेतृत्व, अनुशासन और उत्तरदायित्व की भावना विकसित करने का मंच है। उपप्राचार्य प्रो. कल्पना ऋषि ने पदाधिकारियों को सहयोग और समर्पण से विद्यार्थी हित में काम करने के लिए प्रेरित किया।

इस मौके पर कार्यकारिणी में एमएससी प्राणी विज्ञान तृतीय सत्र की अंकिता अध्यक्ष, बीए तृतीय वर्ष के अखिल कपूर उपाध्यक्ष, बीकॉम प्रथम सत्र की अंशिका सचिव और बीएससी तृतीय वर्ष के विशाल डोगरा संयुक्त सचिव मनोनीत हुए। इनके साथ 30 सदस्यों ने भी शपथ ली।

(5४२) हिमाचल दस्तक

18/10/2026

बतरा कॉलेज में केंद्रीय छात्र संघ ने ली शपथ

पालमपुर। शहीद कैप्टन विक्रम बत्रा राजकीय महाविद्यालय, पालमपुर में शैक्षणिक सत्र 2026-27 के लिए नवगठित केंद्रीय छात्र संघ (सीएससीए) का शपथ ग्रहण समारोह महाविद्यालय के सम्मेलन कक्ष में आयोजित किया गया। महाविद्यालय के प्राचार्य प्रो. पंकज सूद ने नवनियुक्त पदाधिकारियों को बधाई दी। सीएससीए महाविद्यालय प्रशासन और विद्यार्थियों के बीच एक महत्वपूर्ण कड़ी है। उन्होंने विद्यार्थियों से महाविद्यालय की विभिन्न गतिविधियों में सक्रिय भागीदारी निभाने का आह्वान किया। उपप्राचार्य प्रो. कल्पना ऋषि ने पदाधिकारियों को आपसी सहयोग एवं समर्पण के साथ विद्यार्थियों के हित में कार्य करने के लिए प्रेरित किया। एमएससी जूलॉजी तृतीय सत्र की अंकिता अध्यक्ष, बीए तृतीय वर्ष के अखिल कपूर उपाध्यक्ष, बीकॉम प्रथम सत्र की अंशिका सचिव तथा बीएससी तृतीय वर्ष के विशाल डोगरा संयुक्त सचिव मनोनीत किए गए। साथ ही 30 मनोनीत सदस्यों ने शपथ ग्रहण की।

83 अमर उजाला : -

18/10/2026

विक्रम बतरा कॉलेज में अंकिता सीएससीए अध्यक्ष

पालमपुर (कांगड़ा)। शहीद कैप्टन विक्रम बतरा राजकीय महाविद्यालय पालमपुर में शैक्षणिक सत्र 2026-27 के लिए गठित केंद्रीय छात्र संघ (सीएससीए) का शपथ ग्रहण समारोह आयोजित किया गया। इसमें एमएससी जंतु विज्ञान तृतीय सत्र की अंकिता को अध्यक्ष मनोनीत किया गया। उनके साथ 30 मनोनीत सदस्यों ने भी शपथ ग्रहण की। प्राचार्य प्रो. पंकज सूद ने नवनियुक्त पदाधिकारियों को बधाई दी। उन्होंने कहा कि केंद्रीय छात्र संघ विद्यार्थियों में नेतृत्व क्षमता, अनुशासन और उत्तरदायित्व की भावना विकसित करने का महत्वपूर्ण मंच है।

उन्होंने विद्यार्थियों से महाविद्यालय की गतिविधियों में सक्रिय भागीदारी निभाने का आह्वान किया। उपप्राचार्य प्रो. कल्पना ऋषि ने पदाधिकारियों को आपसी सहयोग और समर्पण के साथ विद्यार्थियों के हित में कार्य करने के लिए प्रेरित किया। सीएससीए में बीए तृतीय वर्ष की अखिल कपूर को उपाध्यक्ष, बीकॉम प्रथम सत्र की अंशिका को सचिव और बीएससी तृतीय वर्ष के विशाल डोगरा को संयुक्त सचिव मनोनीत किया गया। संवाद



विक्रम बतरा कॉलेज में छात्र प्रतिनिधि स्टाफ के साथ। -स्रोत : संस्थान

केएलबी पालमपुर में एसा चंदेल बनीं अध्यक्ष

पालमपुर (कांगड़ा)। केएलबी डीएवी कन्या महाविद्यालय पालमपुर में सीएससीए अलंकरण एवं छात्रवृत्ति वितरण समारोह आयोजित किया गया। इसमें एमसीए द्वितीय वर्ष की एसा चंदेल को सीएससीए अध्यक्ष, बीए तृतीय वर्ष की रिंपी को उपाध्यक्ष, बीबीए तृतीय वर्ष की अलीशा को महासचिव और बीसीए प्रथम वर्ष की कृतिका शर्मा को संयुक्त सचिव बनाया गया। अन्य कक्षा प्रतिनिधियों को भी शपथ दिलाकर बैज प्रदान किए गए। समारोह में पूर्व छात्रा कमलेश सूद ने अपने पति डॉ. विनोद कुमार सूद की स्मृति में बीसीए की एक जरूरतमंद और मेधावी छात्रा को 20 हजार रुपये की छात्रवृत्ति दी। वहीं, संस्थापक प्राचार्य बलदेव सिंह ठाकुर की स्मृति में गजराज ठाकुर की ओर से बीए और बीकॉम की दो छात्राओं को 20-20 हजार रुपये की छात्रवृत्ति प्रदान की गई। उप-प्राचार्य डॉ. शिवानी नागपाल ने अतिथियों कमलेश सूद और उत्तरा ठाकुर का स्वागत किया। उत्तरा ठाकुर ने संस्थापक प्राचार्य के शैक्षणिक योगदान को याद किया। निदेशक डॉ. आरएस राणा ने नवगठित छात्र संघ को बधाई दी। संवाद

PAGE

DATE

34. दिव्य हिमाचल :- 18/10/2026

बतरा कालेज में नवनियुक्त पदाधिकारियों को दी बधाई

पालमपुर। शहीद कैप्टन विक्रम बतरा राजकीय महाविद्यालय पालमपुर में शैक्षणिक सत्र 2026-27 के लिए नवगठित केंद्रीय छात्र संघ का शपथ ग्रहण समारोह महाविद्यालय के सम्मेलन कक्ष में आयोजित किया गया।
महाविद्यालय के प्राचार्य प्रो. पंकज सूद ने नवनियुक्त पदाधिकारियों को बधाई दी। उपप्राचार्य प्रो. कल्पना ऋषि ने पदाधिकारियों को आपसी सहयोग एवं समर्पण के साथ विद्यार्थियों के हित में कार्य करने के लिए प्रेरित किया। एमएससी ज्योलॉजी तृतीय सत्र की अंकिता अध्यक्ष, बीए तृतीय वर्ष के अखिल कपूर उपाध्यक्ष, बीकॉम प्रथम सत्र की अंशिका सचिव तथा बीएससी तृतीय वर्ष के विशाल डोगरा संयुक्त सचिव मनोनीत किए गए। साथ ही 30 मनोनीत सदस्यों ने शपथ ग्रहण की। सीएससीए अध्यक्ष अंकिता ने विद्यार्थियों की समस्याओं को प्रशासन तक पहुंचाने की प्रतिबद्धता व्यक्त की।

पंजाब केसरी :- 28/10/2026



पालमपुर : विजेता खिलाड़ी प्राचार्य व अन्यों के साथ सामूहिक चित्र में। (भृगु)

ताइक्वांडो में एस.सी.वी.बी. महाविद्यालय पालमपुर की रानी ने जीता स्वर्ण पदक

पालमपुर, 27 अक्तूबर (भृगु): शहीद कैप्टन विक्रम बतरा राजकीय महाविद्यालय पालमपुर के खिलाड़ियों ने हिमाचल प्रदेश विश्वविद्यालय अंतर महाविद्यालय ताइक्वांडो चैम्पियनशिप में शानदार प्रदर्शन करते हुए एक स्वर्ण और 2 कांस्य पदक जीतकर महाविद्यालय का नाम रोशन किया। राजकीय महाविद्यालय बैजनाथ में आयोजित इस प्रतियोगिता में महाविद्यालय के 4 खिलाड़ियों ने भाग लिया। रानी ने 73 किलोग्राम से अधिक भार वर्ग में स्वर्ण पदक हासिल किया, जबकि कशिश कटोच ने 62 किलोग्राम से कम तथा हिमांशु गर्ग ने 54 किलोग्राम से कम भार वर्ग में कांस्य पदक जीते। वहीं शिवम ने 63 किलोग्राम से कम भार वर्ग में सराहनीय प्रदर्शन किया। महाविद्यालय के प्राचार्य प्रो. पंकज सूद ने पदक विजेता खिलाड़ियों को बधाई देते हुए इसे महाविद्यालय के लिए गर्व का क्षण बताया।

उन्होंने कहा कि विद्यार्थी पढ़ाई के साथ-साथ खेलों में भी अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन कर रहे हैं। महाविद्यालय भविष्य में भी खिलाड़ियों को हरसंभव सहयोग प्रदान करता रहेगा।

स्पोर्ट्स कन्वीनर लैफ्टिनैंट रेणु डोगरा ने खिलाड़ियों की सफलता का श्रेय उनकी कड़ी मेहनत और अनुशासन को दिया। टीम इंचार्ज भावनिका तथा स्पोर्ट्स इंचार्ज डॉ. खुशी राम भगत ने भी खिलाड़ियों की उपलब्धि पर प्रसन्नता व्यक्त करते हुए इसे अन्य विद्यार्थियों के लिए प्रेरणादायक बताया।

दैनिक भास्कर
28/10/2026

बतरा कॉलेज की रानी ने जीता स्वर्ण, दो खिलाड़ियों ने कांस्य पदक जीते

पालमपुर | बतरा महाविद्यालय के चार विद्यार्थियों ने हिमाचल प्रदेश विश्वविद्यालय अंतर महाविद्यालय ताइक्वांडो चैंपियनशिप 2026 में शानदार प्रदर्शन किया। रानी ने 73 किलोग्राम से अधिक भार वर्ग में स्वर्ण, कशिश कटोच ने 62 किलोग्राम से कम और हिमांशु गर्ग ने 54 किलोग्राम से कम भार वर्ग में कांस्य पदक जीते। शिवम ने 63 किलोग्राम से कम भार वर्ग में सराहनीय प्रदर्शन किया। प्राचार्य प्रो. पंकज सूद, स्पोर्ट्स कन्वीनर लेफ्टिनेंट रेणु डोगरा, टीम इंचार्ज भावनिका और स्पोर्ट्स इंचार्ज डॉ. खुशी राम भगत ने खिलाड़ियों को बधाई दी।



PAGE

DATE

58. दैनिक जागरण! - 27/10/26 (588.) हिमाचल दस्तक! - 28/10/2

ताइक्वांडो में बतरा कालेज ने एक स्वर्ण व दो कांस्य पदक जीते



कैप्टन विक्रम बतरा कालेज में पदक विजेता विद्यार्थी प्राध्यापकों के साथ • जागरण

संवाद सहयोगी, जागरण • पालमपुर : कैप्टन विक्रम बतरा राजकीय महाविद्यालय पालमपुर के विद्यार्थियों ने अंतर महाविद्यालय ताइक्वांडो प्रतियोगिता में उत्कृष्ट प्रदर्शन कर एक स्वर्ण व दो कांस्य पदक जीते हैं। प्रतियोगिता 22 से 24 अक्टूबर तक राजकीय महाविद्यालय बैजनाथ में हुई। इसमें पालमपुर कालेज के दो छात्रों व दो छात्राओं ने भाग लिया।

रानी ने 73 किलोग्राम से अधिक भार वर्ग में स्वर्ण,, कशिश कटोच ने 62 किलोग्राम से कम भार वर्ग में कांस्य,, हिमांशु गर्ग ने 54 किलोग्राम से कम भार वर्ग में कांस्य पदक जीता है। शिवम ने 63 किलोग्राम से कम भार वर्ग में सराहनीय प्रदर्शन किया। प्राचार्य प्रो. पंकज सूद ने पदक विजेता खिलाड़ियों को बधाई देते हुए कहा कि यह महाविद्यालय के लिए गर्व का क्षण है। उन्होंने कहा कि विद्यार्थी पढ़ाई के साथ-साथ खेलों में भी उत्कृष्ट प्रदर्शन कर रहे हैं और भविष्य में भी महाविद्यालय खिलाड़ियों को सहयोग देता रहेगा। खेल समन्वयक लेफ्टिनेंट रेणु डोगरा ने बताया कि महाविद्यालय के खिलाड़ियों ने कड़ी मेहनत और अनुशासन से यह मुकाम हासिल किया है। उन्होंने सभी खिलाड़ियों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की। टीम प्रभारी भावनिका व खेल प्रभारी डा. खुशी राम भगत ने खिलाड़ियों की उपलब्धि पर प्रसन्नता व्यक्त की।

एसबीवीबी कॉलेज पालमपुर का ताइक्वांडो में शानदार प्रदर्शन

पालमपुर। शहीद कैप्टन विक्रम बतरा (एसबीवीबी) राजकीय महाविद्यालय पालमपुर के विद्यार्थियों ने हिमाचल प्रदेश विश्वविद्यालय अंतर महाविद्यालय ताइक्वांडो चैंपियनशिप 2026 में उत्कृष्ट प्रदर्शन कर महाविद्यालय का नाम रोशन किया। यह प्रतियोगिता 22 से 24 अक्तूबर तक राजकीय महाविद्यालय बैजनाथ में आयोजित की गई। इसमें एसबीवीबी महाविद्यालय पालमपुर के 4 खिलाड़ियों (2 छात्र, 2 छात्राओं) ने भाग लिया। इसमें रानी ने 73 किलोग्राम से अधिक भार वर्ग में स्वर्ण पदक प्राप्त किया। कशिश कटोच ने 62 किलोग्राम से कम भार वर्ग में कांस्य पदक प्राप्त किया। हिमांशु गर्ग ने 54 किलोग्राम से कम भार वर्ग में कांस्य पदक प्राप्त किया। शिवम ने 63 किलोग्राम से कम भार वर्ग में सराहनीय प्रदर्शन किया। महाविद्यालय के प्राचार्य प्रो. पंकज सूद ने सभी पदक विजेता खिलाड़ियों को बधाई दी।

59. दिव्य हिमाचल! - 28/10/2026

ताइक्वांडो चैंपियनशिप में पालमपुर कालेज का जलवा



पालमपुर। शहीद कैप्टन विक्रम बत्रा राजकीय महाविद्यालय पालमपुर के विद्यार्थियों ने हिमाचल प्रदेश विश्वविद्यालय अंतर महाविद्यालय ताइक्वांडो चैंपियनशिप 2026 में शानदार प्रदर्शन किया है। 22 से 24 अक्तूबर 2026 तक बैजनाथ में आयोजित इस प्रतियोगिता में महाविद्यालय के 4 खिलाड़ियों ने हिस्सा लिया। इसमें रानी ने स्वर्ण पदक, जबकि कशिश कटोच और हिमांशु गर्ग ने कांस्य पदक जीतकर कॉलेज का नाम रोशन किया। प्राचार्य प्रो. पंकज सूद और स्पोर्ट्स कन्वीनर लेफ्टिनेंट रेणु डोगरा ने सभी विजेताओं को बधाई दी।