

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਲਈ ਮਨੋ-ਸਮਾਜਿਕ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਹੈ।

4.0 NEP ,2020 ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ Manodarpan ਜੁਲਾਈ, 2020 ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ, ਸਕੂਲੀ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿੱਚ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।

5.0 ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ, ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਸੰਬੰਧੀ Manodarpan ਅਧੀਨ ਕੁਝ ਸੁਝਾਵਿਤ ਸੇਵਾਵਾਂ/ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ

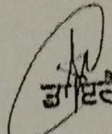
- i. ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਐਤਵਾਰ ਤੱਕ, ਸਵੇਰੇ 8:00 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 8:00 ਵਜੇ ਤੱਕ National toll-free tele-counselling services (844-844-0632) ਦੀ ਸੇਵਾ,
- ii. Live interactive session 'Sahyog' (ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ, 5:00 pm - 5:30 pm) ਅਤੇ 'Paricharcha' (ਹਰ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ, ਦੁਪਹਿਰ 2:30 ਵਜੇ ਸ਼ਾਮ 4:00 ਵਜੇ) PM e-Vidya ਚੈਨਲਾਂ ਤੇ ਪ੍ਰਸਾਰਿਤ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ NCERT Official You Tube ਚੈਨਲਾਂ 'ਤੇ ਵੀ ਉਪਲੱਬਧ ਹੈ।
- iii. ਸਾਲ 2020 ਦੌਰਾਨ Manodarpan ਅਧੀਨ ਸਕੂਲੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਛੇਵੀਂ ਤੋਂ ਬਾਰਵੀਂ ਜਮਾਤ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ 'ਤੇ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਰਵੇਖਣ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ Manodarpan Webpage (https://manodarpan.education.gov.in/assets/downloads/Mental_Health_WSS_a_Survey.pdf) 'ਤੇ ਉਪਲੱਬਧ ਹੈ।

6.0 Manodarpan ਅਧੀਨ Teachers Mental Well-being Survey ਸੰਬੰਧੀ Google form (Link:<https://form.gle/K6HqoLc4c7rkfeJJ9>) 'ਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਭਰੀ ਜਾਵੇ।

7.0 ਸਮੂਹ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਮਿਤੀ 10-10-2023 ਨੂੰ World Mental Health Day ਮਨਾਇਆ ਜਾਵੇ।

8.0 ਸਮੂਹ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਮਿਤੀ 04-10-2023 ਤੋਂ 10-10-2023 ਤੱਕ
ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ/ਕਮਿਊਨਿਟੀ/ ਅਧਿਆਪਕਾਂ/ਮਾਪਿਆਂ/ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ Mental
health and well-being ਸੰਬੰਧੀ ਨਾਲ ਨੱਥੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕਰਵਾਈਆਂ ਜਾਣ।

9.0 ਆਪ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੇ ਅਧੀਨ ਆਉਂਦੇ ਸਾਰੇ ਸਰਕਾਰੀ, ਅਰਧ-ਸਰਕਾਰੀ, ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸਕੂਲਾਂ
ਵਿੱਚ Mental health and well-being ਸੰਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ/ਸਰਵੇਖਣ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ
ਸੰਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਨਾਲ ਨੱਥੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕਰਨ ਲਈ
ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ/ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।


ਡਾਇਰੈਕਟਰ,
ਐਸ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ, ਪੰਜਾਬ

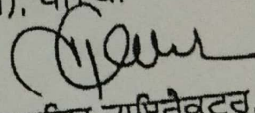
ਮਿਤੀ: ਐਸ.ਏ.ਐਸ. ਨਗਰ, 06-10-2023

ਪਿੱਠ ਅੰਕਣ ਨੰ: ਉਕਤ / 02-05

2023

ਉਪਰੋਕਤ ਦਾ ਉਤਾਰਾ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਨੂੰ ਸੂਚਨਾ ਹਿੱਤ ਭੇਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ :-

1. ਪੀ.ਏ ਟੂ ਸਕੱਤਰ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ, ਪੰਜਾਬ।
2. ਪੀ.ਏ ਟੂ ਸਪੈਸ਼ਲ ਸਕੱਤਰ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ, ਪੰਜਾਬ।
3. ਪੀ.ਏ ਟੂ ਸਪੈਸ਼ਲ ਸਕੱਤਰ-ਕਮ-ਡੀ.ਜੀ.ਐਸ.ਈ., ਪੰਜਾਬ।
4. ਪੀ.ਏ ਟੂ ਡਾਇਰੈਕਟੋਰੇਟ ਆਫ ਸਕੂਲ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ (ਸੈਸਿੰ/ਐਸਿੰ), ਪੰਜਾਬ।


ਸਹਾਇਕ ਡਾਇਰੈਕਟਰ,
ਐਸ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ, ਪੰਜਾਬ।