2026 92602
20/7/2026
ਸੈ-6

ਰਾਜ ਵਿਦਿਅਕ ਖੋਜ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰੀਸ਼ਦ, ਪੰਜਾਬ

ਛੇਵੀਂ ਮੰਜ਼ਿਲ, ਬਲਾਕ-ਈ, ਪੰਜਾਬ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਬੋਰਡ ਕੰਪ, ਫੇਜ਼-8,ਐਸ.ਏ.ਐਸ.ਨਗਰ

Email: -directorscert@punjabeducation.gov.inਫੋਨ ਨੰਬਰ:-0172-2212221

ਵੱਲ

ਸਮੂਹ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫਸਰ (ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਿੱਖਿਆ),
ਪੰਜਾਬ।

ਨੰਬਰ: SCERT/YNV/2026/ 815470/2S7 ਮਿਤੀ:20.07.2026

ਵਿਸ਼ਾ: ਪੰਜਾਬ ਰਾਜ ਦੇ ਸਮੂਹ ਸਰਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ 'ਸਵਾਗਤ ਜ਼ਿੰਦਗੀ' (Welcome Life) ਪੀਰੀਅਡ ਦੇ ਤਹਿਤ 9ਵੀਂ ਅਤੇ 10ਵੀਂ ਜਮਾਤਾਂ ਲਈ 'ਸਕੂਲ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ' ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਸਬੰਧੀ।

ਸ਼੍ਰੀਮਤੀ/ਸ਼੍ਰੀਮਾਨ ਜੀ,

ਉਪਰੋਕਤ ਵਿਸ਼ੇ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ਲਿਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਕੂਲੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ, ਸਾਥੀਆਂ ਦੇ ਦਬਾਅ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਅਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਮਦਦ ਲੈਣ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਨ ਲਈ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ "ਯੁੱਧ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ" ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਧੀਨ 'ਸਕੂਲ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਵੀਡੀਓ ਅਧਾਰਤ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਅਗਸਤ 2025 ਲਾਗੂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। **ਪੰਜਾਬ ਰਾਜ ਦੇ ਸਮੂਹ ਸਰਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ 'ਸਵਾਗਤ ਜ਼ਿੰਦਗੀ' ਪੀਰੀਅਡ ਦੇ ਤਹਿਤ 9ਵੀਂ ਅਤੇ 10ਵੀਂ ਜਮਾਤਾਂ ਲਈ 'ਸਕੂਲ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ' ਪਾਠਕ੍ਰਮ 3 ਅਗਸਤ 2026 ਤੋਂ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਦਾ** ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।ਇਹ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਹਫਤੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰ 'ਸਵਾਗਤ ਜ਼ਿੰਦਗੀ' ਪੀਰੀਅਡ ਦੌਰਾਨ ਪੜ੍ਹਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਦੀ ਪੂਰੀ ਯੋਜਨਾ Annexure 1 ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਅਨੁਸਾਰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ:

1. ਨੋਡਲ ਅਧਿਆਪਕ ਦੀ ਨਿਯੁਕਤੀ (Designation of Nodal Teacher)

- ਹਰੇਕ ਸਕੂਲ ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਚਲਾਉਣ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ 'ਨੋਡਲ ਅਧਿਆਪਕ' ਨਿਯੁਕਤ ਕਰੇਗਾ। ਇਹ ਅਧਿਆਪਕ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ 'ਸਵਾਗਤ ਜ਼ਿੰਦਗੀ' ਜਾਂ ਹੋਰ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਇਸ ਨੋਡਲ ਅਧਿਆਪਕ ਦਾ ਨਾਮ, ਅਹੁਦਾ ਅਤੇ ਫੋਨ ਨੰਬਰ ਇਸ ਪੱਤਰ ਦੇ ਜਾਰੀ ਹੋਣ ਦੇ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਅੰਦਰ-ਅੰਦਰ ਸਬੰਧਤ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫ਼ਸਰ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਨੂੰ ਭੇਜਿਆ ਜਾਵੇ।

2. ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਸਮੱਗਰੀ (Access to Curriculum and Training Material)

- ਸਾਰਾ ਪਾਠਕ੍ਰਮ, ਪਾਠ ਯੋਜਨਾਵਾਂ, ਵੀਡੀਓ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਸਮੱਗਰੀ ਪਹਿਲੇ ਸੈਸ਼ਨ (3 ਅਗਸਤ 2026) ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਧਿਕਾਰਤ ਵੈੱਬਸਾਈਟ `://nashamuktpunjab.com` 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਈ ਜਾਵੇਗੀ।
- ਨੋਡਲ ਅਧਿਆਪਕ ਜੁਲਾਈ 2026 ਵਿੱਚ ਸੈਸ਼ਨ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸਿਖਲਾਈ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੜ੍ਹ ਲੈਣ।
- ਸਕੂਲ ਮੁਖੀ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਗੇ ਕਿ ਕਲਾਸਾਂ ਵਿੱਚ ਲੋੜੀਂਦਾ ਬੁਨਿਆਦੀ ਢਾਂਚਾ (ਇੰਟਰਨੈੱਟ, ਪ੍ਰੋਜੈਕਟਰ ਅਤੇ ਸਪੀਕਰ) ਚਾਲੂ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਹੋਵੇ।

3. ਸੈਸ਼ਨਾਂ ਦੀ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ (Schedule of Sessions)

- ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਦਿੱਤੇ ਕ੍ਰਮ ਅਨੁਸਾਰ, 'ਸੱਵਾਗਤ ਜ਼ਿੰਦਗੀ' ਪੀਰੀਅਡ ਦੌਰਾਨ, ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰ 9ਵੀਂ ਅਤੇ 10ਵੀਂ ਜਮਾਤ ਦੇ ਹਰੇਕ ਸੈਕਸ਼ਨ ਲਈ ਇਹ ਸੈਸ਼ਨ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਦਫ਼ਤਰ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫ਼ਸਰ (ਸੈ.ਸਿ) [illegible]
ਪਿੱਠ ਅੰਕਣ ਨੰ: ਸੀ-4/1/2026/4074 ਮਿਤੀ: 20/07/26
ਉਕਤ ਦਾ ਉਤਾਰਾ ਸਮੂਹ ਸਕੂਲ ਮੁੱਖੀਆਂ ਨੂੰ, ਪੱਤਰ ਅਨੁਸਾਰ
ਲੋੜੀਂਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਹਿੱਤ ਭੇਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫ਼ਸਰ (ਸੈ.ਸਿ)
[illegible]

Scanned with CamScanner

- ਇਹ ਸੈਸ਼ਨ ਅਗਸਤ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਹਫਤੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣਗੇ ਅਤੇ ਪੂਰੇ ਸਾਲ ਦੀ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ (Annexure I) ਅਨੁਸਾਰ ਚੱਲਣਗੇ।

4. ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟਰੈਕਰ - ਲਾਜ਼ਮੀ ਰਿਪੋਰਟਿੰਗ (Screening Tracker - Mandatory Reporting)

- ਨੋਡਲ ਅਧਿਆਪਕ ਹਰੇਕ ਸੈਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪੋਰਟਲ 'ਤੇ ਦਿੱਤੇ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟਰੈਕਰ ਫਾਰਮ ਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰ ਭਰਨ।
- ਇਹ ਫਾਰਮ ਸੈਸ਼ਨ ਹੋਣ ਦੇ ਉਸੇ ਦਿਨ ਜਾਂ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਭਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਤਾਰੀਖ, ਜਮਾਤ, ਪੜ੍ਹਾਇਆ ਵਿਸ਼ਾ ਅਤੇ ਹਾਜ਼ਰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਲਿਖਣੀ ਹੋਵੇਗੀ।
- ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟਰੈਕਰ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਭਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਸੇ ਰਿਕਾਰਡ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਅਤੇ ਰਾਜ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਕੰਮ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

5. ਡੈਸ਼ਬੋਰਡ ਰਾਹੀਂ ਨਿਗਰਾਨੀ (Monitoring through the Dashboard).

- ://nashamuktpunjab.com 'ਤੇ ਇੱਕ ਨਿਗਰਾਨੀ ਡੈਸ਼ਬੋਰਡ ਉਪਲਬਧ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਸਕੂਲ-ਵਾਰ, ਬਲਾਕ-ਵਾਰ ਅਤੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ-ਵਾਰ ਕੰਮ ਦੀ ਪ੍ਰਗਤੀ (ਤਰੱਕੀ) ਦੇਖੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫ਼ਸਰ ਹਰ 15 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਇਸ ਡੈਸ਼ਬੋਰਡ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨਗੇ ਅਤੇ ਪਿੱਛੇ ਰਹਿ ਗਏ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ ਬੀ.ਐਨ.ਓ ਰਾਹੀਂ ਕੰਮ ਪੂਰਾ ਕਰਵਾਉਣਗੇ।
- ਡੀ.ਈ.ਓਜ਼ (DEOs) ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਐਸ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ., ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਨਿਰਧਾਰਤ ਫਾਰਮੈਟ ਵਿੱਚ ਭੇਜਣਗੇ।

6. ਸਕੂਲ ਮੁਖੀਆਂ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ (Responsibilities of Heads of Institutions)

- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਗੇ ਕਿ ਨੋਡਲ ਅਧਿਆਪਕ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਰੁਕਾਵਟ ਦੇ ਸੈਸ਼ਨ ਲੈ ਸਕਣ।
- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਗੇ ਕਿ 9ਵੀਂ ਅਤੇ 10ਵੀਂ ਜਮਾਤ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸੈਕਸ਼ਨ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਕਵਰ ਕੀਤੇ ਜਾਣ। ਕੋਈ ਵੀ ਸੈਸ਼ਨ ਨਾ ਛੱਡਿਆ ਜਾਵੇ।
- ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਲਈ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੈਕਿੰਗ ਟੀਮਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਸਹਿਯੋਗ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ।
- ਜੇਕਰ ਸੈਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਕਿਸੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਕਾਊਂਸਲਿੰਗ ਜਾਂ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਕੂਲ ਮੁਖੀ ਗੁਪਤਤਾ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਉਸਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਕਾਊਂਸਲਿੰਗ ਕਰਾਉਣ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ।

ਸਮੂਹ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫ਼ਸਰਾਂ ਨੂੰ ਹਦਾਇਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਇਹ ਪੱਤਰ ਆਪਣੇ ਅਧੀਨ ਆਉਂਦੇ ਸਮੂਹ ਸਰਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਭੇਜਦੇ ਹੋਏ ਇਹਨਾਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਇੰਨ-ਬਿੰਨ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇ।

ਅਨੇਕਸਚਰ 1 (ANNEXURE I)

ਸਕੂਲ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ 2026 ਲਈ ਸੈਸ਼ਨ ਯੋਜਨਾ (ਕੁੱਲ 14 ਸੈਸ਼ਨ)

ਸੈਸ਼ਨ ਨੰਬਰ	ਵੇਰਵੇ (Details)	ਮਿਤੀਆਂ (Dates)
1	ਦਸਤਾਵੇਜ਼ੀ ਵੀਡੀਓ 1: ਵਿਸ਼ਵਜੀਤ (Documentary Video 1: Vishwajeet)	ਅਗਸਤ
2	ਦਸਤਾਵੇਜ਼ੀ ਵੀਡੀਓ 2: ਜਰਨੈਲ (Documentary Video 2: Jarnail)	ਅਗਸਤ
3	ਇੰਟਰਐਕਟਿਵ ਗਤੀਵਿਧੀ: ਪੀਅਰ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਰੋਲ ਪਲੇ (Interactive Activity: Peer Pressure Role Play)	ਅਗਸਤ
4	ਮਾਹਿਰ ਵੀਡੀਓ: ਗੁਰਪ੍ਰਤਾਪ ਪੰਨੂ (Expert Video: Gurpratap Pannu)	ਸਤੰਬਰ

Scanned with CamScanner

	ਦਸਤਾਵੇਜ਼ੀ ਵੀਡੀਓ 3: ਮਨਪ੍ਰੀਤ (Documentary Video 3: Manpreet)	ਸਤੰਬਰ
	ਵਰਕਸ਼ੀਟ 1 (Worksheet 1)	ਅਕਤੂਬਰ
	ਦਸਤਾਵੇਜ਼ੀ ਵੀਡੀਓ 4: ਕੰਵਲ (Documentary Video 4: Kanwal)	ਅਕਤੂਬਰ
8	ਵਰਕਸ਼ੀਟ 2 (Worksheet 2)	ਅਕਤੂਬਰ
9	ਦਸਤਾਵੇਜ਼ੀ ਵੀਡੀਓ 5: ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ (Documentary Video 5: Amritpal)	ਨਵੰਬਰ
10	ਦਸਤਾਵੇਜ਼ੀ ਵੀਡੀਓ 6: ਕਰਨ (Documentary Video 6: Karan)	ਨਵੰਬਰ
11	ਵਰਕਸ਼ੀਟ 3 (Worksheet 3)	ਨਵੰਬਰ
12	ਦਸਤਾਵੇਜ਼ੀ ਵੀਡੀਓ 7: ਕਰਨੈਲ (Documentary Video 7: Karnail)	ਦਸੰਬਰ
13	ਦਸਤਾਵੇਜ਼ੀ ਵੀਡੀਓ 8: ਪ੍ਰਿੰਸ (Documentary Video 8: Prince)	ਦਸੰਬਰ
14	ਸਮਾਪਤੀ ਵੀਡੀਓ - ਸਹੁੰ ਸਮੇਤ (Wrap up video with Pledge)	ਜਨਵਰੀ

ਕਿਰਨ ਸ਼ਰਮਾ ਪੀ.ਸੀ.ਐਸ

ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਐਸ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ., ਪੰਜਾਬ

ਪਿੱਠ ਅੰਕਣ ਨੰ: ਉਕਤ ਮਿਤੀ:20.07.2026

ਉਪਰੋਕਤ ਦਾ ਉਤਾਰਾ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਨੂੰ ਸੂਚਨਾ ਅਤੇ ਅਗਲੇਰੀ ਯੋਗ ਕਾਰਵਾਈ ਹਿੱਤ ਭੇਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

1. ਪੀ.ਏ. ਟੂ ਮਾਨਯੋਗ ਸਕੱਤਰ,ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ, ਪੰਜਾਬ।
2. ਪੀ.ਏ. ਟੂ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਐਸ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ., ਪੰਜਾਬ।

ਡਾ.ਬਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ

ਸਹਾਇਕ ਡਾਇਰੈਕਟਰ,

ਐਸ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ., ਪੰਜਾਬ

Scanned with CamScanner