State Council of Educational Research & Training, Punjab
Block-E, 6th Floor, Punjab School Education Board Complex
Phase 8, Sector 62, Mohali, 160062 Punjab Phone: 0172-2212221

ਵੱਲ

ਸਮੂਹ ਜਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫਸਰ (ਸੈ.ਸਿ)
ਸਮੂਹ ਡਾਇਟ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ
ਪੰਜਾਬ

ਮੀਮੋ ਨੰ :826854/1174 ਮਿਤੀ: 13-02-2025

Subject:- Regarding Pariksha Pe Charcha ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ।

ਹਵਾਲਾ :- Ministry Of Education ਵਲੋਂ ਭੇਜੇ ਗਏ ਪੱਤਰ ਨੰ D.O.No 2-5/2024-PPC ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ।

ਉਪਰੋਕਤ ਵਿਸ਼ੇ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ਦੱਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਾਣਯੋਗ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਜੀ ਵਲੋਂ 10 ਫਰਵਰੀ, 2025 ਨੂੰ ਸਵੇਰੇ 11.00 ਵਜੇ ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ ਵਿਖੇ "ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਪੇ ਚਰਚਾ 2025" ਦੇ ਇੱਕ ਹੋਰ ਦਿਲਚਸਪ ਐਡੀਸ਼ਨ ਲਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕੀਤੀ ਗਈ।

1.0 ਉਕਤ ਦੇ ਸੰਦਰਭ ਵਿੱਚ ਮਿਤੀ 12 ਜਨਵਰੀ ਤੋ 18 ਜਨਵਰੀ 2025 ਤੱਕ MINISTRY OF EDUCATION ਵਲੋਂ 7 ਸੈਸ਼ਨ ਜੋ ਕਿ ਅਲੱਗ ਅਲੱਗ ਥਾਂਵਾਂ ਤੇ ਕਰਵਾਏ ਗਏ। ਉਹਨਾਂ episodes ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਭਿੰਨ-ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਸ਼ਖਸੀਅਤਾਂ ਵਲੋਂ ਆਪਣੇ ਅਨੁਭਵ, ਗਿਆਨ, ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਦੇ ਮੁੱਖ ਪਹਿਲੂਆਂ ਅਤੇ ਸਿੱਖਣ 'ਤੇ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨਗੀਆਂ। ਇਹ ਐਪੀਸੋਡ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਮੁੱਦਿਆਂ 'ਤੇ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਹਨ,ਜੋ ਕਿ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਹਨ:-

(i) <u>ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ</u>: ਸ਼੍ਰੀਮਤੀ ਦੀਪਿਕਾ ਪਾਦੁਕੋਣ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਪ੍ਰਗਟਾਵੇ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨਗੇ।

(ii) <u>ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਅਤੇ ਵਿੱਤ</u>: ਸ਼੍ਰੀ ਗੌਰਵ ਚੌਧਰੀ (ਤਕਨੀਕੀ ਗੁਰੂਜੀ) ਅਤੇ ਸ਼੍ਰੀਮਤੀ ਰਾਧਿਕਾ ਗੁਪਤਾ smarter learning and financial literacy ਲਈ ਇੱਕ ਸਾਧਨ ਵਜੋਂ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨਗੇ।

(iii) <u>ਪੋਸ਼ਣ:</u> ਸ਼੍ਰੀਮਤੀ ਸ਼ੋਨਾਲੀ ਸਭਰਵਾਲ ਅਤੇ ਸ਼੍ਰੀਮਤੀ ਰੁਜਯੂਟਾ ਦਿਵੇਕਰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਅਤੇ ਅਕਾਦਮਿਕ ਸਫਲਤਾ ਵਿੱਚ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਾਲੀ ਨੀਂਦ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦੇਣਗੇ। ਸ਼੍ਰੀ ਰੇਵੰਤ ਹਿਮਤਸਿੰਗਕਾ, ਜਿਸਨੂੰ ਫੂਡ ਕਿਸਾਨ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇੱਕ ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਜੀਉਣ ਬਾਰੇ ਸੂਝ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਗੇ।

2.0. ਇਹ ਐਪੀਸੋਡ 12 ਫਰਵਰੀ ਤੋਂ 15 ਫਰਵਰੀ, 2025 ਤੱਕ ਸਵੇਰੇ 10.00 ਵਜੇ **Doordarshan through DD National, DD News and DD India etc.** ਰਾਂਹੀ ਸਿੱਧਾ ਪ੍ਰਸਾਰਿਤ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ। **ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਟੀਵੀ ਚੈਨਲਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਸਿੱਧਾ ਪ੍ਰਸਾਰਣ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਹ ਰੇਡੀਓ ਚੈਨਲਾਂ (All India Radio Medium Wave, All India Radio FM Channel) ਤੇ ਲਾਈਵ ਪ੍ਰਸਾਰਣ ਰਾਹੀਂ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹੋਵੇਗਾ। PMO, MoE, Doordarshan, MyGov.in and YouTube channel of MoE, Facebook Live and Swayamprabha channels of MoE.ਚੈਨਲਾਂ ਦੀਆਂ Websites ਤੇ Live Web streaming** ਰਾਂਹੀ ਵੀ ਉਪਲੱਬਧ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸਨੂੰ ਹੇਠ ਦਿੱਤੇ ਲਿੰਕ 'ਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ:-

https://www.youtube.com/watch?v=DrW4c ttmew

3.0 ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅਧਿਕਾਰਤ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਅਤੇ ਸਾਰੀਆਂ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਬੈਨਰ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਹਦਾਇਤਾਂ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਬੈਨਰ ਲਈ ਲਿੰਕ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਹੈ:-

https://drive.gooole.com/drive/folders/1R7tSyifCWHVXq3pYbUv22OGsk7vrm5D3

ਆਪ ਜੀ ਨੂੰ ਹਦਾਇਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਕਿ ਆਪਣੇ ਜਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਸਕੂਲ ਮੁਖੀਆਂ ਨੂੰ ਉਪਰੋਕਤ ਸਬੰਧੀ ਸੂਚਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਅਮਨਿੰਦਰ ਕੌਰ (ਪੀ.ਸੀ.ਐਸ)
ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਐਸ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ,
ਪੰਜਾਬ

ਪਿਠ ਅੰਕਣ ਨੰ: ਉਕਤ :

ਮਿਤੀ:- 13-02-2025

ਉਪਰੋਕਤ ਦਾ ਉਤਾਰਾ ਪੀ.ਏ.ਟੂ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਐਸ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ ਨੂੰ ਸੂਚਨਾ ਹਿੱਤ ਭੇਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

- **ਨੱਥੀ ਪੱਤਰ**

ਸਹਾਇਕ ਡਾਇਰੈਕਟਰ
ਐਸ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ

GOVERNMENT OF INDIA
MINISTRY OF EDUCATION
DEPARTMENT OF SCHOOL EDUCATION & LITERACY
SHASTRI BHAVAN
NEW DELHI-110 115

सत्यमेव जयते

भारत सरकार
शिक्षा मंत्रालय
स्कूल शिक्षा और साक्षरता विभाग
शास्त्री भवन
नई दिल्ली - 110 115

Prachi Pandey
Joint Secretary (Inst. & Trng.)
Tel. 011-23389247

D.O. No. 2-5/2024-PPC

Dated 11th February, 2025

Respected Madam/Sir,

As you are aware, the Hon'ble Prime Minister interacted with students for another exciting edition of Pariksha Pe Charcha 2025 at New Delhi on 10th February, 2025 at 11.00 AM.

2. Adding a fresh dimension, PPC2025 will feature renowned personalities from diverse fields who will share their experiences and knowledge, guiding students on key aspects of life and learning, in 7 subsequent episodes of PPC. Students participating in these session were also drawn through a process of selection from the States / UTs, different educational organisation and nation-level school competitions. These episodes, focussing on varied issues include:-

(i) **Mental Health**: Ms. Deepika Padukone will discuss the importance of emotional well-being and self-expression.
(ii) **Technology & Finance**: Shri Gaurav Chaudhary (Technical Guruji) and Ms, Radhika Gupta will explore technology as a tool for smarter learning and financial literacy.
(iii) **Nutrition**: Ms. Shonali Sabherwal and Ms. Rujuta Diwekar will highlight healthy eating habits and the role of quality sleep in academic success. Shri Revant Himatsingka, known as Food Farmer, will provide insights into leading a healthy lifestyle.
(iv) **Mindfulness & Mental Peace**: Shri Sadhguru will share practical mindfulness techniques to help students maintain mental clarity and focus.

3. These episodes will be broadcast live from 12th February to 15th February, 2025 at 10.00 AM by Doordarshan through DD National, DD News and DD India etc. Most of the private TV channels would also broadcast the programme live. It will also be available through live airing on radio channels (All India Radio Medium Wave, All India Radio FM Channel) Live Web streaming on websites of PMO, MoE, Doordarshan, MyGov.in and YouTube channel of MoE, Facebook Live and Swayamprabha channels of MoE. The same can be viewed online on the link :- https://www.youtube.com/watch?v=DrW4c_ttmew

4. Further, insutructions may be issued to display banner on your official websites and at all prominent places. Link for the banner may be accessed at :https://drive.google.com/drive/folders/1R7tSyifCWHVXq3pYbUv22OGsk7vrm5D3

5. I would request to make necessary arrangements for viewing so that all the students in all schools can view/hear the telecast.

Kind regards,

Yours sincerely,

Prachi Pandey

(Prachi Pandey)

Additional Chief Secretaries/ Principal Secretaries/ Secretaries (Education) of all States and UTs.