केन्द्रीय माध्यमिक शिक्षा बोर्ड
(शिक्षा मंत्रालय, भारत सरकार के अधीन एक स्वायत्त संगठन)
CENTRAL BOARD OF SECONDARY EDUCATION
(An Autonomous Organisation under the Ministry of Education, Govt. of India)

संख्या: सीबीएसई/मीडिया व जन-संपर्क/परामर्श/2025 **दिनांक: 21.08.2025**

सीबीएसई से संबद्ध सभी विद्यालयों/संस्थानों के
सभी प्रधानाचार्य/विद्यालय प्रमुख

विषय: सीबीएसई विद्यालयों में टेली-मानस मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं का एकीकरण और प्रसार

महोदय/महोदया,
भारत सरकार के स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय ने मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं को अधिक सुलभ, पूर्वाग्रह-मुक्त और युवाओं के अनुकूल बनाने के लिए महत्त्वपूर्ण कदम उठाए हैं। इसी संदर्भ में "राष्ट्रीय टेली मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम" (टेली-मानस) प्रारंभ किया गया है, जो नागरिकों, विशेषकर विद्यार्थियों के कल्याण हेतु निशुल्क, गोपनीय और 24×7 मानसिक स्वास्थ्य हेल्पलाइन की सुविधा प्रदान करता है।

10 अक्तूबर 2022 को इसकी शुरुआत के बाद से टेली-मानस के माध्यम से राज्यों और संघ राज्य क्षेत्रों में स्थापित 53 समर्पित प्रकोष्ठों द्वारा 23 लाख से अधिक कॉल्स का प्रत्युत्तर दिया गया है। ये सेवाएँ वर्तमान में 20 भाषाओं में उपलब्ध हैं और प्रशिक्षित मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञों द्वारा संचालित हैं। किशोरों एवं युवा शिक्षार्थियों की विशिष्ट आवश्यकताओं को ध्यान में रखते हुए मंत्रालय ने रीयल-टाइम, गोपनीय संवाद हेतु वीडियो परामर्श मंच तथा टेली-मानस मोबाइल ऐप (हिंदी और अंग्रेज़ी में उपलब्ध) भी शुरू किया है, जिससे सुलभता बढ़े। शीघ्र ही और भी क्षेत्रीय भाषाओं में सुविधा एकीकृत की जाएगी।

विद्यालय विद्यार्थियों की भावनात्मक दृढ़ता के निर्माण के लिए एक महत्त्वपूर्ण परिवेश है। विद्यार्थियों को टेली-मानस मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं की जानकारी देकर और इन्हें सुलभ करवाते हुए विद्यालय एक स्वस्थ एवं आत्मविश्वास युक्त पीढ़ी के निर्माण में अहम भूमिका निभा सकते हैं।

अतः सभी सीबीएसई संबद्ध विद्यालयों से अनुरोध है कि विद्यालय परिसर में टेली-मानस सेवाओं के एकीकरण हेतु निम्नलिखित कदम उठाएँ:

1. टेली-मानस हेल्पलाइन नंबर–14416 तथा 1800-891-4416–और टेली-मानस ऐप का QR कोड प्रमुख स्थानों पर प्रदर्शित करें, विशेषकर परामर्शदाता कक्षों, सामान्य सूचना पट्टों, पुस्तकालयों और आईसीटी प्रयोगशालाओं के निकट।
2. विद्यालय समाचार बुलेटिन/पत्र, छात्र पुस्तिकाओं, प्रार्थना सभाओं और अभिभावक-शिक्षक बैठकों में मानसिक स्वास्थ्य जागरूकता और टेली-मानस की जानकारी शामिल करें।
3. छात्र कल्याण और जीवन-कौशल शिक्षा गतिविधियों के दौरान भारत सरकार के स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय द्वारा विकसित आईईसी वीडियो का प्रयोग करें।
4. विद्यालय परामर्शदाताओं और वेलनेस समन्वयकों का क्षमता निर्माण करें ताकि आवश्यकता होने पर विद्यार्थियों को टेली-मानस सेवाएं प्रदान कराई जा सके।

"शिक्षा केन्द्र", 2, सामुदायिक केन्द्र, प्रीत विहार, दिल्ली-110092
"SHIKSHA KENDRA" 2, COMMUNITY CENTRE, PREET VIHAR, DELHI-110092
Phone (off.) : 011-22509256-59, 22041807-08, Website: www.cbse.gov.in, www.cbse.nic.in

5. समग्र शिक्षा या पीएम श्री स्कूलों के अंतर्गत चल रहे विद्यालय कार्यक्रमों के सहयोग से आयु-उपयुक्त, सहपाठी-नेतृत्व वाली स्वास्थ्य जागरूकता गतिविधियों को प्रोत्साहित करें।

अतः अनुरोध है कि इस जानकारी का विद्यालय के सभी कर्मचारियों, विद्यार्थियों और अभिभावकों के बीच व्यापक प्रसार सुनिश्चित करें। विद्यालयी शिक्षा ढाँचे में टेली-मानस सेवाओं के सफल एकीकरण हेतु आपका सक्रिय सहयोग अत्यंत आवश्यक है।

हस्ता/-
(हिमांशु गुप्ता)
सचिव

Scan here
to download the Tele MANAS app now!

टेली मानस एप्प क्यू आर कोड

प्रतिलिपि: निम्नलिखित संबंधित विद्यालयों, निदेशालयों, संगठनों और संस्थानों के प्रमुखों को अपने अधिकार क्षेत्र के अंतर्गत आने वाले सभी विद्यालयों में यह सूचना प्रसारित करने के अनुरोध सहित :

1. आयुक्त, केंद्रीय विद्यालय संगठन, 18 इंस्टीट्युशनल क्षेत्र, शहीद जीत सिंह मार्ग, नई दिल्ली-16
2. आयुक्त, नवोदय विद्यालय समिति, बी-15, सेक्टर-62, इंस्टीट्युशनल क्षेत्र, नोएडा-201309
3. सचिव, एकलव्य मॉडल आवासीय विद्यालय (ईएमआरएस), जनजातीय कार्य मंत्रालय, भारत सरकार
4. सचिव, सैनिक स्कूल सोसाइटी, कमरा नंबर 101, डी-1 विंग, सेना भवन, नई दिल्ली-110001
5. अध्यक्ष, ओडिशा आदर्श विद्यालय संगठन, एन-1/9, दूरदर्शन केंद्र के निकट, पोस्ट ऑफिस सैनिक स्कूल नयापल्ली, भुवनेश्वर, ओडिशा-751005
6. शिक्षा निदेशक, शिक्षा निदेशालय, एनसीटी दिल्ली सरकार, पुराना सचिवालय, दिल्ली-110054
7. जन अनुदेशन निदेशक (स्कूल), संघ राज्य क्षेत्र सचिवालय, सेक्टर 9, चंडीगढ़-160017
8. शिक्षा निदेशक, सिक्किम सरकार, गंगटोक, सिक्किम -737101
9. स्कूल शिक्षा निदेशक, अरुणाचल प्रदेश सरकार, ईटानगर -791111
10. शिक्षा निदेशक, अंडमान और निकोबार द्वीप समूह सरकार, पोर्ट ब्लेयर - 744101
11. स्कूल शिक्षा निदेशक, लद्दाख, कमरा नं.101-102, भूतल, परिषद सचिवालय, कुर्बाथांग, कारगिल - लद्दाख
12. स्कूल शिक्षा निदेशक, आंध्र प्रदेश, तीसरी मंजिल, बी ब्लॉक, अंजनेया टावर्स, वीटीपीएस रोड, भीमाराजू गुट्टा, इब्राहिमपटनम, आंध्र प्रदेश - 521456

13. निदेशक, केंद्रीय तिब्बती स्कूल प्रशासन, ईएसएसईएसएस प्लाजा, सामुदायिक केंद्र, सेक्टर -3, रोहिणी, दिल्ली
14. अपर महानिदेशक, सेना शिक्षा, ए-विंग, सेना भवन, डीएचक्यू, पीओ, नई दिल्ली-110001
15. सचिव, एडब्ल्यूईएस, रक्षा मंत्रालय (सेना) का एकीकृत मुख्यालय, एफडीआरसी बिल्डिंग नं. 202, शंकर विहार (एपीएस के पास), दिल्ली कैंट-110010
16. राज्य परियोजना निदेशक, ओडिशा आदर्श स्कूल संगठन, नंबर-1/9, नयापल्ली, पी.ओ. सैनिक स्कूल, भुवनेश्वर, जिला-खोर्दा, ओडिशा-751005
17. अध्यक्ष, सीबीएसई के उस सचिव
18. सभी निदेशक/विभागाध्यक्ष, सीबीएसई
19. सीबीएसई के सभी क्षेत्रीय निदेशक/क्षेत्रीय अधिकारीगण को इस अनुरोध के साथ कि वे अपने-अपने क्षेत्रों में बोर्ड से संबद्ध सभी स्कूलों के प्रमुखों को यह परिपत्र भेजें।
20. सभी संयुक्त सचिव/उप सचिव/अवर सचिव/सहायक सचिव, सीबीएसई
21. सभी प्रमुख/प्रभारी, उत्कृष्टता केंद्र, सीबीएसई
22. संयुक्त सचिव (आईटी इकाई),सीबीएसई को इस अनुरोध के साथ कि इस परिपत्र को सीबीएसई वेबसाइट पर अपलोड करें।

हस्ता/-

सचिव