



ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ
ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸೇವಾ ಯೋಜನೆ
ನಿರ್ದೇಶಕರ ಕಛೇರಿ, ಪದವಿ ಪೂರ್ವ ಶಿಕ್ಷಣ ಇಲಾಖೆ, 18 ನೇ ಕ್ರಾಸ್, ಮಲ್ಲೇಶ್ವರಂ, ಬೆಂಗಳೂರು-560012.

ಸಂಖ್ಯೆ:ರಾಸೇಯೋ:ಪಪೂಶಿಇ:ಯೋಮ:400/2020-21

ದಿನಾಂಕ:12.06.2020

ಸುತ್ತೋಲೆ

ವಿಷಯ:-ದಿನಾಂಕ 21-06-2020ರಂದು ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಯೋಗ ದಿನಾಚರಣೆಯನ್ನು ಆಚರಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ
ಉಲ್ಲೇಖ: ಭಾರತ ಸರ್ಕಾರದ ಇವರ ಪತ್ರ ಸಂಖ್ಯೆ: F.NO.P-24-1/2020/NSS/DTE:878-894 DATE:11-06-2020

ಮೇಲ್ಕಂಡ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಉಲ್ಲೇಖಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಈ ವರ್ಷದ ಅಂತರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಯೋಗ ದಿನವನ್ನು ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ "ಮನೆಯಲ್ಲೇ ಯೋಗ ದಿನ" ಶೀರ್ಷಿಕೆಯೊಂದಿಗೆ ಯೋಗ ಆಚರಿಸಲು ಮತ್ತು ಕೋವಿಡ್ 19ರ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಯನ್ನು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಆಚರಿಸಲು ಸೂಚಿಸಿದೆ.

ತಮ್ಮ ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ಎನ್.ಎಸ್.ಎಸ್ ವತಿಯಿಂದ ಯೋಗ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಿ ಮತ್ತು ಯೋಗ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಪೋಟೋಗಳನ್ನು Face book, Twitter and YouTube ನಲ್ಲಿ ಕಳುಹಿಸುವುದು.

ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ಎನ್.ಎಸ್.ಎಸ್. ಪ್ರಾಂತೀಯ ಕೇಂದ್ರದ ಭಾರತ ಸರ್ಕಾರದ ಆದೇಶದ ಪ್ರತಿಯನ್ನೂ ಕೂಡ ಲಗತ್ತಿಸಿ ಸೂಚಿಸಿರುವ ನಿಯಮದಂತೆ ಎನ್.ಎಸ್.ಎಸ್ ಕಾರ್ಯಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿ ಕೊಳ್ಳಲು ಪತ್ರವನ್ನು ಇದರೊಂದಿಗೆ ಲಗತ್ತಿಸಿ ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ.

ತಮ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸಿ

(ಡಾ.ರಮೇಶ್ ಸಿ.ಜಿ)

ಎನ್.ಎಸ್.ಎಸ್. ಸಂಯೋಜನಾಧಿಕಾರಿಗಳು
ಪದವಿ ಪೂರ್ವ ಶಿಕ್ಷಣ ಇಲಾಖೆ
ಬೆಂಗಳೂರು

ಪ್ರತಿ:

1. ಡಾ: ಗಣನಾಥ ಶೆಟ್ಟಿ, ರಾಜ್ಯ ಎನ್.ಎಸ್.ಎಸ್.ಅಧಿಕಾರಿ ಹಾಗೂ ಪದನಿಮಿತ್ತ ಸರ್ಕಾರದ ಜಂಟಿ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ,ಎನ್.ಎಸ್.ಎಸ್ ಕೋಶ, ಯುವ ಸಬಲೀಕರಣ ಮತ್ತು ಕ್ರೀಡಾ ಇಲಾಖೆ.
2. ಪ್ರಾಂತೀಯ ನಿರ್ದೇಶಕರು ಪ್ರಾಂತೀಯ ಕೇಂದ್ರ ರಾ.ಸೇ.ಯೋ. ಭಾರತ ಸರ್ಕಾರ ಬೆಂಗಳೂರು.
3. ಸಹಾಯಕ ನಿರ್ದೇಶಕರು, ಇ ಗರ್ವನೆಸ್ ರವರಿಗೆ ಇಲಾಖೆ ವೆಬ್‌ಸೈಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟಿಸಲು
4. ಸಂಬಂಧ ಪಟ್ಟ ಕಾಲೇಜುಗಳ ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರು
5. ಸಂಬಂಧ ಪಟ್ಟ ಕಾಲೇಜುಗಳ ಎನ್.ಎಸ್.ಎಸ್ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಾಧಿಕಾರಿಗಳು
6. ಕಛೇರಿ ಪ್ರತಿ.

Guideline for NSS units in observing of International Day of Yoga-2020

IDY-2020 presents an occasion for all the NSS units in the Universities & their affiliated colleges along with all the schools to come forward and spread the message about the rewards of regular practice of yoga among NSS volunteers, students/employees/staffs. Every individual stands to gain from the regular practice of yoga through long term benefits in health, happiness and well-being. Each Student/Staff can play an important role in making IDY an effective national movement for health and wellness. Here are some suggested activities to reach out to all the NSS volunteers students/ employees/ staffs and induct them into the blissful world of yoga:

- This year's IDY will be observed around the themes Yoga @Home and Yoga with family.
- Efforts may be taken to organize Yoga related activities such as online lectures, workshops etc. by Yoga experts, starting 1 week ahead of IDY. This would help in building up enthusiasm as we draw closer to 21st June, 2020.
- The Common Yoga Protocol shall be performed individually or with family within the confines of their homes on 21st June, 2020 from 7:00 A.M. to 7:45 A.M. followed by any suitable and customized 15-minute programme on Yoga.
- Some competitions on Yoga-theme may also be organized to create interest among the students/employees
- NSS units may arrange a live screening of Doordarshan's national telecast related to International Day of Yoga on 21st June, 2020, to foster the sense of participating in the nation-wide yoga movement.
- Banners/ Cut outs on IDY - 2020 may be displayed at vantage points.
- NSS units can display Yoga Charts and standees inside their offices.
- If the NSS units are having any official newsletter, bulletin or magazine, articles and related matter about Yoga may be published.
- NSS units may encourage NSS volunteers to participate in quiz and other competitions being organized by Ministry of AYUSH. They may encourage NSS volunteers to participate in the online video contest (My Life- My Yoga) conducted by CCRYN, Ministry of AYUSH and ICCR. One can find the guidelines and competition details in the yoga portal of Ministry website.
- Organize Yoga lectures, webinars on health in association with NGOs involving Yoga experts.
- It is of utmost important that the concept of Yoga@Home be highlighted in any such communication, due to COVID-19 to avoid any miscommunication/misunderstanding which may lead to the violation of leading Govt advisories on the management of the pandemic—especially mass gatherings, social distancing norms, and use of basic protective measures such as masks and sanitizers.
- NSS units may plan long term activities related to Yoga, so that the impact of IDY-related mobilization goes on well beyond 21st June, 2020.