

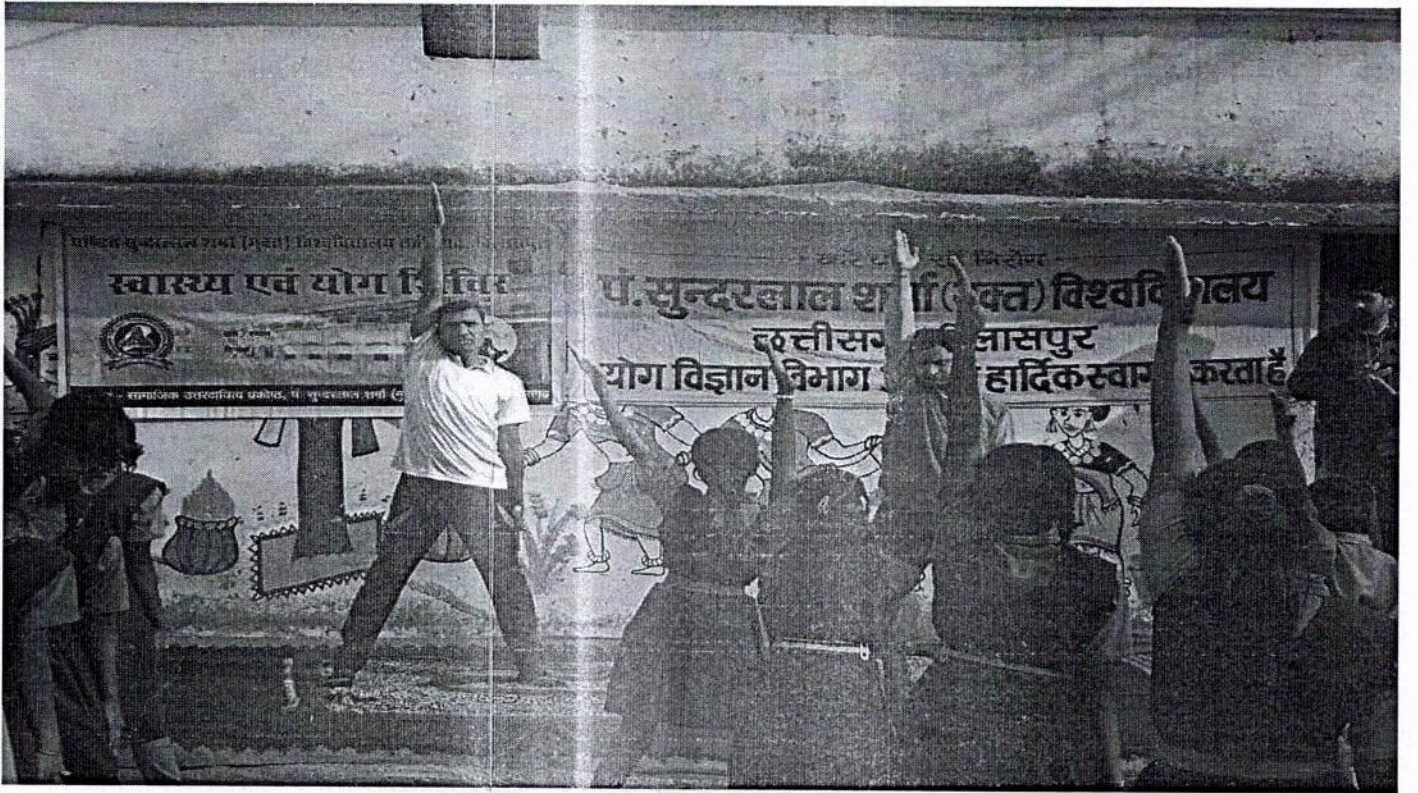


पण्डित सुन्दरलाल शर्मा (मुक्त) विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़  
कोनी - बिरकोना मार्ग, बिलासपुर (छ.ग.) 495009 दूरभाष क्रमांक : (07752 - 240712)  
(छ.ग. शासन के अधिनियम क्रमांक 26 सन् 2004 द्वारा स्थापित)

[www.pssou.ac.in](http://www.pssou.ac.in) E-mail-[registrar@pssou.ac.in](mailto:registrar@pssou.ac.in)

दो दिवसीय योग-स्वास्थ्य शिविर का आयोजन  
(10 से 11 दिसम्बर 2021)

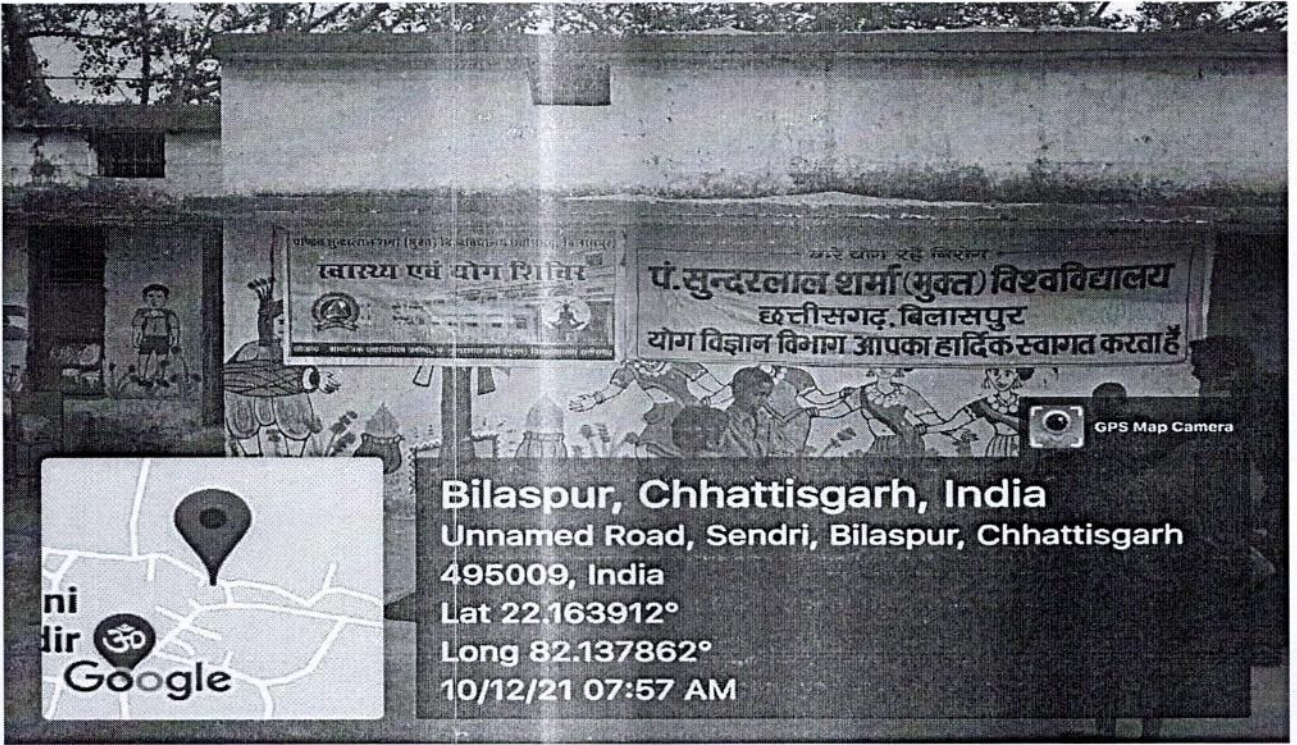
पण्डित सुन्दरलाल शर्मा (मुक्त) विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़, बिलासपुर द्वारा सामाजिक उत्तरदायित्व प्रकोष्ठ तथा विश्वविद्यालय के योग विज्ञान विभाग के तत्वाधान में **ग्राम रमतला** के प्राथमिक शाला प्रांगण में दो दिवसीय (10 से 11 दिसम्बर 2021) योग-स्वास्थ्य शिविर का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम के माध्यम से स्कूली छात्र-छात्राओं को श्री डोंगेश्वर साहू द्वारा योग एवं स्वास्थ्य सुरक्षा का प्रशिक्षण दिया गया, साथ ही इस कार्यक्रम में सामाजिक उत्तरदायित्व प्रकोष्ठ के प्रमुख डॉ. संजीव कुमार लावनियाँ तथा स्कूल के शिक्षक-शिक्षिकाएँ उपस्थित रहे।



VERIFIED

REGISTRAR  
Pt. Sunderlal Sharma (Open)  
University Chhattisgarh  
BILASPUR (C.G.)

Dr. S. Rupendra Rao  
Incharge NAAC Criteria-III  
PSSOU, CG Bilaspur



*Signature*

प्रभारी  
सामाजिक उत्तरदायित्व प्रकोष्ठ  
पंडित सुन्दरलाल शर्मा (मुक्त)  
विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़, बिलासपुर



# पण्डित सुन्दरलाल शर्मा (मुक्त) विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़, बिलासपुर

कोनी-बिरकोना मार्ग, ग्रा./पो. - बिरकोना, जिला - बिलासपुर (छ.ग.)

फोन नं. 07752-240711, 240712 Website: www.pssou.ac.in Email: Info@pssou.ac.in

## राष्ट्रीय सेवा योजना शिविर में योग प्रशिक्षण का कार्यक्रम

29 दिसंबर, 2018 से 02 जनवरी, 2019 तक

ग्राम रमतला में राष्ट्रीय सेवा योजना (महिला विंग) शिविर दिनांक 29 दिसंबर, 2018 से 02 जनवरी, 2019 तक आयोजित हुआ। पण्डित सुन्दरलाल शर्मा (मुक्त) विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़, बिलासपुर के योग विज्ञान विभाग द्वारा 5 दिवसीय निःशुल्क योग प्रशिक्षण शिविर में शामिल विद्यार्थियों एवं शिक्षकों को योगाभ्यास का प्रशिक्षण दिया गया।

पण्डित सुन्दरलाल शर्मा (मुक्त) विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़, बिलासपुर के कुलसचिव महोदय ने स्वयं अमूल्य समय राष्ट्रीय सेवा योजना शिविर में दिया तथा विश्वविद्यालय की ओर से सभी आवश्यक सहयोग दिया। योग विज्ञान विभाग द्वारा योग प्रशिक्षण कु. श्वेता कुर्रे योग प्रशिक्षिका द्वारा दिया गया। राष्ट्रीय सेवा योजना शिविर में आए शिक्षिकाओं, छात्राओं एवं अन्य कर्मचारियों के साथ ही ग्राम रमतला के निवासरत नागरिकों ने योगाभ्यास का प्रशिक्षण लिया। राष्ट्रीय सेवा योजना शिविर में उपस्थित शिक्षिकाओं एवं छात्रों ने विश्वविद्यालय द्वारा किए गए अन्य सहयोग एवं योग प्रशिक्षण हेतु आभार प्रदर्शन एवं धन्यवाद ज्ञापन किया।

ग्राम रमतला के ग्रामवासियों ने विश्वविद्यालय से निवेदन किया कि ऐसे स्वास्थ्य एवं ज्ञानवर्धक कार्यक्रम आगे भी आयोजित कर ग्राम को लाभार्जित करते रहे। उन्होंने कहा कि हम सभी को 05 दिवसीय योग प्रशिक्षण में योगाभ्यास के अनेक अंगों को जानने व समझने का अवसर मिला तथा स्वास्थ्य लाभ हेतु योगाभ्यास का महत्त्व समझ पाए। ऐसे प्रशिक्षण पुनः विश्वविद्यालय द्वारा प्राप्त होता रहें इसी आशा के साथ ग्रामवासियों ने कार्यक्रम की सराहना एवं प्रशंसा की। राष्ट्रीय सेवा योजना शिविर में आए शिक्षिकाओं, छात्राओं, कर्मचारियों एवं ग्रामवासियों सहित कुल 90 लोग शामिल हुए।

VERIFIED

REGISTRAR  
Pt. Sunderlal Sharma (Open)  
University Chhattisgarh  
BILASPUR (C.G.)

कार्यक्रम संयोजक  
डॉ. एस. रूपेन्द्र राव  
(विभाग प्रमुख - मनोविज्ञान/योग विज्ञान विभाग)

अध्यक्ष

योग विज्ञान विभाग

पण्डित सुन्दरलाल शर्मा (मुक्त) विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़

पण्डित सुन्दरलाल शर्मा (मुक्त) विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़

Dr. S. Rupendra Rao

Incharge NAAC Criteria-III  
PSSOU, CG Bilaspur

कार्यालय  
ग्राम पंचायत - बैमा

ब्लाक - बिल्हा, जिला - बिलासपुर (छ.ग.)

क्रं. 009/बैमा, बिलासपुर

दिनांक 06/12/2019

//प्रमाण-पत्र//

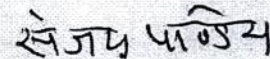
पं. सुंदरलाल शर्मा (मुक्त) विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़, बिलासपुर के द्वारा लिये गये गोद ग्राम बैमा नगोई में वि. वि. के सामाजिक उत्तरदायित्व प्रक्रीष्ट एवं योग विज्ञान विभाग द्वारा समग्र विकास संबंधित कार्यक्रमों जिनमें स्वच्छता शिक्षा के उन्नतिकरण एवं ग्राम में विकास के अंतर्गत विश्वविद्यालय के अधिकारी, शिक्षकों, कर्मचारियों एवं विद्यार्थियों द्वारा विभिन्न कार्यक्रमों का आयोजन हुआ विश्वविद्यालय के इन कार्यक्रमों की हम प्रशंसा करते हैं, ग्रामीणों के बीच जागरूकता फैलाने एवं स्वास्थ्य संवर्धन के उत्तम प्रयासों के लिए हम विश्वविद्यालय के अभारी हैं और आशा करते हैं कि अगामी समय में भी विश्वविद्यालय द्वारा इस प्रकार के कार्यक्रम आयोजित होते रहेंगे।

VERIFIED



REGISTRAR

Pt. Sunderlal Sharma (Open)  
University Chhattisgarh  
BILASPUR (C.G.)

  
उपसरपंच

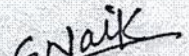
ग्राम पंचायत-बैमा

ब्लाक-बिल्हा, जि. बिलासपुर (छ.ग.)

सरपंच


ग्राम पंचायत - बैमा

ब्लाक-बिल्हा, जिला-बिलासपुर (छ.ग.)

  
सरपंच

ग्राम पंचायत-बैमा

ब्लाक-बिल्हा, जि. बिलासपुर (छ.ग.)

  
Dr. S. Rupendra Rao  
Incharge NAAC Criteria-III  
PSSOU, CG Bilaspur



# पण्डित सुन्दरलाल शर्मा (मुक्त) विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़, बिलासपुर

कोनी-बिरकोना मार्ग, ग्रा./पो. - बिरकोना, जिला - बिलासपुर (छ.ग.)

फोन नं. 07752-240711, 240712 Website : www.pssou.ac.in Email : Info@pssou.ac.in

## // योग जागरण यात्रा //

06 अगस्त, 2018

योग आयोग द्वारा आयोजित योग जागरण यात्रा दिनांक 06 अगस्त 2018 को श्री गुरुनानक उच्चतर माध्यमिक विद्यालय बिलासपुर से प्रारंभ हुआ। योग आयोग द्वारा "योग जागरण यात्रा" का उद्देश्य संपूर्ण छत्तीसगढ़ में लोगों को योग एवं स्वास्थ्य लाभ हेतु सजग करना था। पूरे छत्तीसगढ़ में अलग-अलग तिथियों में योग जागरण यात्रा रैली निकाली गई साथ ही जागरूकता विषयक कार्यक्रमों का भी आयोजन किया गया। 06 अगस्त को श्री गुरुनानक उच्चतर माध्यमिक विद्यालय बिलासपुर में योग जागरण यात्रा का कार्यक्रम रखा गया था। इस अवसर पर प्रो. गौरी दत्त शर्मा माननीय कुलपति बिलासपुर विश्वविद्यालय बिलासपुर छत्तीसगढ़ एवं प्रो. बंश गोपाल सिंह माननीय कुलपति पं. सुन्दरलाल शर्मा (मुक्त) विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़, बिलासपुर उपस्थित रहें। कुलपति द्वय ने अपने उद्बोधन में कहा कि योग आयोग ने योग विषय की जानकारी एवं स्वास्थ्यवर्धन एवं जागरूकता हेतु जो प्रयास योग जागरण यात्रा के रूप में किया हैं उसके लिए योग आयोग के सभी सदस्यों को साधुवाद एवं शुभकामनाएं दी। इस अवसर पर कुलपति जी ने कहा कि योग जागरण यात्रा के उद्देश्य को सफल बनाने में हमारी पूर्ण सहभागिता रहेंगी। कुलसचिव ने योग जागरण यात्रा में उपस्थित सभी लोगों को योग के प्रचार प्रसार हेतु साधुवाद दिया। उक्त कार्यक्रम में मुख्य अथितियों द्वारा योग जागरण यात्रा रैली को हरी झण्डी दिखाते हुए रवाना किया गया। इस अवसर पर पं. सुन्दरलाल शर्मा (मुक्त) विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़ बिलासपुर के योग विज्ञान विभाग के विभाग प्रमुख एवं योग शिक्षकों ने अपनी सहभागिता दी।

*S. Rao* अध्यक्ष

कार्यक्रम संयोजक योग विज्ञान विभाग

डॉ. एस. रूपेन्द्र सुन्दरलाल शर्मा (मुक्त) वि.वि.

(विभाग प्रमुख - योगविज्ञान/मनोविज्ञान विभाग)

पं. सुन्दरलाल शर्मा (मुक्त) विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़

VERIFIED

REGISTRAR

Pt. Sunderlal Sharma (Open)  
University Chhattisgarh  
BILASPUR (C.G.)

*S. Rao*

Dr. S. Rupendra Rao

Incharge NAAC Criteria-III

PSSOU, CG Bilaspur



# पण्डित सुन्दरलाल शर्मा (मुक्त) विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़, बिलासपुर

कोनी-बिरकोना मार्ग, ग्रा./पो. - बिरकोना, जिला - बिलासपुर (छ.ग.)

फोन नं. 07752-240711, 240712 Website : www.pssou.ac.in Email : Info@pssou.ac.in

## // योग शिविर //

पण्डित सुन्दरलाल शर्मा (मुक्त) विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़, बिलासपुर द्वारा ग्राम चिल्हाटी में दिनांक 04-05 जून 2018 में निःशुल्क योग प्रशिक्षण दिया गया। इस शिविर में योग विज्ञान विभाग द्वारा योग प्रशिक्षक श्री राघव वर्मा द्वारा योग प्रशिक्षण दिया गया। देव संस्कृति विद्यालय चिल्हाटी के शिक्षकों एवं छात्रों ने योग प्रशिक्षण प्राप्त कर प्रसन्नता व्यक्त की इन योगाभ्यासों में आसन, प्राणायाम, मुद्रा, बंध, शट्कर्म एवं ध्यान आदि के अभ्यास से विद्यार्थियों में योग के प्रति जिज्ञासा दिखाई दी। प्रशिक्षण के लिए देव संस्कृति विद्यालय चिल्हाटी के समस्त शिक्षकों एवं विद्यार्थियों ने विश्वविद्यालय के प्रति अपना आभार प्रकट करते हुए धन्यवाद ज्ञापित किया।

*S. R. Rao*

अध्यक्ष

कार्यक्रम संयोजक

योग विज्ञान विभाग

डॉ. एस. रुपेंद्र लाल शर्मा (मुक्त) वि.वि.

(विभाग प्रमुख - मनोविज्ञान/सोशल विज्ञान विभाग)

पण्डित सुन्दरलाल शर्मा (मुक्त) विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़

VERIFIED

*[Signature]*

REGISTRAR

Pt. Sunderlal Sharma (Open)  
University Chhattisgarh  
BILASPUR (C.G.)

*S. R. Rao*

Dr. S. Rupendra Rao

Incharge NAAC Criteria-III  
PSSOU, CG Bilaspur



# पण्डित सुन्दरलाल शर्मा (मुक्त) विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़, बिलासपुर

कोनी-बिरकोना मार्ग, ग्रा./पो. - बिरकोना, जिला - बिलासपुर (छ.ग.)

फोन नं. 07752-240711, 240712 Website : www.pssou.ac.in Email : Info@pssou.ac.in

## // योग शिविर //

01-05 मई 2018

पण्डित सुन्दरलाल शर्मा (मुक्त) विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़, बिलासपुर के गोद ग्राम निरतू में दिनांक 01 मई से 05 मई 2018 को निःशुल्क योग शिविर का आयोजन पण्डित सुन्दरलाल शर्मा (मुक्त) विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़, बिलासपुर के योग विज्ञान विभाग द्वारा किया गया।

योग शिविर में विश्वविद्यालय के अधिकारी, शिक्षक एवं कर्मचारीगण सहित ग्राम में निवासरत सभी आयु वर्ग के लोग उपस्थित थे।

कुलसचिव पण्डित सुन्दरलाल शर्मा (मुक्त) विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़, बिलासपुर का योग शिविर में मार्गदर्शन प्राप्त हुआ। डॉ. राजकुमार सचदेव, कुलसचिव महोदय ने स्वयं पांच दिवसीय योग शिविर में शामिल होकर योगाभ्यास एवं अन्य गतिविधियों में अपना अमूल्य योगदान दिया। योग विज्ञान के विभागाध्यक्ष डॉ. एस. रूपेन्द्र राव एवं योग प्रशिक्षकों ने योग शिविर में अपनी सहभागिता देते हुए योग शिविर का सफल क्रियान्वयन किया। गोद ग्राम निरतू में आयोजित योग शिविर में शामिल नागरिकों ने विश्वविद्यालय का आभार व्यक्त करते हुए कार्यक्रम के आयोजन एवं इसके सफल क्रियान्वयन हेतु विश्वविद्यालय के सभी अधिकारी शिक्षकों एवं कर्मचारियों को धन्यवाद दिया। गोदग्राम निरतू में विश्वविद्यालय द्वारा योग शिविर के अतिरिक्त अन्य कार्यक्रम का आयोजन भी किया गया। जिसमें स्वच्छता अभियान, जागरूकता रैली, निःशुल्क योग शिविर आदि कार्यक्रम हुए। समस्त ग्रामवासियों ने ऐसे स्वास्थ्यवर्धक एवं जागरूकता विषयक कार्यक्रम पुनः आयोजित करने का विनम्र निवेदन किया। निःशुल्क योग शिविर में विश्वविद्यालय के अधिकारी, शिक्षक, कर्मचारीगण तथा ग्रामवासियों सहित कुल 217 लोग उपस्थित रहे।

*S. P. Rao* अध्यक्ष

कार्यक्रम संयोजक/योग विज्ञान विभाग

डॉ. एस. रूपेन्द्र सुन्दरलाल शर्मा (मुक्त) वि.वि.

(विभाग प्रमुख - मनोविज्ञान/योगविज्ञान विभाग)

पण्डित सुन्दरलाल शर्मा (मुक्त) विश्वविद्यालय छत्तीसगढ़

VERIFIED

*[Signature]*

REGISTRAR  
Pt. Sunderlal Sharma (Open)  
University Chhattisgarh  
BILASPUR (C.G.)

*S. P. Rao*

Dr. S. Rupendra Rao

Incharge NAAC Criteria-III  
PSSOU, CG Bilaspur