दूरभाष –05278.245957
फैक्स –05278.248123

E-Mail ID : nssrmlau@gmail.com
Website : www.rmlau.ac.in

राष्ट्रीय सेवा योजना
डॉ0 राममनोहर लोहिया अवध विश्वविद्यालय, अयोध्या (उ0प्र0)

पत्रांक : लो0अ0वि0 / रा0से0यो0 / 2335 / 2021

दिनांक : 11, अगस्त, 2021

सेवा में,
प्राचार्य / प्राचार्या / कार्यक्रमाधिकारी,
राष्ट्रीय सेवा योजना,
विश्वविद्यालय से सम्बद्ध समस्त महाविद्यालय।

विषय:– **"आजादी का अमृत महोत्सव"** इंडिया @75 के एक भाग के रूप में उत्तर प्रदेश के समस्त जिलों में दिनांक 13.08.2021 से 02.10.2021 तक फ्रीडम रन आयोजन में राष्ट्रीय सेवा योजना की सहभागिता के सम्बन्ध में।

महोदय / महोदया,

कृपया उपर्युक्त विषयक क्षेत्रीय निदेशक, भारत सरकार, युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय, केन्द्रीय भवन, लखनऊ के कार्यालय से प्राप्त पत्र (छायाप्रति संलग्न) संख्या:–32–46 / रा0से0यो0 / क्षेनि0 / लख / 2021–22, दिनांक 09.08.2021 का अवलोकन करने का कष्ट करें, जिसके माध्यम से भारतीय स्वतंत्रता के 75वें वर्ष के उपलक्ष्य में "आजादी का अमृत महोत्सव" इंडिया @75 के एक भाग के रूप में संपूर्ण देश में फ्रीडम रन का आयोजन किया जाएगा, जिसमें राष्ट्रीय सेवा योजना उत्तर प्रदेश की समस्त इकाईयों द्वारा संलग्न सूची में निर्धारित तिथियों में प्रतिभाग किया जाना है।

तद्क्रम में आप से अनुरोध है कि आपके जनपद हेतु निर्धारित तिथि में फ्रीडम रन में प्रतिभाग करने तथा कार्यक्रम / आयोजन का विवरण (फोटोग्राफ सहित) उच्च शिक्षा (राष्ट्रीय सेवा योजना कोष्ठक) विभाग की **E-Mail ID: slopup.nss@gmail.com** एवं **E-Mail ID: nssrcluknow@yahoo.com** पर उपलब्ध कराने का कष्ट करें।

भवदीय्

संलग्नक:–यथोपरि।

कुलसचिव / कार्यक्रम समन्वयक

प्रतिलिपि:–निम्नलिखित को सूचनार्थ एवं आवश्यक कार्यवाही हेतु प्रेषित:–

1. डॉ0 अशोक कुमार श्रोती, क्षेत्रीय निदेशक, भारत सरकार, युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय, रा0से0यो0 क्षेत्रीय निदेशालय, केन्द्रीय भवन, आठवॉ तल, हाल नम्बर–1, सेक्टर–एच0, अलीगंज, लखनऊ।
2. डॉ0 अंशुमालि शर्मा, विशेष कार्याधिकारी एवं राज्य सम्पर्क अधिकारी, उत्तर प्रदेश शासन, उच्च शिक्षा विभाग रा0से0यो0प्र0, विधान भवन, लखनऊ।
3. प्रोग्रामर, ई0डी0पी0 को उक्त सूचना को विश्वविद्यालय की वेबसाईट एवं विश्वविद्यालय से सम्बद्ध समस्त महाविद्यालयों की लॉग–इन पर अपलोड किये जाने हेतु।
4. निजी सचिव, कुलपति को, कुलपति महोदय के अवलोकनार्थ।
5. आशुलिपिक, वित्त अधिकारी / कुलसचिव को, वित्त अधिकारी / कुलसचिव महोदय के सूचनार्थ।
6. पत्रावली।

कुलसचिव / कार्यक्रम समन्वयक

भारत सरकार
युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय
(युवा कार्यक्रम विभाग)
राष्ट्रीय सेवा योजना क्षेत्रीय निदेशालय
(उत्तर प्रदेश, उत्तराखण्ड)
केन्द्रीय भवन, आठवाँ तल, हाल नं0 1,
सेक्टर-'एच', अलीगंज, लखनऊ - 226024, उ0प्र0
दूरभाष : 0522 { 2337066 (टेलीफैक्स) 4079533

सत्यमेव जयते

Government of India
Ministry of Youth Affairs & Sports
(Departmet of Youth Affairs)
Regional Directorate of National Service Scheme
(Uttar Pradesh, Uttarakhand)
Kendriya Bhawan, 8th Floor,Hall No. 1,
Sector 'H', Aliganj, Lucknow-226024,UP
email:nssrc.lu-up@gov.in, nssrclucknow@gmail.com
nssrclucknow@yahoo.com
facebook: NSSRD LUCKNOW

सं0 32-46/रा0से0यो0/क्षेनि0/लख0/2021-22

दिनांक: 09 अगस्त, 2021

सेवा में,

प्रमुख सचिव,
उच्च शिक्षा,
उत्तर प्रदेश शासन, विधान भवन,
लखनऊ

विषयः- **'आजादी का अमृत महोत्सव'**- इंडिया @75 के एक भाग के रूप में उत्तर प्रदेश के समस्त जिलों मे दिनांक 13.08.2021 से 02.10.2021 तक फ्रीडम रन आयोजन में राष्ट्रीय सेवा योजना की सहभागिता के संबंध में।

महोदय,

राष्ट्रीय सेवा योजना निदेशालय, युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय, भारत सरकार, नई दिल्ली के पत्र संख्या पी.24/04/एन.एस.एस./निदे./2021 दिनांक 06 अगस्त, 2021 के अनुपालन में सादर अवगत कराना है कि आजादी का अमृत महोत्सव- इंडिया @75 के एक भाग के रूप में संपूर्ण देश में फ्रीडम रन का आयोजन किया जाएगा। संलग्न सूची के अनुसार निर्धारित तिथियों में राष्ट्रीय सेवा योजना उत्तर प्रदेश की समस्त इकाइयों द्वारा फ्रीडम रन में प्रतिभाग किया जाएगा।

1. **थीम** - **जन भागीदारी से जन आन्दोलन**
2. **उद्देश्य** - जन मानस द्वारा उनके दैनिक जीवन में फिटनेस गतिविधियों जैसे दौड़ एवं खेल को प्रोत्साहित करना।

- स्थूलता (मोटापा), आलस्य, तनाव, चिंता, बीमारियों से मुक्ति एवं जीवन में फिटनेस को प्रभावी करना।
- लोगों को स्वस्थ एवं फिट जीवन शैली प्रदान करना। देश के नागरिकों को उनके दैनिक जीवन में शारीरिक क्रियाकलाप हेतु प्रतिदिन 30 मिनट का समय **'फिटनेस की डोज, आधा घंटा रोज'** देने की अपेक्षा माननीय प्रधान मंत्री जी द्वारा की गयी थी।

आयोजित की जाने वाली गतिविधियाः-

- इसके अंतर्गत लोग रन में दो तरह से भाग ले सकते हैं- 1. कोविड प्रोटोकॉल का पालन करते हुए लोग किसी एक स्थल पर एकत्र होकर 2. वर्चुअल रन। वर्चुअल रन में व्यक्ति अपनी पसंद के रूट एवं समय का चयन कर सकता है। अपनी दौड़ के दौरान वह ब्रेक ले सकता है। ऐतिहासिक, प्रतिष्ठित एवं अन्य महत्व के स्थलों के अवलोकन के साथ 7 से 10 किमी. की फ्रीडम रन।
- राष्ट्र गान का प्रतिपादन- देशवासियों द्वारा भारत सरकार द्वारा उपलब्ध कराए गए लिंक https://rashtragaan.in पर राष्ट्रगान अपलोड करना एवं प्रमाणपत्र प्राप्त करना। सहायक दिशा निर्देश एवं प्रमाण पत्र की नमूना प्रति संलग्न है।

...2/-

- युवाओं, स्वयंसेवकों एवं युवा नेताओं के मध्य जागरुकता जिससे वे जिला स्तरीय फ्रीडम रन में भाग लें एवं स्वयं अपने गांव/क्षेत्र में उनका आयोजन करें। कार्यक्रम के लिए निर्धारित बैनर और बैकड्राप लिंक https://drive.google.com/drive/folders/14FHidvGU5r5nCiOSe7h8y9gH7NU9e46P?usp=sharing से डाउनलोड किया जा सकता है।

3. जिला स्तरीय एवं ग्रामीण स्तरीय फ्रीडम रन में 75 से 100 युवा स्वयंसेवक (स्थानीय युवाओं के साथ)- बड़े आकार का तिरंगा झंडा लेकर एवं अन्य साझेदार (हितग्राही) राष्ट्र ध्वज, प्लेकार्ड्स, स्लोगन एवं गीत सहित ऐतिहासिक, प्रतिष्ठित एवं अन्य महत्व के स्थलों को देखते हुए प्रतिभाग करें। दौड़ में मित्रों, परिवारजन तथा अन्य संबंधियों को जोड़ सकते हैं।

- प्रत्येक एन.एस.एस. पदाधिकारी, प्रतिभागी न्यूनतम 10 ट्वीट करें एवं आजादी के अमृत महोत्सव में प्रतिभाग के लिए 10 परिवारों को प्रेरित करें।
- रन में जन प्रतिनिधियों, प्रतिष्ठित व्यक्तियों, सामजिक प्रेरणाश्रोत, सेलिब्रेटी, मीडिया के लोग, कारपोरेट जगत के लोग, स्टार, खिलाड़ियों एवं अन्य को आमंत्रित करना चाहिए।

4. **मीडिया एवं प्रचार-**

- कार्यक्रम आयोजन के पहले 10.08.2021 से आयोजन स्थल पर लोगो, बैनर एवं संबंधित सामग्री प्रदर्शित करना। तथा प्रेस नोट जारी कर कार्यक्रम के बारे में एवं उनके शिड्यूल की जानकारी देना।
- प्रतिभागी युवाओं के अनुभव संबंधी वीडियो ट्विटर पर साझा करना।
- 13, 14, 15 अगस्त, 2021 एवं तत्पश्चात वृहद मात्रा में ट्विटर पोस्ट।
- सोशल मीडिया- फेसबुक, ट्विटर और इंस्टाग्राम पर पोस्ट के साथ @NSS India, @yas को टैग करना। गतिविधियों के आयोजन के दौरान कोविड प्रोटोकॉल का पूर्ण पालन सुनिश्चित किया जाए। गतिविधियां #AzadiKaAmritMahotsav and #Run4India पर हैशटैग करें।
- कार्यक्रमों के आयोजन में जिला प्रशासन एवं एन.वाई.के. को अपेक्षित सहयोग प्रदान करें।

अतः आपसे सादर अनुरोध है कि उक्त कार्यक्रमों के सफल आयोजन एवं मॉनीटरिंग हेतु राज्य राष्ट्रीय सेवा योजना अधिकारी, श्री अंशुमालि शर्मा को निदेशित करने की कृपा करें।

सादर,

भवदीय

संलग्नकः उक्तवत्

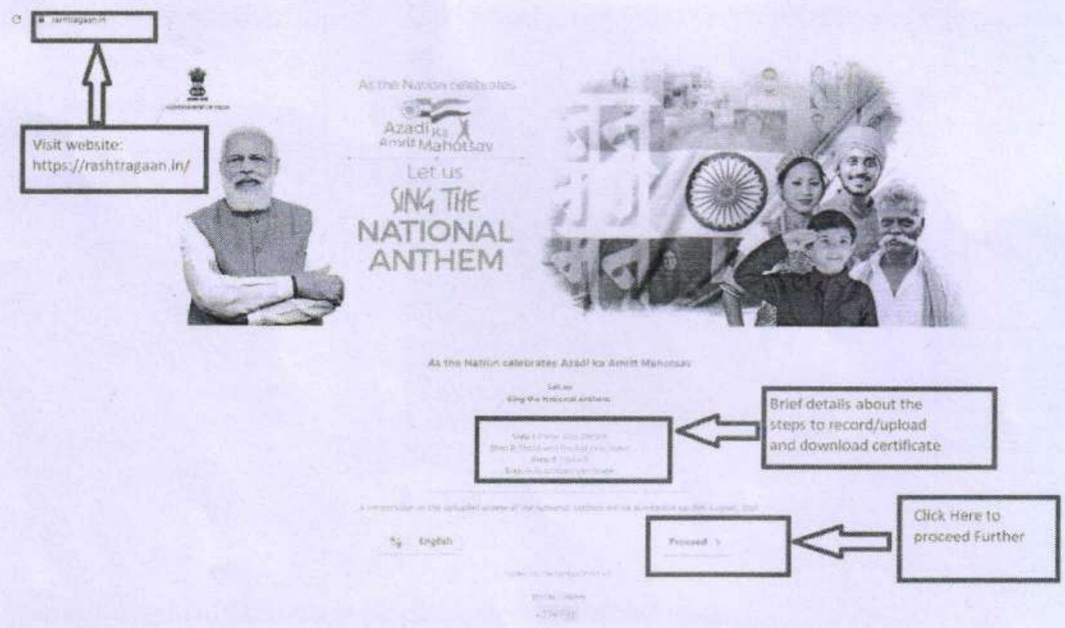
(डा0 अशोक कुमार श्रोती)
क्षेत्रीय निदेशक

प्रतिलिपिः-

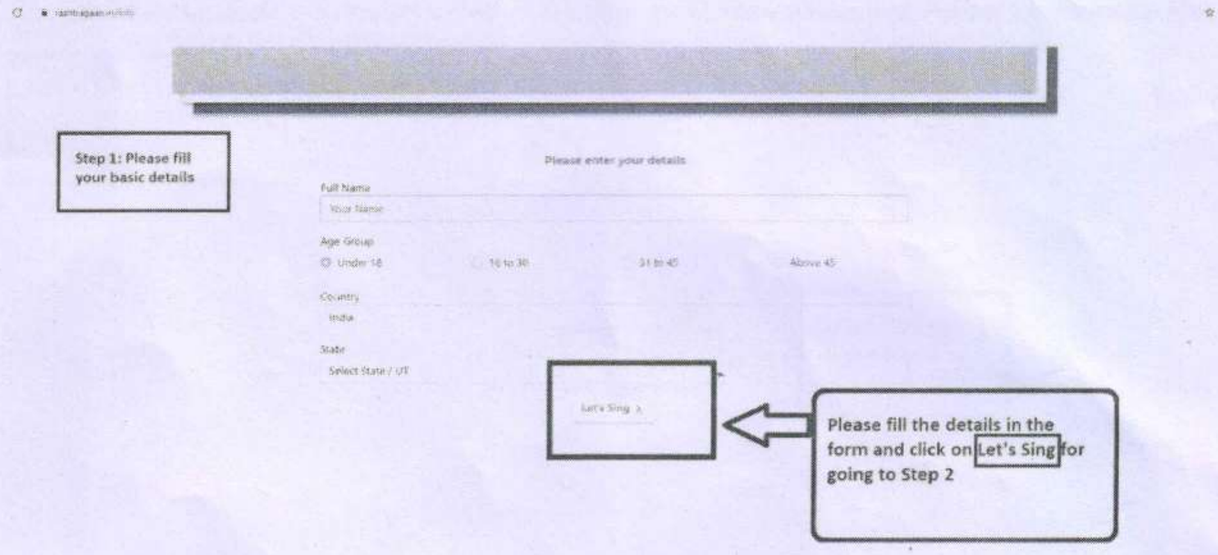
1. निदेशक, रा0से0यो0, निदेशालय, भूतल एनेक्सी बिल्डिंग, शिवाजी स्टेडियम, नई दिल्ली-
2. मण्डल निदेशक, नेहरू युवा केन्द्र संगठन, गोमती नगर, लखनऊ।
3. राज्य रा0से0यो0 अधिकारी- उत्तर प्रदेश को इस आशय से प्रेषित कि कृपया उक्त के आलोक में अपने स्तर से भी आवश्यक पत्र.जारी करें एवं गतिविधियों को एक दिवसीय नियमित कार्यक्रम की मान्यता प्रदान कराएं।
4. समस्त कार्यक्रम समन्वयक, राष्ट्रीय सेवा योजना एवं जिला नोडल अधिकारी उत्तर प्रदेश।

Helping guideline to upload video singing National Anthem and Downloading Certificate

Visit website - https://rashtragaan.in/ and click on proceed button.

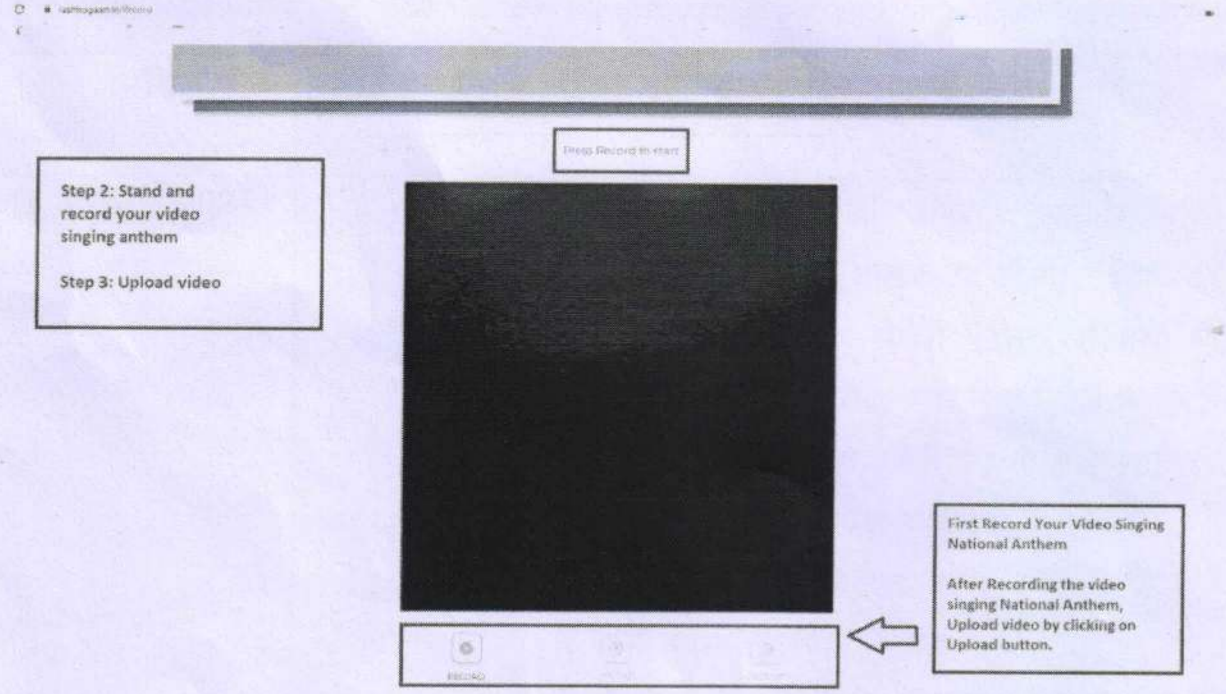


Step 1: Please fill your basic details and click on lets Sing

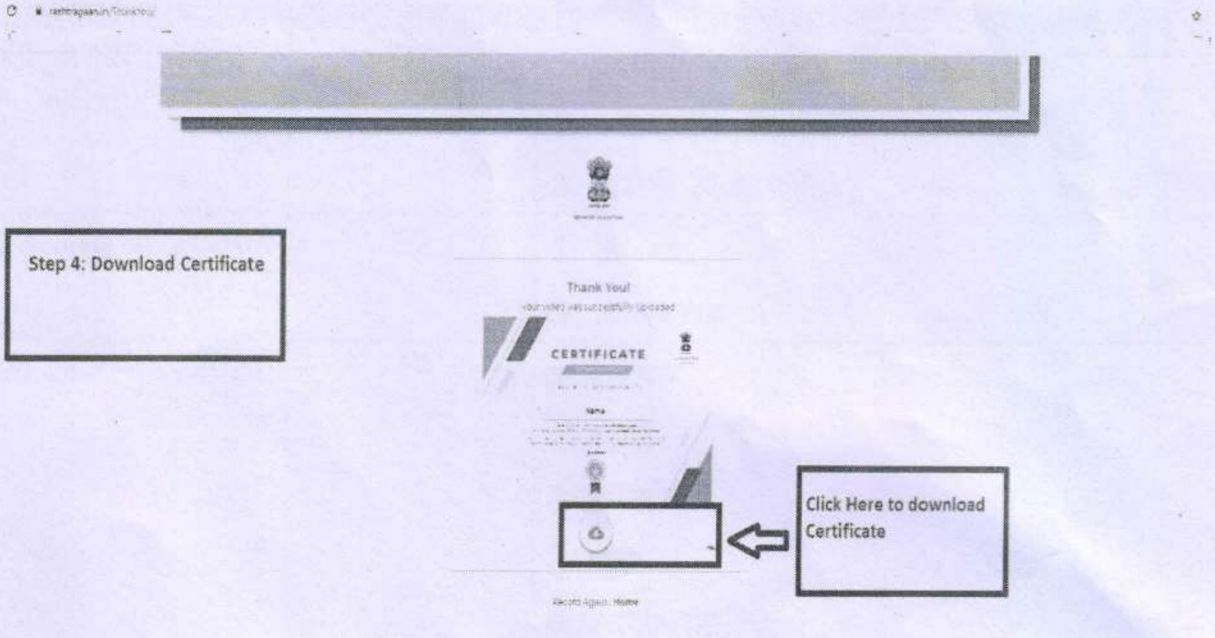


Step 2: Stand and Record Your video singing National Anthem by clicking on the Record.

Step 3: Click on Upload for uploading video.



Step 4: Download Certificate by clicking on Download icon.



आजादी का अमृत महोत्सव- इंडिया @75 के अंतर्गत उत्तर प्रदेश के जिलों में आयोजित होने वाली फ्रीडम रन की तिथियां

तिथि	जिलों की संख्या	जिले का नाम/स्थान महत्व
13 अगस्त, 2021	06	1. **लखनऊ**- रेसीडेंसी भवन, जनरल वाली कोठी, इमामबाड़ा (आसफ-उद-दौला), सिकन्दर बाग भवन, दिलकुशा पैलेस (उत्तर-पश्चिम की इमारत), कैसर बाग गेट, मेमोरियल वेल गार्डन। 2. **झांसी**- झांसी किला, रानी लक्ष्मी बाई महल। 3. **कानपुर**- इओना क्रॉस गार्डन 4. **मीरजापुर**- चुनार किला 5. **ललितपुर**- तालबेहट किला 6. **कानपुर देहात**- नाना फडणवीस प्राचीन किला
14 अगस्त, 2021	02	1. **आगरा** 2. **अलीगढ़**
21 अगस्त, 2021	03	1. **इलाहाबाद** 2. **अम्बेडकर नगर** 3. **अमेठी (सुलतानपुर)**
28 अगस्त, 2021	02	1. **औरैया** 2. **आजमगढ़**
04 सितम्बर, 2021	10	1 **बागपत** 2 **बरेली** 3 **बाराबंकी** 4 **बांदा** 5 **बलरामपुर** 6 **बलिया** 7 **बहराइच** 8 **सीतापुर** 9 **सिद्धार्थ नगर** 10 **श्रावस्ती**

11 सितम्बर, 2021	05	1 सम्भल 2 शामली 3 शाहजहांपुर 4 संत रबीदास नगर 5 संत कबीर नगर
18 सितम्बर, 2021	24	1 फर्रुखाबाद 2 इटावा 3 फैजाबाद 4 बस्ती 5 बिजनौर 6 बदायूं 7 बुलन्दशहर 8 चन्दौली 9 चित्रकूट 10 देवरिया 11 एटा 12 फतेहपुर 13 फिरोजाबाद 14 गौतमबुद्ध नगर 15 गाजियाबाद 16 गाजीपुर 17 गोंडा 18 गोरखपुर 19 मेरठ 20 मुरादाबाद 21 मुजफ्फरनगर 22 पीलीभीत 23 प्रतापगढ़ 24 रायबरेली

25 सितम्बर, 2021	21	1 हमीरपुर 2 हापुड़ 3 हरदोई 4 हाथरस 5 जालौन 6 जौनपुर 7 उन्नाव 8 ज्योतिबा फूले नगर 9 कन्नौज 10 वाराणसी 11 कानपुर नगर 12 काशीराम नगर (कासगंज) 13 कौशांबी 14 कुशीनगर 15 लखीमपुरखीरी 16 सोनभद्र 17 सुलतानपुर 18 महाराजगंज 19 महोबा 20 सहारनपुर 21 रामपुर
02 अक्टूबर, 2021	03	1 मैनपुरी 2 मथुरा 3 मऊ