

महात्मा ज्योतिबा फुले रुहेलखण्ड विश्वविद्यालय, बरेली  
MAHATMA JYOTIBA PHULE ROHIKHAND UNIVERSITY, BAREILLY  
Contact No. 0581-2520487, 2527282, 2523378,  
website: www.mjpru.ac.in

पत्रांक : रू.वि./कु.स.का./2020/302

दिनांक : 07.04.2020

सेवा में,

चीफ प्राक्टर/समस्त संकायाध्यक्ष/  
विभागाध्यक्ष/समस्त हास्टल वार्डन  
विश्वविद्यालय परिसर।

**विषय : कोविड-19 के दौरान एवं समाप्त होने के बाद छात्रों की मानसिक स्वास्थ्य (Mental Health) एवं क्षेम (Well-Being) जानने के सम्बन्ध में,**

महोदय,

कृपया यू.जी.सी. के संलग्न पत्र संख्या एफ.नं.1-1/2020(Secy) दिनांक 05.04.2020 का संदर्भ ग्रहण करने का कष्ट करें जिसके माध्यम से यू.जी.सी. द्वारा विश्वविद्यालय एवं महाविद्यालयों में अध्ययनरत छात्रों को मौजूदा स्थिति में कोविड-19 से बचाव हेतु किसी तरह दबाव अथवा त्रास (Stress/Panic) होने से बचाव हेतु नियमित वार्तालाप (Regular Mentoring) करने एवं उनके मानसिक स्वास्थ्य (Mental Health) एवं क्षेम (Well-Being) हेतु एक सेल का गठित किये जाने हेतु निर्देशित किया गया है। साथ ही छात्रों की सुविधा हेतु निम्नलिखित लिंक भी विश्वविद्यालय की वेबसाइट से साझा (Share) करने हेतु निर्देशित किया गया है:- Ministry of Health & Family Welfare <https://www.mohfw.gov.in/> on your University/College website, and with students and faculty via e-mail, through social media like facebook, WhatsApp and twitter etc:

- ✓ Practical tips to take care of your Mental Health during the Stay In <https://www.youtube.com/watch?v=uHB3WJsLJ8s&feature=youtu.be>
- ✓ Minding our minds during the COVID-19 <https://www.youtube.com/watch?v=iuKhtSehp24&feature=youtu.be>
- ✓ Various Health Experts on how to manage Mental health & Well Being during COVID-19 outbreak <https://www.youtube.com/watch?v=iuKhtSchp24&feature=youtu.be>
- ✓ Behavioral Health: Pschyo-social toll free helpline - 0804611007

The implementation of the above measures may be regularly monitored and actions taken in this regard may be submitted on the University Activity Monitoring Portal of UGC at [ugc.ac.in/uamp](http://ugc.ac.in/uamp).

आपसे अनुरोध है कि कृपया यू.जी.सी. के पत्र के बिन्दु संख्या 01, 02 एवं 03 के आलोक में ऑनलाईन शिक्षण हेतु बनाये गये व्हाट्सएप ग्रुप के माध्यम से छात्र/छात्राओं को वर्तमान स्थिति में कोविड-19 के कारण किसी तरह के दबाव एवं त्रास (Stress & Panic) होने से बचाव हेतु उनसे वार्तालाप कर एवं उनकी समस्याओं का निराकरण कर उन्हें दबाव एवं त्रास (Stress & Panic) से बचाते हुये मानसिक स्वास्थ्य (Mental Health) एवं क्षेम (Well-Being) हेतु जागरूक करने का कष्ट करें।

यू.जी.सी. के निर्देशानुसार विश्वविद्यालय द्वारा छात्र/छात्राओं की सुविधा हेतु एक सेल का गठन किया गया है, जिस पर विश्वविद्यालय परिसर में अध्ययनरत छात्र/छात्रायें प्रत्येक दिन प्रातः 11.00 बजे से 1.00 बजे तक के मध्य व्हाट्सएप/वार्ता कर अपनी समस्याओं के बारे में परामर्श कर सकते हैं, जिसका विवरण निम्नवत है :-

प्रो. के.के. माहेश्वरी, आचार्य, फार्मसी विभाग, परिसर, बरेली

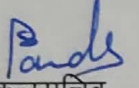
मोबाईल नम्बर - 94121-48058

श्री अमित वर्मा, सहायक आचार्य, फार्मसी विभाग, परिसर, बरेली,

मोबाईल नम्बर - 70177-63889

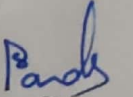
उक्त के आलोक में चीफ प्राक्टर/समस्त संकायाध्यक्ष/विभागाध्यक्ष/समस्त हॉस्टल वार्डन से अनुरोध है कि कृपया उक्त निर्देशों के अनुपालन में छात्रों को प्रतिदिन नियमति जागरूक करने सम्बन्धी वीडियो/चैट श्री रविन्द्र गौतम, प्रोग्रामर (मो.नं.-79062-01203) को उपलब्ध कराने का कष्ट करें जिससे यू.जी.सी. के निर्देशों के अनुपालन में सूचना को यू.जी.सी. की वेबसाईट पर अपलोड किया जा सके।

संलग्नक : यथोपरि।

  
कुलसचिव

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

1. प्रो. के.के. माहेश्वरी, आचार्य, फार्मसी विभाग, परिसर, बरेली को इस आशय से प्रेषित कि कृपया परामर्श के वीडियो/चैट इत्यादि नियमित रूप से श्री रविन्द्र गौतम, प्रोग्रामर (मो.नं.-79062-01203) को उपलब्ध कराने का कष्ट करें जिससे उसे यू.जी.सी. के निर्देशानुसार सूचना यू.जी.सी. की वेबसाईट पर अपलोड करायी जा सके।
2. श्री अमित वर्मा, सहायक आचार्य, फार्मसी विभाग, परिसर, बरेली को इस आशय से प्रेषित कि कृपया परामर्श के वीडियो/चैट इत्यादि नियमित रूप से श्री रविन्द्र गौतम, प्रोग्रामर (मो.नं.-79062-01203) को उपलब्ध कराने का कष्ट करें जिससे उसे यू.जी.सी. के निर्देशानुसार सूचना यू.जी.सी. की वेबसाईट पर अपलोड करायी जा सके।
3. श्री रविन्द्र गौतम को इस आशय से प्रेषित कि पत्र में वर्णित लिंक को विश्वविद्यालय की वेबसाईट से साझा (Share) करें एवं University Activity Monitoring Portal [ugc.ac.in/uamp](http://ugc.ac.in/uamp) पर छात्रों को जागरूक करने, उन्हें परामर्श देने के वीडियो/चैट प्रतिदिन अपलोड किया जाना सुनिश्चित करें।
4. निजी सचिव, कुलपति, मा. कुलपति महोदय के संज्ञानार्थ।

  
कुलसचिव



ज्ञान-विज्ञान विमुक्तये

प्रो. रजनीश जैन  
सचिव

Prof. Rajnish Jain  
Secretary



सत्यमेव जयते

विश्वविद्यालय अनुदान आयोग  
**University Grants Commission**

(मानव संसाधन विकास मंत्रालय, भारत सरकार)  
(Ministry of Human Resource Development, Govt. of India)

बहादुरशाह जफर मार्ग, नई दिल्ली-110002  
Bahadur Shah Zafar Marg, New Delhi-110002

Ph.: 011-23236288/23239337

Fax: 011-2323 8858

E-mail: secy.ugc@nic.in

F. No 1-1/2020(Secy)

5th April, 2020

**Subject: Mental Health & Well-Being of Students during and after COVID-19 outbreak**

**Ref: D.O. No Secy(HE)/MHRD/2020 dated 4th April, 2020**

Dear Madam/Sir,

The University Grants Commission has been issuing regular advisories requesting HEIs to take all possible preventive and precautionary measures to ensure the safety and security of students, whether on campus in hostels or outside, as we confront the COVID-19 outbreak. During the period of national lockdown, it is equally important to address any kind of mental health and psychosocial concerns of the student community during and after COVID-19.

Therefore, in order to reassure the student community to avoid any kind of stress or panic in the prevailing situation vis-a-vis their studies, health and related issues, Universities and Colleges are requested to take the following measures for the mental health, psychosocial aspects and well-being of the students:

1. Set up help lines for mental health, psychosocial concerns and well-being of students in Universities / Colleges. To be regularly monitored and managed by Counsellors and other identified faculty members.
2. Regular mentoring of students through interactions, and appeals/letters by the Universities/Colleges to remain calm and stress free. This can be achieved through telephones, e-mails, digital and social media platforms.
3. Form COVID-19 help groups of students, headed by hostel wardens / senior faculty who can identify friends/classmates in need of help and provide immediate necessary help.

4. Share the following video links of Ministry of Health & Family Welfare <https://www.mohfw.gov.in/> on your University/College website, and with students and faculty via e-mail, through social media like Facebook, WhatsApp and twitter etc.:

- Practical tips to take care of your Mental Health during the Stay In <https://www.youtube.com/watch?v=uHB3WJsLJ8s&feature=youtu.be>
- Minding our minds during the COVID-19 <https://www.mohfw.gov.in/pdf/MindingourmindsduringCoronaeditedat.pdf>
- Various Health Experts on how to manage Mental health & Well Being during COVID-19 outbreak <https://www.youtube.com/watch?v=iuKhtSehp24&feature=youtu.be>
- Behavioural Health: Pschy-Social toll free helpline - 0804611007

The implementation of the above measures may be regularly monitored and actions taken in this regard may be submitted on the University Activity Monitoring Portal of UGC at [ugc.ac.in/uamp](http://ugc.ac.in/uamp).

Stay Indoors. Stay Healthy. Stay Safe.

With kind regards,

Yours sincerely,



(Rajnish Jain)

To

The Vice Chancellors of all the Universities

The Principals of all the Colleges