पूर्व मध्य रेलवे
पूर्व मध्य रेलवे

East Central Railway Railway

EAST CENTRAL RAILWAY
कार्यालय
महाप्रबंधक / कार्मिक
हाजीपुर

RBENo.- 64/15

CPO's Sl. No. 88/15

No. E/MPP/0/ECR/HSP

dated : 1/7/15

1. CAO(Con)/उत्तर एवं दक्षिण / पटना।
2. सभी PHOD/CHOD, पू०म०रे०, हाजीपुर
3. DRM/पूमरे / मुगलसराय, दानापुर, धनबाद, सोनपुर एवं समस्तीपुर।
4. मुख्य कार्मिक अधिकारी / पूमरे / हाजीपुर।
5. मुख्य कार्मिक अधिकारी / प्रशासन / पूमरे / हाजीपुर।
6. मुख्यालय के सभी कार्मिक अधिकारी।
7. CWM/पीडी / मुगलसराय, यांत्रिक कारखाना / समस्तीपुर।
8. Sr. DPO/पूमरे / मुगलसराय, दानापुर, धनबाद, सोनपुर एवं समस्तीपुर।
9. उप महाप्रबंधक / विधि / पटना।
10. प्राचार्य / क्षेत्रीय रेल प्रशिक्षण संस्थान / मुजफ्फरपुर एवं मूली।
11. सभी मुकार्याधी / कार्याधी / पूमरे / हाजीपुर

विषय / Sub.: Mandatory yoga Training for all officers/staff of Indian Rlys. including RPF Personnel.

संदर्भ / Ref: Rly. Bd's letter No. E(MPP)2015/3/10 dt 15/6/15.

विषयांकित से संबधित संदर्भित पत्र की छायाप्रति सूचना, मार्गदर्शन एवं अग्रेत्तर आवश्यक कारवाई हेतु प्रेषित की जा रही है।

A copy of above referred letter on the subject matter is being forwarded here with for information, guidance and needful onward action please.

संलग्नक: यथोपरि।
DA : As above.

(signature) 1.7.15
(द० पी० ...)
वकाधि / M&E एवं रुलिंग
कृते महाप्रबंधक / कार्मिक / हाजीपुर

प्रतिलिपि सूचनार्थ, मार्गदर्शन एवं आवश्यक कारवाई हेतु प्रेषित :

1. महासचिव / ईसीआरकेयू / पूमरे / हाजीपुर ।
2. महासचिव / एस०सी० / एस०टी० एशोसिएशन / पूमरे / हाजीपुर ।
3. [illegible handwritten line]
4. महासचिव / ओबीसी एसोसिएशन / पूमरे / हाजीपुर

GOVERNMENT OF INDIA
MINISTRY OF RAILWAYS
RAILWAY BOARD

No.E(MPP)2015/3/10 New Delhi, RBE No. 64/2015 dated: 15.06.2015

The General Managers,
All Indian Railways &
Production Units.

Director Generals,
NAIR/Vadodara.
RDSO/Lucknow

The Directors,
IRIEEN/Nasik
IRICEN/Pune
IRISET/Secunderabad
IRIMEE/Jamalpur
IRITM/Lucknow
JR RPF Academy/Lucknow

Sub: Mandatory Yoga Training for all officers/Staff of Indian Railways including RPF Personnel.

Zonal Railways may kindly refer to Board's letter No. E(MPP)/2000/19/1/P/Meditation dated 23.11.2001 (RBE No.231/2001), vide which Yoga training was introduced for trainees in the Railway Training Centres. These instructions were reiterated and were made permanent vide Board's letter No. E(MPP)2009/19/1/Pt.(Meditation) dated 13.11.2003 (RBE No.194/2003).

It has been established that Yoga/Meditation courses help in improving levels of concentration, alertness and reduction in stress and hence with a view to provide greater thrust, it has been decided to cover all officers and staff including RPF personnel in the programme, for general well being of employees. Further, in Budget 2015-16, it was emphasized that training in Yoga will be imparted to the staff especially from RPF.

In the light of foregoing, Board has decided to include mandatory Yoga Training programmes in all the Centralized Training Institutes and Non-Gazetted Training Centres including RPF Training Centres. Accordingly, all the training programmes whether Initial, Refresher, Promotional or structured training programmes would provide for slots for Yoga training as per details specified below:

Less than 15 days Training Course	One hour* Yoga Training for the entire course
15 days to 8 weeks Training Course	One hour* Yoga Training per week (fraction of week to be ignored)
8 weeks to 30 weeks Training Course	One hour* Yoga Training Per week up to 8 weeks and thereafter 1 hour Yoga Training per fortnight (fraction of week/fortnight to be ignored.
30 weeks and above, up to total duration of training	One hour* per week up to 8 weeks and thereafter one hour per fortnight for the balance period. (Fraction of week/fortnight to be ignored)

(*One hour duration can be split into 3x20 minutes or 4x15 min., or 2x30 min. etc.)

Accordingly, all Training Centres are advised to arrange these training programmes. In case necessary, tie up may be made with certified/Professional Yoga Centres/Trainers on payment basis as may be decided by the concerned General Managers of Zonal Railways, PUs and Heads of CTIs etc., in consultation with their Associate Finance under the Zonal Railways/CTIs budgetary powers. Necessary tie up as mentioned above may be finalized within 2 months and training on Yoga in terms of the aforesaid directions may be started immediately thereafter. There would be no exemption from attendance in this programme unless there are adequate reasons to be accepted by Head of Training Institution personally.

As regards the batch size, the minimum batch size should be 20, however, where more numbers are proposed to be covered in a batch, the same should be decided in consultation with the trainer. In so far as RPF personnel are concerned, RPF Directorate have already issued instructions vide their letter No.2013/Sec(E)/TRG(POL)-1/1 dated 19.3.2015. These instructions are subsumed and would form part of the aforesaid instructions for RPF personnel.

These instructions supersede all previous instructions on the subject of Yoga Training including the ceiling limit fixed for payment of remuneration to Yoga Instructors/Trainers, hired for the purpose.

As regards the number of officers/staff who are being imparted Yoga Training, monthly statement showing total number of officers/staff and RPF personnel trained per month will have to be sent to the Board on a continuing basis on the training programmes begin.

This issues with the concurrence of the Finance Directorate of Ministry of Railways.

Kindly acknowledge receipt of this letter.

(R.R.PRASAD) 11.6.2015
Exec.Director(T&MPP)
Railway Board.

No.E(MPP)2015/3/10 **New Delhi,** **dated: 15.06.2015**

Copy for information to:

1. Directors of Audit, All Indian Railways & Production Units
2. FA&CAOs, All Indian Railways & PUs.
3. Dy.Controller and Auditor General of India(Railways), Room No.224, Rail Bhawan, New Delhi.

For Financial Commissioner/Railways

No.E(MPP)2015/3/10 **New Delhi,** **dated: 15.06.2015**

Copy to:

1. The General Secretary, NFIR, 3 Chelmsford Road, New Delhi for information with 35 spares.
2. The General Secretary, AIRF, 4 State Entry Road, New Delhi for information with 35 spares.

भारत सरकार

रेल मंत्रालय

रेलवे बोर्ड

आरबीई सं. 65/2015

सं. ई(एमपीपी)2015/3/10

नई दिल्ली, दिनांक 18.06.2015

महाप्रबंधक,
सभी भारतीय रेलवे एवं
उत्पादन इकाइयां।

निदेशक,
आईआरआईईईएन/नासिक
आईआरआईसीईएन/पुणे
आईआरआईएसईटी/सिकन्दराबाद
आईआरआईएमईई/जमालपुर
आईआरआईटीएम/लखनऊ
जेआर आरपीएफ अकादमी/लखनऊ

महानिदेशक,
एनएआईआर/वडोदरा
अ. अ. एवं मा. सं./लखनऊ.

विषय: आरपीएफ कर्मियों सहित भारतीय रेलवे के सभी अधिकारियों/कर्मचारियों के लिए अनिवार्य योग प्रशिक्षण।

क्षेत्रीय रेलें कृपया बोर्ड के दिनांक 23.11.2001 के पत्र सं. ई(एमपीपी)/2000/19/1/पी/मेडिटेशन (आरबीई सं. 231/2001) का अवलोकन करें जिसके तहत रेलवे प्रशिक्षण केन्द्रों में प्रशिक्षुओं के लिए योग प्रशिक्षण आयोजित किया गया था। इन अनुदेशों को दोहराया गया था और बोर्ड के दिनांक 13.11.2003 के पत्र सं. ई(एमपीपी)2009/19/1/पार्ट(मेडिटेशन) के तहत स्थायी किया गया था।

यह प्रमाणित है कि योग/मेडिटेशन कोर्स से एकाग्रता, सतर्कता के स्तर में सुधार और तनाव में कमी करने में मदद मिलती है और इसलिए, इस पर अत्यधिक जोर देने की दृष्टि से कर्मचारियों के सामान्य कल्याण के लिए इस कार्यक्रम में आरपीएफ कर्मियों सहित सभी अधिकारियों और कर्मचारियों को शामिल करने का निर्णय लिया गया है। इसके अलावा, बजट 2015-16 में, इस बात पर जोर दिया गया था कि कर्मचारियों, खासतौर पर आरपीएफ कर्मियों को योग में प्रशिक्षण दिया जाएगा।

उपर्युक्त को ध्यान में रखते हुए, बोर्ड ने आरपीएफ प्रशिक्षण केन्द्रों सहित सभी केन्द्रीयकृत प्रशिक्षण संस्थानों और गैर-राजपत्रित प्रशिक्षण केन्द्रों में अनिवार्य योग प्रशिक्षण कार्यक्रम शामिल करने का विनिश्चय किया है। तदनुसार, सभी प्रशिक्षण कार्यक्रम, चाहे वह आरंभिक हो या पुनश्चर्या, पदोन्नति या निर्धारित प्रशिक्षण कार्यक्रम हो, नीचे विनिर्दिष्ट विवरण के अनुसार योग प्रशिक्षण के लिए स्लॉट्स मुहैया कराए जाएंगे।

इसे रेल मंत्रालय के वित्त निदेशालय की सहमति से जारी किया जाता है।

कृपया इस पत्र की पावती दें।

(आर.आर. प्रसाद)
कार्यपालक निदेशक (टी एण्ड एमपीपी)
रेलवे बोर्ड

सं. ई(एमपीपी)2015/3/10 **नई दिल्ली, दिनांक 18.05.2015**

प्रतिलिपि सूचनार्थ प्रेषित:

1. लेखा निदेशक, सभी भारतीय रेलें उवं उत्पादन इकाइयां.
2. वित्त सलाहकार एवं मुख्य लेखाधिकारी, सभी भारतीय रेलें एवं उत्पादन इकाइयां.
3. भारत के उप नियंत्रक एवं महालेखा परीक्षक (रेलें), कमरा नं. 224, रेल भवन, नई दिल्ली.

कृते वित्त आयुक्त/रेलें

सं. ई(एमपीपी)2015/3/10 **नई दिल्ली, दिनांक 18.05.2015**

प्रतिलिपि:

1. जनरल सेक्रेटरी, एनएफआईआर, 3 चेम्सफोर्ड रोड, नई दिल्ली को सूचनार्थ 35 अतिरिक्त प्रतियों सहित.
2. जनरल सेक्रेटरी, एआईआरएफ, 4 स्टेट एंट्री रोड, नई दिल्ली को सूचनार्थ 35 अतिरिक्त प्रतियों सहित.
3. सेक्रेटरी जनरल, फ्रोआ, कमरा नं.256-ए, रेल भवन, नई दिल्ली को सूचनार्थ 5 अतिरिक्त प्रतियों सहित.
4. सेक्रेटरी जनरल, भारतीय रेल प्रोमोटी ऑफिसर्स एसोसिएशन, कमरा नं.268, रेल भवन, नई दिल्ली को सूचनार्थ 5 अतिरिक्त प्रतियों सहित.
5. विभागीय परिषद और राष्ट्रीय परिषद के सभी सदस्य तथा सचिव, कर्मचारी पक्ष, राष्ट्रीय परिषद, 13-सी, फिरोज़शाह रोड, नई दिल्ली को 90 अतिरिक्त प्रतियों सहित.
6. जनरल सेक्रेटरी, ऑल इंडिया आरपीएफ एसोसिएशन, कमरा नं.256-डी, रेल भवन, नई दिल्ली को 5 अतिरिक्त प्रतियों सहित.
7. जनरल सेक्रेटरी, अखिल भारतीय एससी एवं एसटी रेलवे इम्पलॉइज़ एसोसिएशन, 171/बी-3, बसंत लेन रेलवे कॉलोनी, नई दिल्ली (15 प्रतियां).

नवीन कुमार
कृते सचिव/रेलवे बोर्ड

E(MPP)-S