ADIC

Alcohol and Drug Information Centre

SYMPOSIUM 2022

PROMISING PRACTICES ON COMMUNITY LED INTERVENTIONS FOR ALCOHOL, TOBACCO AND OTHER DRUGS CONTROL

ADIC SYMPOSIUM 2022

Promising practices on community led interventions for alcohol, tobacco and other drugs control

Sri Lanka Foundation Institute (SLFI), Colombo 07
30th November 2022

IOGT·NTO MOVEMENT

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

PROOFREADING & TRANSLATION
Imesha Somasiri
Geethma Rashmi Dasanayake
Hasini Siyambalapitiya

CONCEPT, DESIGN LAYOUT,
TYPE SETTING AND GRAPHICS
W. G. S. M. Lakmal
s94madushanka@gmail.com
+94718833214

BACKGROUND

Alcohol and Drug Information Centre (ADIC) has been engaging in community interventions on alcohol, tobacco and other drug prevention for more than thirty years. ADIC was able to introduce effective and innovative concepts and activities to the field, and some of them were internationally recognized and won several awards.

The uniqueness of ADIC's interventions lies in measuring the outcomes and impact while engaging in field level activities. The policy advocacy work carried out by ADIC is also benefited by the intense community work involved. Alcohol, tobacco and other drugs use directly increases the risk of non-communicable diseases and affect sustainable development goals. The most important yet least identified factor is that using any drug in any capacity is an impediment to happiness.

As the main target groups of ADIC's interventions, ADIC closely work with children, youth, women, users, government officers and community activists. Involvement of ADIC's target groups in all its interventions is the key component behind the success of the work. Children are an important target group of ADIC, where ADIC does not use children for prevention purposes, but rather, obtain their enthusiasm and active involvement in reducing alcohol related issues within their families, thereby contributing to well-being and development of communities.

The objectives of community interventions conducted by ADIC are as follows.

- To empower children, women, and government officers to identify and minimize the impact of promotional strategies of alcohol, tobacco, and other drugs industries
- To empower children, youth, and women to actively engage in reducing demand for alcohol, tobacco, and other drugs in the household or in the community by facilitating cessation or reduction of use
- Empowerment of youth to identify and counteract on the promotion strategies of alcohol, tobacco and other drugs industries in social media and mass media
- Encourage alcohol, tobacco, and other drugs users to quit or reduce use

This year's symposium is based on 'promising practices on community led interventions for alcohol, tobacco and other drugs control.' ADIC has facilitated the interventions which were successfully carried out by various groups within the communities. This book includes 99 Promising practices which contains successful interventions conducted in year 2022, drawn from all over the country, representing both Sinhala and Tamil medium. The successful interventions selected for the symposium were financially supported by IOGT-NTO Movement, Sweden.

MESSAGE FROM

CHAIRPERSON
ALCOHOL AND DRUG INFORMATION CENTRE (ADIC)

Dr. Palitha Abeykoon

I am pleased to send this brief message as the Chairperson of the Alcohol and Drug information Centre (ADIC) Sri Lanka, to the Symposium on "Promising practices on community led interventions for alcohol, tobacco and other drugs control." This symposium will provide an ideal opportunity to present and share community-level experiences and interventions pertaining to minimising harm related to alcohol, tobacco and other drugs. It also provides an ideal platform to present and discuss the innovations that were successfully carried out, while facing many hardships as the country is at a difficult economic juncture. I am convinced this is a worthwhile and timely effort that can serve as a useful learning experience with regard to how communities were able to overcome the barriers during this unprecedented time period.

I would like to make this an opportunity to thank all the staff members of ADIC for their teamwork and perseverance. Their efforts have been truly effective in bringing success to the organizational work especially during difficult time periods. My special gratitude goes to IOGT-NTO Movement, World Health Organization and every other organization who joined hands with ADIC and contributed to the success of the organizational work. Their support and guidance are greatly appreciated.

I wish the authors all the very best in their future endeavors. I thank and congratulate everyone who contributed to the successful completion of this symposium.

Finally it is my belief that ADIC will continue to strive towards creating a better future through similar, and possibly, even more efficient, innovative and timely interventions.

MESSAGE FROM

EXECUTIVE DIRECTOR
ALCOHOL AND DRUG INFORMAION CENTRE
(ADIC) SRI LANKA

Mr *Pubudu Sumanasekara*

ADIC is an organization which has been successfully engaged in alcohol, tobacco and other drug (ATOD) prevention for over thirty years, continuously introducing innovative approaches in the field of prevention. As the impact of alcohol, tobacco and other drugs use are usually seen as limited to health effects, it took a significant amount of time for the world to understand that it extends beyond health, and that it also devastates the country's productivity and development, resulting in an economic downturn.

Organizing a symposium for the grass root level implementors who are actively engaging in alcohol, tobacco and other drug prevention and advocacy is a timely need. It provides a platform for them to share their successful innovative approaches, which will further motivate and encourage them to engage in similar interventions. This symposium fills a noticeable gap in our country, where the grass root level mobilizers are lacking in opportunities to make their voices be heard, in the field of alcohol, tobacco and other drugs control.

As we need effective community intervention models, people working within the communities were encouraged to submit their success interventions. ADIC obtained the assistance of a scientific committee consisting of highly qualified professionals representing several important fields of work, to select the best promising practices to be presented at the symposium. Their enormous effort in assessing the abstracts is highly appreciated.

I would also like to take this opportunity to thank the IOGT-NTO Movement, Sweden for partnering with ADIC to supported the interventions, and my special thanks goes to all other parties for their endless support in making this event a success.
I strongly believe that the symposium will contribute to strengthen the sustainable changes in the community, reducing the problems caused by alcohol tobacco and other drugs.

Thank you all and I hope you find this year's symposium informative and productive.

ADIC profile
ALCOHOL AND DRUG INFORMATION CENTRE (ADIC) SRI LANKA

Alcohol & Drug Information Center (ADIC)-Sri Lanka was inaugurated in April 1987 and was established as an independent organization in 1990.ADIC is registered under the Companies Act. No 7 of 2007 and Voluntary Social Services Act No. 31 of 1980 as amended by Act No.8 of 1998 of Sri Lanka and obtained Approved Charity Status in 1992.

Our Vision:
"To create a world where every person realises that the use of whatever drug at whatever level is an impediment to happiness"

Our Mission:
"Prevent drug use through social changes and effective education"

We at ADIC strongly and solidly stand by our vision to create an environment where every individual realize that the use of alcohol, tobacco or other drugs in whatever quantity is a hindrance to their own happiness as well as to others.

ADIC's strategy to achieve the mission is to develop knowledge, skills, behaviours and attitudes of individuals in order to critically analyse promotional strategies of alcohol and tobacco industries. Main division include Social Mobilisation programme, Strategic Intervention Programme, Policy Advocacy Programme, Library & Information Programme, Human Development & Innovative Intervention Programme, Research & Evaluation Programme and Programme for Heroin Users to be Free from Drugs. ADIC team includes approximately 30 full-time staff members, 10 part-time staff members and possesses a volunteer pool of over 100 individuals around the country.

ADIC Sri Lanka is a well-recognised resource center, promoting demand reduction of alcohol, tobacco and other drugs nationally, regionally and internationally over the last 25 years. Our scientific approach recognizes the importance of preventing drug use through social change and effective education. We provide services to government, non-government, civil society organisations and public in general, in terms of technicality, educational/promotional material on drug prevention, resource persons, information etc.

The successful efforts to create a lasting change in communities by changing behaviours has been recognised by the World Health Organisation in 1993 awarding ADIC with the prestigious WHO award, 'Tobacco or Health Medal'. In 1998 and in 1999 ADIC won the awards from International Federation of Non-Governmental Organisation (IFNGO) as the 'Most Outstanding Project'; for the achievements from the drug Demand Reduction Project Launched at Hapugastenna Estate in Sri Lanka. ADIC won 'The Commonwealth Youth Service Award' 1998/99 granted by the Commonwealth Secretariat. Since year 2000, ADIC represent at the WHO-Alcohol Policy Strategy Advisory Committee. ADIC was named as the 'NGO of the year' in 2013 by the Nations newspaper in consequence of the successful interventions carried out to implement pictorial health warnings on the surface of cigarette packaging.

CONTENT

Background	v
Messages	
Chairperson Alcohol and Drug Information Centre	vii
Executive Director Alcohol and Drug Information Centre	viii
ADIC profile	ix
Organising committee	02
Co - Editors	02
Scientific committee	03
Programme	04
Abstracts	14 - 219
Acknowledgement	221
Author Index	222 - 232

ORGANISING COMMITTEE

SYMPOSIUM OF SHORT-TERM COMMUNITY INTERVENTIONS ON ALCOHOL, TOBACCO AND OTHER DRUGS PREVENTION - 2021

Pubudu Sumanasekara

Sampath De Seram

Amaranath Tenna

Abdul Raheem

Nidarshana Selladurai

CO- EDITORS

Sunethra Abeykoon

A. Kodeeshwarar

Prasad Senaka

Ruchira Madushan

Madushika Senarathna

Ranmal Premathilake

SCIENTIFIC COMMITTEE

SYMPOSIUM OF SHORT-TERM COMMUNITY INTERVENTIONS ON ALCOHOL, TOBACCO AND OTHER DRUGS PREVENTION - 2021

Dr. Mahesh Rajasuriya
Consultant Psychiatrist, Senior Lecturer, Department of Medicine,
University of Colombo

Dr. Manuja Perera
Specialist in Community Medicine & Senior Lecturer in Public Health,
Faculty of Medicine,
University of Kelaniya

Dr. Sajeewa Ranaweera
Member, Expert Committee on Tobacco, Alcohol and Illicit Drugs,
Sri Lanka Medical Association (SLMA)

Dr. Nadeeka Chandraratne
Senior Lecturer, Department of Community Medicine,
Faculty of Medicine,
University of Colombo

Dr. Sameera Hewage
National Consultant – CSO Engagement,
World Health Organization (WHO) country office Sri Lanka

Mr. Suveendran Thirupathy
National Professional Officer- Mental Health & Substance Use,
World Health Organization (WHO) country office Sri Lanka

Prof. S.Raguram
Professor in Media Studies, Head, Department of Media Studies,
Faculty of Arts, University of Jaffna

Mr. Varadharaja Jeyarooban
Senior Lecturer,
School of Social work, National Institute of Social Development

Agenda

Opening Ceremony	
09.00 am – 09.05 am	Welcome Speech Pubudu Sumanasekara (Executive Director: Alcohol and Drug Information Centre)
09.05 am – 9.20 am	Keynote Dr. Palitha Abeykoon (Chairperson, Alcohol and Drug Information Centre
09.20 am – 09.35 am	Guest speech Prof. Diyanath Samarasinghe
09.35 am – 09.45 am	Token of appreciation to the scientific committee
9.45 am – 10.00 am	Speech – Scientific committee member Prof. S.Raguram (Professor in Media Studies, Head, Department of Media Studies, Faculty of Arts, University of Jaffna)
10.00 am – 10.30 am	**Tea**
Symposium – Oral presentations	
10.30 am – 10.40 am	Oral presentations 1
10.40 am – 10.50 am	Oral presentations 2
10.50 am – 11.00 am	Oral presentations 3
11.00 am – 11.10 am	Oral presentations 4
11.10 am – 11.20 am	Oral presentations 5
11.20 am – 11.30 am	Oral presentations 6
11.30 am – 11.40 am	Oral presentations 7
11.40 am – 11.50 pm	Oral presentations 8
11.50 pm – 12.00 pm	Oral presentations 9
12.00 pm – 12.10 pm	Oral presentations 10
12.10 pm -12.25 pm	Speech – Scientific committee member
12.25 pm – 01.30 pm	Lunch
1.30 pm – 2.30 pm	Exhibition and poster presentation
2.30 pm – 3.30 pm	Presenting awards to participants
3.30 pm – 3.35 pm	Vote of thanks
03.35 pm	Tea and End

Theme 01: Youth initiatives for counter-attacking ATOD promotions, reducing glamorization and improving youth involvement in ATOD control.

Abstract No	Title	Page
01	Introducing the method of providing drug prevention and leadership training with high results	14-15
02	Bringing the harm of drug use to the youth through YouTube social media and pointing out that drugs are not the solution to their problems.	16-17
03	Further proving that the company's perception that artistic abilities and pleasures are enhanced through the use of alcohol, cigarettes and other drugs is an illusion.	18-19
04	The role of Narammala Youth-Community in reducing smoking promotion and prevalence in Kurunegala District	20-21
05	Alcohol, tobacco and other drug prevention through simple story formats using promotional tactics used by tobacco companies to deceive social media users	22-23
06	Directing youth towards conscious media away from tobacco, alcohol and other drug advertisements	24-25
07	Accustomizing the youth to the euphoric song freed from drug propaganda to improve the mental health and power of aesthetic appreciation of the youth.	26-27
08	Empowering youth to reduce cigarette, alcohol and drug use.	28-29
09	Empowering youth participation in Sri Lanka	30-31
10	Reducing the attraction of alcohol and drugs among the students of WP/Ho/Mayadunna Maha Vidyalaya and empowering the students of the school for drug prevention.	32-33
11	Empowering the students of Tangalle Boys National School to reduce drug and alcohol experimentation among students	34-35
12	Expression of disapproval regarding bringing cigarettes to the home of 3-C grade students of WP/Ho/Niyadagala Vidyakeerthi Junior School.	36-37
13	" Empowering the students of R/Ambi/Colombogeara Maha Vidyalaya to reduce the attraction to drugs and alcohol among school students."	38-39
14	Training and empowering school teachers for effective drug prevention in schools using new technology online	40-41
15	Developing better resource persons for schools	42-43
16	Reducing alcohol and drug attraction among school students and empowering students for effective drug prevention	44-45

17	Empowering the youth within the Hambantota district to reduce the attraction of alcohol and drugs in the youth community	46-47
18	Empowering a youth group at the Galle Vocational Training Center to publicly respond against drug abuse in society.	48-49
19	The efforts of primary school children of Sri Pada Central College to reduce the use of cigarettes and alcohol	50-51
20	Empowering students to reduce the image of drugs and alcohol in school.	52-53
21	Making changes in alcohol and cigarette prevention programmes	54-55

Theme 02: Collective effort in empowering communities to reduce usage and alcoholization, contributing to family/ community development.

Abstract No	Title	Page
22	Empowering the students who attend the Communication and Media Studies tuition classes in the Kiriella area of Ratnapura district to reduce the use of drugs.	58-59
23	Freeing ten three-wheeler drivers near Ambanpola Hospital from using alcohol and cigarettes.	60-61
24	Activities and progress of the 'Let's Change' group	62-63
25	Creating effective change in the community at the Buttala village group level in the Monaragala district.	64-65
26	Implementation of the general policy of making all events of every member family smoke and alcohol-free.	66-67
27	Improving the quality of life by reducing the unnecessary expenses of the person such as betel leaves, cigarettes, alcohol, unnecessary phone expenses and essential food.	68-69
28	Activities and progress of the Task Force for Change	70-71
29	Empowering the community in the village to create an environment free from alcohol, tobacco and other drugs in the Monaragala district.	72-73
30	Enforcement by the youth for the youth to reduce the use of cigarettes in and around Notchiyagama,	74-75
31	Reduction of problems caused by alcohol consumption in plantation areas through intervention of estate health team	76-77
32	" Making the vicinity of R/Ambi/Colombageara National School a drug and alcohol-free area."	78-79

33	The attempt of the mothers of Anapallama "Ekamuthu" Mother's Union to reduce and stop the use of alcohol on festive occasions	80-81
34	Empowering mothers to reduce alcohol abuse	82-83
35	The intervention of “Siyapatha” Women's Task Force in Akmeemana, Amalgama to reduce and stop alcohol consumption during festivals	84-85
36	Preparing monthly reports and lobbying related agencies to prevent and reduce alcohol and drug advertisements through social media	86-87
37	The attempt of the children of children's clubs in Gonnoruwa village to celebrate New Year without spending money on alcohol	88-89
38	Awareness of the problem of alcohol consumption for human survival	90-91
39	Mobilization of children of Jayawickramapura Children's Club to reduce the use of drugs and cigarettes by adults.	92-93
40	The mission of the children of Hakmana Kohuliyedda Sri Sarankara Dhamma School to reduce and stop the use of alcohol and cigarettes	94-95
41	Mihindu children rally to reduce and stop alcohol and cigarette use around school and in their families	96-97
42	Let's clear the truth about alcohol, tobacco and other drug related norms	98-99
43	Efforts made by the Wanduramba, Thiriwanaketiya children's society and two women's societies to reduce and stop cigarette use	100-101
44	The attempt of Ran Samanala Children's Society to free the village from smoking and alcohol	102-103
45	A collective policy decision by a women's organization makes the members' homes smoke-free and alcohol-free.	104-105
46	Let's defeat the alcohol related norms	106-107
47	Quitting and reducing the use of cigarettes and beedis by the drivers, labourers working in the Hakmana V.E.A. association	108-109
48	Empowerment of animation Assistant Managers of Banking Associations to reduce the consumption of alcohol, and smoking in the community and prevent the youth from resorting to it.	110-111
49	Selecting families with drug users and smokers, educating them and creating home gardens	112-113
50	Reducing consumption among alcohol users in our estate	114-115
51	Children save on alcohol and cigarettes	116-117

52	The effort and victory of our children in Buttala to reduce and stop the use of cigarettes and alcohol	118-119
53	Actions of the Abolition and Transformation Committee	120-121
54	Minimizing the daily use of alcohol and tobacco by people employed on multi-day fishing vessels.	122-123
55	Improving the behaviour patterns and attitudes of people in Delkanda, Kirulapana who use drugs	124-125
56	Reducing consumption by knowing how alcohol users can reduce / stop consumption	126-127
57	Making the children of the reading society a drug-free generation through Mihintale Public Library	128-129
58	Implementation of sustainable drug prevention programme with development officers	130-131
59	Interventions by women's societies and children's clubs to reduce alcohol, tobacco and other drugs issues in Senapura and Rohanapura Divisions.	132-133

Theme 03: Interventions to reduce availability and create a change in perception and trends on ATOD.

Abstract No	Title	Page
60	Ceasing the sale and use of cigarettes in Yayawatta village, East Dedduwawala of Beliatta Divisional Secretariat	136-137
61	Pressuring the Ministry of Finance to increase the price of cigarettes by youths across the island under the theme "Enough! Let's stop at 31	138-139
62	Stopping the sale of drugs and smoking in nearby shops of/Ambi Colombogeara National School.	140-141
63	The success of Children's Society children's intervention to reduce cigarette sales	142-143
64	Alcohol, tobacco and other drug promotions on social networking sites	144-145
65	Empowering shop owners to reduce the sale of cigarettes in the Balangoda municipal area through the intervention of the Balangoda Library	146-147
66	A community empowered to reduce the sale of cigarettes in Meda Uyangoda village, Tihagoda	148-149
67	Promotion of alcohol, tobacco and other drugs in Tamil films	150-151

68	To socialize the harms of tobacco, alcohol and other drugs, reduce the image and positive social perceptions and conduct effective and comprehensive advertising programmes through multiple media to reverse industry tactics.	152-153
69	Identifying the tactics of the parties who tried to legalize cannabis by focusing on the Galle Face struggle area, removing them from the struggle area and reducing the use of alcohol, cigarettes and cannabis and other drugs	154-155

Theme 04: Enforcing implementation of national level policies and establishing community led policies for effective ATOD control through community empowerment.

Abstract No	Title	Page
70	Implementation of a nationwide public petition urging the Ministry of Finance not to send the country's money abroad for nothing, but to properly increase the price of cigarette tax and use that money to reduce the price of essential goods in the country.	158-159
71	Organizing a series of silent protests urging the government to increase the tax on cigarettes and alcohol and use that money for the development of the country.	160-161
72	Reducing the use of tobacco, alcohol and other drugs based on policies adopted collectively in community organizations.	162-163
73	"Development of socially beneficial policies in local councils to reduce alcohol and tobacco related problems and make recommendations to Central Government in this regard."	164-165
74	Formulation of policies for alcohol, tobacco and drug cessation in Buttala Division	166-167

Theme 05: Engagement of children and duty bearers to reduce usage, glamorization and attraction of children towards ATOD.

Abstract No	Title	Page
75	An effort made to change the attitude of preschool children by giving them the correct knowledge about the use of cigarettes and alcohol.	170-171
76	Children's social intervention to reduce and cease smoking and alcohol use	172-173
77	The intervention of Kirulapana Branch Library to help children living in Nagaswatta village to live in an environment free from alcohol, tobacco and other drugs and to reduce children's exposure to them.	174-175
78	Social awareness of tobacco and alcohol companies' sneaky tactics on World Children's Day	176-177
79	Encouraging male secondary school student members of Kotahena Branch Library to reduce their attraction to alcohol and drug use	178-179
80	Efforts made by Dimbulamuraya Sandisi Preschool to reduce and stop the use of cigarettes and alcohol	180-181
81	Empowering Grade 3 children of Akaravita Junior School to express disapproval of people who resort to smoking and drinking alcohol in their homes	182-183
82	Efforts to empower preschool teachers to reduce children's use of alcohol and cigarettes	184-185
83	The initiation of the Alubomulla Gurunivasa Preschool to increase the happiness of the families of preschool children	186-187
84	Efforts of Seewali Branch Library to create a happy family environment by implementing productive activities and imparting the right knowledge to children and women.	188-189
85	Efforts made to reduce children's desire to use cigarettes and alcohol	190-191
86	Mattakkuliya Public Library's efforts with children to reduce the use of cigarettes, alcohol and drugs	192-193
87	Operation of Nochchiyagama Pradeshiya Sabha Public Library to rescue school children who were resorting to drug use.	194-195
88	The effort made by Athoya Preschool to reduce the use of cigarettes and alcohol	196-197
89	Conducting an effective drug prevention programme for preschool children through the intervention of Kahatagasdigiliya Library.	198-199

90	The effort made by the preschool to create a free environment where children can be happy	200-201
91	The attempt of the children of 'Pipena Piyum' Children's Society to change Dandeniya village	202-203
92	The attempt of Ratnapura Samagi Preschool to prevent the desire to use cigarettes and alcohol	204-205
93	Strengthening and giving correct understanding to the children of Hakmana Kabiliapola North Thakshila Preschool to prevent children from becoming smokers and alcohol users in the future.	206-207
94	Creating an attitude change to prevent future generations from smoking and drinking alcohol.	208-209
95	Development of preschool teachers to reduce the possible attraction of children to smoking and alcohol use.	210-211
96	The children of Berillawatte in Halpathota,Baddegama, who stood up against the media virus, become social leaders as well as resources in drug prevention.	212-213
97	Children of Berillawatte and Predruwatte in Baddegama free their fathers from smoking and alcohol.	214-215
98	An attempt by Philip Gunawardena Public Library to reduce the children of the reading society from resorting to drug use in the future.	216-217
99	Children of Meegama Sri Purana Vihara Dhamma School act against the media virus	218-219

Theme 01

Youth initiatives for counter-attacking ATOD promotions, reducing glamorization and improving youth involvement in ATOD control.

දමිළ මාධ්‍ය පාසල් සඳහා (මුස්ලිම් පාසල්වල) මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ වැඩසටහන් සහ නායකත්ව පුහුණුව ඉහළ ඵලදායීතාවකින් යුතුව ලබා දීමේ ක්‍රමය හඳුන්වා දීම.

කර්තෘ :-ඒ.ඩබ්ලිව්.එම්. ඉහ්තිසාම්

පසුබිම

දමිළ මාධ්‍ය පාසල් සඳහා (මුස්ලිම් පාසල්වල) මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ සහ නායකත්ව පුහුණුව ලබා දීමේදී සමස්තයක් ලෙස බරපතළ ගැටලුසහගත තත්ත්වයක් තිබේ. සාමාන්‍යයෙන් එවැනි පාසල්වල සංස්කෘතික හා ප්‍රායෝගික ගැටලු රැසකි. එමෙන්ම මෙවැනි වැඩසටහන් සඳහා ඉල්ලීම් නොමැතිවීම ද කැපී පෙනේ. අප මෙම ගැටලු සහගත තත්ත්වය හඳුනාගෙන මෙම තත්ත්වයට විසඳුමක් අත්හදා බැලීමට පාසල් වැඩසටහනක් සංවිධාන කරන ලදි. (මාතර අල් අක්ෂා මහා විද්‍යාලය)

ක්‍රමවේදය

මෙම වැඩසටහන සඳහා අපි සිසුන් දෙසීයක ආසන්න ප්‍රමාණයක් එම පාසලේ ආචාර්ය මණ්ඩලය සහ දෙමාපියන් පිරිසක් ද සම්බන්ධ කර ගත්තෙමු. සිසුන්ගේ පහසුව සඳහා අප එම සිසුන්ව කාණ්ඩ දෙකක් ලෙස වෙන් කර ගත්තේය. (ශිෂ්‍ය, ශිෂ්‍යාවන්) ඉන්පසු එක කණ්ඩායමකට දේශනයක් ද අනිත් කණ්ඩායමට නායකත්ව පුහුණු ක්‍රියාකාරකමක් ද ලෙසින් කණ්ඩායම් දෙකම වැඩසටහනට සහ ක්‍රියාකාරකම් සඳහා සහභාගී විය. එම කණ්ඩායම් දෙකෙන්ම තව සිසු කණ්ඩායම් කිහිපයක් ලෙස හදාගෙන අපගේ වැඩසටහන සහ ක්‍රියාකාරකම් සිදු කරන ලදි. වැඩසටහන සඳහා YAN Sri Lanka තරුණ ජාලය තරුණ නායකයන් 25ක් සහභාගි විය.

අභියෝග

එම වැඩසටහන සහ ක්‍රියාකාරකම දෙවරක් ක්‍රියාත්මක කිරීමට සිදුවීම. අත්හදාබැලීමක් නිසා කාලය කළමනාකරණයේ දී ගැටලුසහගත තත්වයන්ට මුහුණදීමට සිදුවීම.

ප්‍රතිඵල

සිසු සිසුවියන් සියලුම ක්‍රියාකාරකම්වල යෙදීම නිසා වැඩසටහන සම්පූර්ණ කරගත හැකිවීම. ශිෂ්‍යාවන්ට නිදහසේ වැඩසටහනට සම්බන්ධ වීමට හැකියාවක් තිබිණි. සංස්කෘතික ගැටලු නොමැතිව වැඩසටහන සම්පූර්ණ කරගත හැකිවීම.

නිගමනය

සාමාන්‍යයෙන් මෙවැනි වැඩසටහනක් පැවැත්වීමේ දී මෙයට සම්බන්ධ වන සිසුන්ට එම වැඩසටහනේ ක්‍රියාකාරකම් සඳහා නිදහසේ සම්බන්ධ වීමට හැකි පරිසරයක් නොතිබීම ද, මෙවැනි වැඩසටහන් මෙම පාසල්වල සංවිධානය වීම අඩු මට්ටමකින් පැවතියද, මෙම ක්‍රමය නිසා එම ගැටළුවට සාර්ථක විසඳුමක් හඳුන්වා දීමට හැකිවිය. එබැවින් මෙවැනි වැඩසටහන් නැවත සංවිධානය කරන ලෙස බොහෝ ඉල්ලීම් ද ලැබෙමින් පවතී.

Introducing the method of providing drug prevention and leadership training in Tamil medium (in Muslim schools) with high results.

Author - A.W.M. Ihtisam

Background

There is an overall serious problem in providing drug prevention and leadership training through the Tamil medium (in Muslim schools). Generally, there are many cultural and practical problems in such schools. And there is no demand for such programmes. We recognized this problematic situation and organized a school programme to find a solution to this situation. (Matara Al Aqsa College)

Methodology

Approximately two hundred students as well as the teaching staff and some parents participated in this programme. For the convenience of the students, we divided the students into two groups (male and female). Then the programme was alternately given to one group as a lecture and as a leadership training activity for the other group. From both groups, several more student groups were formed and our programme and activities were carried out. 25 youth leaders of the YAN Sri Lanka Youth Network participated in the programme.

Challenges

The programme and the activity had to be done twice. As this was an experiment, some problems arise in time management.

Results

As the students engaged in all the activities, we were able to complete the programme. Girls were able to join the programme freely. Being able to complete the programme without cultural issues.

Conclusion

Usually, in these kinds of programmes, the students are unable to participate freely in the activities of the programme. Further, there is a low level of organization of such programmes in those schools. Due to this method, it was possible to introduce a successful solution to those problems and there are many requests to organize such programmes.

YouTube සමාජ මාධ්‍ය හරහා මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයේ හානිය තරුණ පරපුර වෙත ගෙන ඒමත්, තමන්ගේ ගැටළුවක දී විසඳුම මත්ද්‍රව්‍ය නොවන බව පෙන්වාදීම.

කර්තෘ :- චමිත් කුලසේකර

පසුබිම
වර්තමාන තරුණ පරපුර සිය කාලයෙන් වැඩි ප්‍රමාණයක් ගත කරන්නේ සමාජ මාධ්‍ය සමගයි. එම නිසා අතීතය මෙන්ම වර්තමානයේ ද ඇතිවී තිබෙන තරුණ පරපුර මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කිරීමේ ගැටළුව වටහා දෙමින්, එය අනාගතයේ දී සිදු නොවීමට වගබලා ගැනීමේ නිර්මාණ කාර්යක් ලෙස Turning පොයින්ට් ටෙලිකතා මාලාව හඳුන්වාදිය හැකිය.

ක්‍රමවේදය
මේ සඳහා යෙදා ගත්තේ අනුවේදනීය කතා පුවතකි. ඒ තාරුණ්‍යයේ ආදරය ගැනයි. වර්තමාන තාරුණ්‍යය ආදරයන් පරාජය වුවහොත් සිදු කරන්නේ සියදිවි නසාගැනීම හෝ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කිරීම වැනි ගැටළු සහගත තීරණ ගෙන ජීවිතය වැරදි මාවතක් වෙත ගෙනයාමයි. නමුත් කළ යුත්තේ තාරුණ්‍යයේ ආකල්ප පරිවර්තනය කිරීම හරහා ඉහත කියූ නොගැළපෙන කාරණා වෙනුවට එම පරාජය වීම ජීවිතයට පන්නරයක් කරගනිමින් බුද්ධිමත් ලෙස සිතා නිවැරදි ලෙස තීරණගෙන තමා නැවත පරාජය නොවන අයුරින් ජීවිතය ජයගත් තරුණයකුගේ කතාවකි. ඒ හරහා මෙවැනි අවස්ථාවක බුද්ධිමත් තීරණ ගැනීම ලබාගනු වස් තාරුණ්‍යය අභිප්‍රේරණය කිරීම සිදුකරනු ලැබුවේ දැනට තරුණ පරපුර නියෝජනය කරන ජනප්‍රිය තරුණ රංගන ශිල්පියකු හා තවත් තරුණ තරුණියන් යෙදා ගනිමිනි. මෙහිදී මේ කතා මාලව තුළ තරුණ නළු නිළියන් හරහා, මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන තාරුණ්‍යය සමච්චලයට ලක්කර එහි ගැටලුව කියාදීම තුළින් තාරුණ්‍ය මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කිරීමෙන් වළකාගැනීමේ මූලික ප්‍රයත්නය විය. මේ ක්‍රමය අන් සියලු ක්‍රමවලට වඩා තාරුණ්‍යය අතරට යාමට හේතු වූයේ අප මේ සඳහා යොදගත් YouTube නම් වූ තරුණ මිතුරු මාධ්‍යයි.

අභියෝග
රූගත කිරීම් සදහා කාලගුණික බලපෑම් එල්ලවීම සහ ඒ නිසාවෙන් එක් ගොඩනැගිල්ලක් තුළ එකිනෙකට වෙනස් දර්ශනතල නිර්මාණය කරමින් රූගත කිරීම් සිදුකිරීමට වීම.

ප්‍රතිඵල
මෙම ටෙලි නිර්මාණය සඳහා YouTube හරහා විශාල ප්‍රතිචාරයක් හිමිවූ අතර 563 වූ ග්‍රාහකයින් ප්‍රමාණය දින 10 ඇතුළත 19645 දක්වා ඉහලයාම. ප්‍රේක්ෂකයන් විසින් මෙම Turning පොයින්ට් 01 කොටස් මාලාවෙන් පසුව එහි Turning පොයින්ට් 02 කතා මාලාව ඉල්ලා සිටීම. තරුණ තරුණියන් විසින් මෙහි එන අතැම් නිවාරණය පණිවිඩ සහිත කොටස් උපුටාගෙන තමන්ගේ පෞද්ගලික සමාජ මාධ්‍ය ගිණුම් තුළ ප්‍රචාරය කිරීම.

නිගමනය
තාරුණ්‍ය වෙත යම් පණිවිඩයක් ඉතා ඉක්මනින් ලබාදීමට හා ප්‍රචලිත කිරීම සඳහා තාරුණ්‍යයේ හදවත් ස්පර්ශ කළ හැකි හොඳම මාධ්‍ය, සමාජ මාධ්‍ය බව නිගමනය විය.

Bringing the harm of drug use to the youth through YouTube social media and pointing out that drugs are not the solution to their problems.

Author - Chamith Kulasekara

Background

Nowadays, the youth spend most of their time on social media. Therefore, the Turning Point television series can be introduced as a creative work to understand the problem of drug use by the youth in the past as well as in the present and to prevent it from happening in the future.

Methodology

For this, I used a sympathetic story of my own. It's about young love. Today's youth, if they fail in love, make chaotic decisions such as suicide or drug use and mess up their lives. What we need to do is to change the attitudes of the youth, instead of the above-mentioned incongruities, by taking that failure as a springboard for life, thinking wisely, making the right decision, and overcoming life in such a way that we do not lose again. Motivating the youth to make wise decisions in such a situation was done by producing the story of such a young person which was acted by a popular young actor and other young people. Here in this series, through the young actors and actresses, the primary effort was to prevent the youth from using drugs by mocking the youth who use drugs and telling them about the problem. The reason why this method reached the youth more than any other method was the youth-friendly media that we used for this purpose called YouTube.

Challenges

Due to the effects of the weather on the shooting, it had to be done in one building creating different scenes.

Results

This telecast received a great response through YouTube and the number of subscribers increased to 19645 within 10 days from 563. The audience demanded the 02nd episode of Turning Point after watching the 01st episode. Young people excerpted parts from the drama with preventive messages and posted them on their social media accounts.

Conclusion

It was concluded that social media is the best medium that can touch the hearts of the youth to send and spread a message to the youth very quickly.

මද්‍යසාර, දුම්වැටි සහ වෙනත් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය තුළින් කලා හැකියාවන් හා රසවින්දන හැකියාවන් උද්දීපනය වන බවට සමාගම් මගින් ගොඩනගා ඇති මතය, මිථ්‍යාවක් බව තවදුරටත් සනාථ කිරීම

කර්තෘ :-ඩී.ඩී.පී. භාග්‍යා රාජපක්ෂ

පසුබිම

මත්ද්‍රව්‍ය හා දුම්වැටි භාවිතයෙන් නිර්මාණශීලී හැකියාවන් ලැබීමක් හෝ කලා නිර්මාණ රසවින්දනයට මද්‍යසාර, දුම්වැටි හා වෙනත් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කළයුතු බවට එම සමාගම් මගින් සමාජය තුළ ඇති කළ මතයන් මිථ්‍යාවක් බව සනාථ කිරීම සඳහා මද්‍යසාර හා මත්ද්‍රව්‍ය තොරතුරු මධ්‍යස්ථානය හා ශ්‍රී ලංකා තරුණ ක්‍රියාකාරී ජාලය විසින් කර්තෘ මණ්ඩලයකින් යුත් Click Digital Magazine නමින් වර්ණ විධ රසවින්දන අන්තර්ජාල සඟරාවක් ප්‍රේක්ෂකයන් වෙත ගෙන ඒමට මුල් අඩිතාලම 2021 මැයි මස ප්‍රවිශ්ඨයක් ලෙස ලබාගැනිණි.

ක්‍රමවේදය

නිශ්චිත කර්තෘ මණ්ඩලයක් හා සංස්කාරකවරුන් තිදෙනෙකුගේත්, YAN Sri Lanka තරුණ ජාලයේ සභාපති හා ලේකම්ගේ ද අධීක්ෂණය හා සහය ඇතිව සාහිත්‍ය, සමාජයීය, සෞඛ්‍ය, සංචාරක ස්ථාන, නීතිමය පැතිකඩයන්, තාරුණ්‍ය, මාධ්‍ය, සමාජයට වැඩදායී පුරවැසියන් වගේම ඉංග්‍රීසි මාධ්‍යයටත්, දමිළ මාධ්‍යයටත් ඉඩ විවර කරමින්, ADIC ආයතනය, YAN Sri Lanka තරුණ ජාලය මගින් සිදුකරන හෝ ඔවුන්ගෙන් ලබාදෙන වැදගත් පණිවිඩයන් සඳහා ද අපගේ සඟරාව තුළ අන්තර්ගතයන් වෙන් වී ඇත. කොරෝනා උවදුරත් සමඟ ආරම්භ වු සඟරාව YAN Sri Lanka නිල Facebook පිටුව හරහා සෑම මසකම 10 වෙනි දින අඛණ්ඩව මාස 18ක් පුරා සඟරා 18ක් ප්‍රකාශයට පත්කර ඇත. මෙහිදී කර්තෘ මණ්ඩලයෙන් ලබාගන්නා ලිපි හොඳින් කියවා සඟරාවක් ලෙස සකස් කරගත් පසුවත් එය දැඩි අධීක්ෂණයක් යටතේ පරික්ෂා කොට පල කිරීමට අපට හැකිවිය.

අභියෝග

අප නිර්මාණ සඳහා යොදාගන්නා මාතෘකාවන් වගේම, එයට පාදක කරගන්නා මූලාශ්‍රයන් ලිපියක් ලෙස ඉදිරිපත් කිරීමේදී භාවිත කරන වචන, අදහස, රූපරාමු තුළ මත්ද්‍රව්‍ය ප්‍රචාරණයට ඉඩ සලසාදීම වළක්වාලමින් ඉදිරියට පවත්වාගෙන ඒමේදී ඒ පිළිබඳව මනා ලෙස දැනුමක් හෝ සැළකිල්ලක් දැක්වීමට සිදුවිය.

ප්‍රතිඵල

මත්ද්‍රව්‍ය සම්බන්ධ Gossip මූලික කරගත් නිර්මාණ සදහා දැඩි ආකර්ෂණයක් ඇති වකවානුවක ඉතා අඩු ප්‍රේක්ෂක ආකර්ෂණයක් හිමි වූ මුල් කාලය මැඩලමින් වර්තමානය වන විට නිසඳැස් සඳහා මෙන්ම රසික පිටුවක් සඳහා ද ඉඩසලසා දීමටත්, කුමක් හෝ කරුණක් හේතුවෙන් සුපුරුදු ලිපියක් නොමැතිව සඟරාව පල කළහොත් ඒ පිළිබඳව පෞද්ගලිකව ඇසීමට පවා උනන්දුවක්, ආකර්ෂණයක් හිමිවීම. මුල් කාලයේ දී ලියන ලද ලිපි රටාව කාලයත් සමගප්‍රේක්ෂකයන්ගෙන් ලැබුණු අදහස් හා යෝජනාවන් සලකාබලමින් වෙනස් වූ අවස්ථාවන් ද ඇත. (උත්ප්‍රේරක ලිපි වෙනුවට සැබෑ ලෙස ජීවිතය ජයගත් පුද්ගලයින් පිළිබඳ ලිපියකට එක් කිරීම). මේ එක් එක් ප්‍රතිඵලයන් ඉතාම කෙටි කාලයක් තුළ ලබාගත් බව පෙන්වා දිය හැකියි.

නිගමන

අවුරුද්දකුත් මාස හයක් වැනි අඩු කාලයක් තුළ දී මත්ද්‍රව්‍ය ප්‍රචාරණය හෝ මත්ද්‍රව්‍යයෙන් නිදහස් රසවින්දනයක්, ප්‍රේක්ෂක ඉල්ලීමක් ලෙස Click නාමය ගෙන යන්නට හැකි වූවා නම් මෙය අඛණ්ඩව කරගෙන යාමෙන් සමාජයට රසවින්දනයක් වගේම මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයට මහඟු පිටුවහලක් වීමටත්, සමාජය තුළ මිථ්‍යා මත දුරුකිරීමටත් හැකියාවක් ඇති බව පැහැදිලිය.

Further proving that the company's perception that artistic abilities and pleasures are enhanced through the use of alcohol, cigarettes and other drugs is an illusion.

Author- D.D.P. Bhagya Rajapaksha

Background
To confirm that the opinions created in society by alcohol and tobacco companies that creativity could be gained through the use of drugs and cigarettes or that alcohol, cigarettes and other drugs should be used to enjoy artworks are illusions, the Alcohol and Drug Information Center and the Sri Lankan Youth Action Network published a colourful entertainment online magazine called 'Click Digital Magazine' with an editorial board laying its initial foundation in May 2021.

Methodology
With the supervision and support of a specific editorial board and three editors, and the president and secretary of YAN Sri Lanka Youth Network the magazine was designed with space for English medium and Tamil medium covering a wide area including literature, social issues, health, tourist destinations, legal aspects, youth, media and citizens who contribute to society. Furthermore, ADIC institute and YAN Sri Lanka Youth Network were given dedicated content in our magazine for their important messages. The magazine that started concurrently with the Corona threat has been published continuously on the 10th day of every month on the YAN Sri Lanka official Facebook page and 18 magazines have been published so far. Here, we were able to publish the magazine after the articles received from the editorial board were carefully read, organized into a magazine and checked under strict supervision.

Challenges
We had to show good knowledge and pay attention to the words, ideas, and images as well as the topics used in presenting the sources as an article, in order to prevent it from promoting drugs.

Results
At present, we have achieved to make room for a fan page as well as for poetry, curbing the early period which had a very low attraction from the audience and at a time when there is a strong attraction for the creations based on gossip related to drugs. Due to some reason, if the magazine is published without the usual article, there has been an interest and attraction to even ask about it personally. There are times when the pattern of articles written in the beginning has changed over time considering the comments and suggestions received from the audience. (Adding an article about people who have truly conquered life instead of motivational articles). It can be pointed out that each of these results was obtained in a very short period of time.

Conclusions
If it was possible to carry the name 'Click' which was a medium of entertainment free from drug promotion as a demand coming from the audience, within a period of less than a year and six months, it is clear that by continuing to do this, it has the potential to be a great help to the society as well as to prevent drugs and dispel myths in the society.

කුරුණෑගල දිස්ත්‍රික්කයේ දුම්වැටි ප්‍රචාරණය හා ව්‍යාප්තිය අවම කිරීමට නාරම්මල තරුණ - ප්‍රජා කාර්යයභාරය

කර්තෘ :- ඊ.ඩී. භානුක ලංකා වීදිරිසිංහ

පසුබිම
කුරුණෑගල දිස්ත්‍රික්කය තුළ කොවිඩ් ව්‍යාප්ති තත්ත්වය හමුවේ දුම්වැටි භාවිතය ඉක්මනින් ව්‍යාප්තවන අවධානම් තත්ත්වයක එම දුම්වැටි හා තොග වෙළඳාම වැඩි වශයෙන් සිදුකරන නාරම්මල ප්‍රාදේශීය ලේකම් බලප්‍රදේශයේ සියඹලාගස්කොටුව ගමේ මුස්ලිම් තරුණ ප්‍රජා නායකයින් සමග එක්ව ඊට එරෙහිව කටයුතු කරන ලදී. බහුතර මුස්ලිම් ජනතාවක් ජීවත්වන ප්‍රදේශයේ 95%ක් වෙළඳාම (තොග - සිල්ලර) සිදුකරන අතර සිගරට් භාවිතය 5%ක තරම් අඩු අගයක ඇති නමුත් සෘජුව හෝ වක්‍රව කුරුණෑගල දිස්ත්‍රික්කයේ දුම්වැටි අලෙවිය හා ව්‍යාප්තිය සඳහා 60%කට වැඩි බලපෑමක් මේ ප්‍රදේශය හරහා සිදුවේ. එබැවින් මද්‍යසාර හා මත්ද්‍රව්‍ය තොරතුරු මධ්‍යස්ථානය මගින් ලබාගත් දැනුම ප්‍රායෝගික ලෙස භාවිත කිරීමට මෙය අනර්ඝ අවස්ථාවක් විය. 2022 වසරේ පෙබරවාරි සිට මැයි මාසය දක්වා ආසන්න මාස 04 ක සිදුකළ උත්සාහයකි.

ක්‍රමවේදය
කෙටි කාලයක් තුළ කුරුණෑගල දිස්ත්‍රික්කයේ දුම්වැටි අලෙවිය ක්‍රමයෙන් වැඩි වන බව අවබෝධ විය. එබැවින් මෙය තක්සේරු කරගැනීමට කුරුණෑගල දුම්වැටි තොග අලෙවිකරන ස්ථානයට ගොස් විමසීම් කළද, පිළිගත හැකි දත්ත ලබාගත හැකි නොවීය. නමුත් එම ස්ථානයට පැමිණෙන ව්‍යාපාරිකයන්ගේ පදිංචිය විමසීමේ දී ඔවුන් බහුතරයක් නාරම්මල, සියඹලාගස්කොටුව පදිංචිකරුවන බව තහවුරු විය. ඉන්පසු එම ප්‍රදේශයේ ග්‍රාම නිළධාරී කීර්ති බණ්ඩාර මහතාගේ සහයෙන් තරුණ ව්‍යාපාරික, ප්‍රජා කටයුතු සිදුකරන වසීම් තරුණයා සමග හිතවත්ව විවිධ අවස්ථාවල දී ව්‍යාපාරිකයින් දැනුවත් කිරීමට කටයුතු කළ අතර එමගින් අලෙවිය අඩු කිරීමට දායකවීමට හැකිවිය.

අභියෝග
පළමු අභියෝගය නම් දත්ත ලබාගැනීමේ පවතින ලද ගැටළුවයි. එසේම ඔවුන් කිසිම විටෙක තම ව්‍යාපාරික දත්ත තවකෙතුට ලබා දීම ප්‍රතික්ෂේප කරයි. එසේම ප්‍රජාව ආමන්ත්‍රණය කිරීම හා ඔවුන්ගේ මතවාද වෙනස් කිරීම ද දැවැන්ත අභියෝගයකි.

ප්‍රතිඵල
ප්‍රදේශයේ ව්‍යාපාරිකයින් වන ඒ.එෆ්.එෆ් ෆාරුක් මහතා, එම්.අන්වර් මහතා ප්‍රසිද්ධියේ දුම්වැටි අලෙවි නොකරන බවට පොරොන්දු විය. තොග ව්‍යාපාරිකයින් දුම්වැටි සම්පූර්ණයෙන් අලෙවිය නතර කළ නොහැකි නමුත් සතියකට නිශ්චිත ප්‍රමාණයක් අලෙවි කිරීමට ආගමේ නාමයෙන් ප්‍රතිඥා දීම. ආහාර ගැනීමට ඇති ස්ථාන දෙකක මාර්ගයේ සිට දුම්වැටි භාවිත නොකරන ලෙස ඉල්ලා හා එහි හානි ඇතුළත් ප්‍රකාශන ඇලවීමට අවසර දීම. සෑම සතියකම (මාස 04ක් තුළ) ආගමික නැමදුම්වල දී දුම්වැටි අලෙවිය නොකරන ලෙස මෞලවිතුමා හරහා යම් පණිවිඩයක් ජනගත කළ හැකිවීම.

නිගමනය
මෙම සීමිත උත්සාහය දීර්ඝකාලීනව සිදුකිරීම මගින් ශ්‍රී ලංකාව තුළම දැවැන්ත වෙනසක් සිදුකළ හැකි බව පැහැදිලි වේ.

The role of Narammala Youth-Community in reducing smoking promotion and prevalence in Kurunegala District

Author: E.A. Bhanuka Lanka Edirisinghe

Background

In the face of the spread of Covid in the Kurunegala district, the use of cigarettes was spreading quickly, and therefore actions were taken together with the Muslim youth community leaders of Siyambalagaskotuwa village in Narammala Divisional Secretariat area, where most of the cigarettes and wholesale trade are carried out. 95% of the trade (wholesale-retail) is done in the area where a majority of Muslims live, and the use of cigarettes is as low as 5%, but directly or indirectly, more than 60% of the sales and distribution of cigarettes in Kurunegala district are affected through this area. Therefore, this was a great opportunity to put the knowledge gained through the Alcohol and Drug Information Center into practice. It is an effort made in 04 months from February to May 2022.

Methodology

It was realized that the sale of cigarettes in the Kurunegala district was gradually increasing during a short period of time. Even though the Kurunegala tobacco wholesale store was visited and made inquiries to assess this, no acceptable data could be obtained. But when asking about the residence of the businessmen coming to that place, it was confirmed that the majority of them were residents of Narammala, Siyambalagaskotuwa. After that, with the help of the Village Officer of the area - Mr. Keerthi Bandara and a young businessman, Wasim - who is doing community work, businessmen were educated on various occasions and thereby contributed to reducing the sales.

Challenges

The first challenge was the problem of data availability. Also, they refuse to give their business data to others at any time. Addressing the community and changing its ideologies was also a huge challenge.

Results

Local businessmen Mr. A.F.F. Farooq and Mr. M. Anwar promised not to sell cigarettes in public. Wholesale businessmen are unable to stop selling cigarettes completely but pledged in the name of religion to sell a certain amount per week. Two food outlets permitted to paste notices with a message requesting not to smoke on the road and showing its harm. To be able to disseminate a message to the people every week (within 04 months) through the Maulavi at the religious services not to sell cigarettes.

Conclusion

It is clear that if this limited effort is carried out over a long period of time, a huge change can be made in Sri Lanka itself.

සමාජ මාධ්‍ය පරිශීලකයන් රැවටීමට දුම්කොළ සමාගම් යොදාගන්නා ප්‍රවර්ධන උපක්‍රම භාවිතය මගින් සරළ කතා ආකෘති හරහා මද්‍යසාර, දුම්වැටි හා වෙනත් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය

කර්තෘ :-අයි.එච්.කසුන් ලක්මාල්

පසුබිම

සමාජ මාධ්‍ය තුළින් සිගරට් භාවිතය අමුතු වීරකමක් බව පෙන්නුම් කිරීමට දුම්කොළ සමාගම් දැඩි පරිශ්‍රමයක් දරමින් සිටී. තවද YouTube ආශ්‍රිතව වෙනම නිර්මාණ සම්ප්‍රදායක් ඇති කිරීමට ඔවුන් උත්සහ කරයි. කෙටි චිත්‍රපට, YouTube ටෙලිනාට්‍ය මෙන්ම සමහර සංගීතමය නිරූපණ වීඩියෝපටවල මෙය නිර්මාණකරුවන්ගේ නිර්මාණ තුළ අත්‍යවශ්‍ය අංගයක් බවට පත්කිරීමට දුම්කොළ සමාගම් පසුබිම සලසා තිබේ. එවන් නිර්මාණකරුවන්ට සහ ඒවා අගය කරනු ලබන ප්‍රේක්ෂකයන්ට එය වෙනස් කළ හැකි බව පෙන්වීමට “සෙනෙවිරත්න සර්” සහ “TRUE” යන කෙටි චිත්‍රපට දෙක ලෝක ගුරු දිනය හා ලෝක ළමා දිනය තුළ එළිදැක්වීමට අපි කටයුතු සූදානම් කළෙමු.

ක්‍රමවේදය

සාමාන්‍ය සමාජය තුළ සිටිනා ප්‍රේක්ෂකයන්ට උචිත වන සරල තේරුම් ගැනීමක් සහිත දෙබස් කාණ්ඩ යොදා ගනිමින් සාමාන්‍ය පවුලක එදිනෙදා කතාබහ තුළ සිගරට් සමාග ම්වල කූඨ උපක්‍රම හෑල්ලුවට ලක් කිරීම. උදාහරණ වශයෙන් “TRUE” හරහා “සිගරට් බොන අය මෝඩ පාටයි” යන්න ළමයින් අතර ප්‍රචලිත කිරීමට දෙබස් යොදා ගැනීම මෙන්ම “ අවුරුදු 21න් පහළ අයට සිගරට් විකිණීම දඬුවම් ලැබිය හැකි වරදකි.” යන්න සදහන් කළ පුවරු ප්‍රදර්ශනය ද උපක්‍රමයක් බව එහි දෙබස් තුළ සඳහන් කිරීම සිගරට් සමාගම්වල කූඨ උපක්‍රමවලට විශාල පහරක් විය. එමෙන්ම “සෙනෙවිරත්න සර්” යන කෙටි චිත්‍රපටය තුළින් සිගරට් බදු වැඩි කිරීම ගැන කතා බහට ලක්කිරීම සාමාන්‍ය කඩයකට භාණ්ඩ ගැනීමට පැමිණෙන අවස්ථාවක් යොදාගෙන නිර්මාණය කිරීම. එමෙන්ම ළමයින් මත්ද්‍රව්‍ය තුළින් වන බලපෑම්වලින් ඈත්කිරීම සෑම ගුරුවරයෙකුගේම මානුෂීය වගකීමක් බව සෙනෙවිරත්න සර් සහ සේනක අතර සංවාදයෙන් ඉස්මතු කර පෙන්වාදීම.

අභියෝග

මේ සඳහා සහභාගී වන නළු නිළියන්ගේ ද රංගනයට බාධාවක් නොවන ලෙස අපගේ පණිවිඩය ජනගත කිරීමට සිදුවීම. එමෙන්ම වෙනත් කිසිදු අන්දමකින් අහිතකර වූ ප්‍රවර්ධනයක් සිදු නොවන ලෙස පසුබිම් ගැන ද දැඩි සැලකිල්ලක් දැක්වීමට සිදුවීම.

ප්‍රතිඵල

මාස තුනක් තුළ “TRUE” කෙටි චිත්‍රපටය නැරඹුම් වාර 3524 කින් ද, “සෙනෙවිරත්න සර්” කෙටි චිත්‍රපටය නැරඹුම් වාර 1550 කින් ද යුතු විය. එමෙන්ම මේ සඳහා ලැබුණු ප්‍රතිචාර විශාල ඉතාමත් ධනාත්මක ඒවා වීම.

නිගමන

සමාගම් විසින් ප්‍රවර්ධනය සදහා භාවිතා කරන කූඨ උපක්‍රමයන් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයට ද ඉතාමත් සරල ලෙස යොදා ගත හැකි බවත් එය යහපත් සහ ප්‍රායෝගික වූ නිවාරණ ක්‍රමවේදයක් බවත්, අවශ්‍ය වන්නේ නිර්මාණශීලී වීම බවත් අපට මෙහිදී නිගමනය විය.

Alcohol, tobacco and other drug prevention through simple story formats using promotional tactics used by tobacco companies to deceive social media users

Author : I.H. Kasun Lakmal

Background

Tobacco companies are working hard to portray cigarette smoking as something heroic through social media. And they are trying to create a separate creative tradition related to YouTube. Tobacco companies have paved the background to make this an indispensable element in the creations such as short films, YouTube telenovelas and even some music videos. To show that such creators and their appreciative audience can make a difference, we have arranged to release the two short films “Seneviratne Sir” and “TRUE” on World Teacher's Day and World Children's Day.

Methodology

Undermining the sneaky tactics of cigarette companies through the everyday conversation of an ordinary family using simple-to-understand dialogues suitable for a mainstream audience. For example, to establish the slogan "Cigarette smokers look stupid" among children, dialogues were used in"TRUE" as well as mentioning in its dialogue that the display of the boards stating "Selling cigarettes to those under 21s is a punishable offence" is also a trick, was a big blow to the sneaky tactics of the cigarette companies. Also, through the short film "Seneviratne Sir", the increase in cigarette taxes was taken as a topic using a scenario of buying goods at a regular shop. Also, the conversation between Seneviratne Sir and Senaka highlighted that it is the human responsibility of every teacher to keep children away from the effects of drugs.

Challenges

Having to spread our message to the people so as not to hinder the performances of the actors and actresses participating in this. Also, having to pay close attention to the backgrounds so that there is no adverse promotion in any other way.

Results

In three months, the short film "TRUE" was viewed 3524 times and the short film "Seneviratne Sir" was viewed 1550 times. And the responses received for this are very positive.
Conclusion

දුම්කොළ, මද්‍යසාර සහ අනෙකුත් මත්ද්‍රව්‍ය ප්‍රචාරණයන්ගෙන් බැහැර වූ සවිඥානික මාධ්‍යකරණයට තරුණයන් මෙහෙයවීම

කර්තෘ :- සචිත්‍ර කාරියවසම්, කසුන් ලක්මාල්, භාග්‍යා රාජපක්ෂ, ටී.එන්.එස්.වත්තේගම, එල්.බී.එස්.දිල්හාරා, ආර්.එම්.ජී.වී.රත්නායක, බුද්ධි ප්‍රබෝදිනි, එච්.ඩී.නිපුනි වසුන්දරා, ලක්ශාරි ගුණවර්ධන, චතුර පැතුම්

පසුබිම

මත්ද්‍රව්‍ය සමාජයේ ප්‍රචලිත කිරීමට වැඩිවශයෙන් මාධ්‍ය යොදාගැනීම සහ ඒ හරහා විශාල හානියක් සිදුවන බව පෙනී ගියේය. මන්දයත් අද වන විට තාක්ෂණය සමග ඉදිරියට යන සමාජය දෛනිකව මාධ්‍යය සමග ගනුදෙනු කරන්නාවූ කාලය ඉතා ඉහළය. එමෙන්ම මත් උවදුරට ප්‍රධාන හේතුවක් ලෙස ආකල්පමය දුර්වලතාවය ද හඳුනාගැනීමට හැකිවිය. මේ නිසාවෙන් අවසානයේ වර්තමාන සමාජයේ තරුණයින්ගේ ආකල්ප දුර්වලතාවයන් නිසාම දැනුවත්ව හෝ නොදැනුවත්වම විශාල ගැටළුවලට මුහුණදීමට සිදුවෙයි.

ක්‍රමවේදය

YAN Sri Lanka තරුණ ජාලයේ කළමනාකාරීත්වයේ සිට මණ්ඩලයන් (Clusters) සියල්ලම එකතුකරමින් ලිපි සැකසෙන මාසික විද්‍යුත් සඟරාවක් නිර්මාණය කිරීම සිදුකළේය. ඒ හරහා මත් උවදුර පිළිබඳව සෑම මාසයකම න්‍යායාත්මකව සහ ප්‍රායෝගිකව ලිපි ආකාරයෙන් සමාජය දැනුවත් කිරීම ද සිදු කිරීමට හැකි විය. මෙහිදී තරුණයින්ගේ ආකර්ෂණය (සමාජයේ) දිනාගැනීමේ උපාය මාර්ගයක් ලෙස ආදරය, සමාජ ප්‍රශ්න, විශේෂ දිනයන් හෝ සිදුවීම් මෙන්ම කලාව ගැන ද ලිපි පල කරයි. එමෙන්ම අප තරුණ ජාලයේ මණ්ඩලයන් (Clusters) සඳහා ද ලිපි වෙන්කරනු ලබයි. Hipster වැනි ලිපි හරහා මත් ද්‍රව්‍යයෙන් තොරව ජීවිතය ජයගත් තාරුණ්‍යය ගැන සමාජයට පෙන්වා දෙයි. සමාජයේ පාඨක අවධානය සක්‍රීයව ලබා ගැනීමට රසික පිටුවක් මගින් ඔවුන්ට ද නිර්මාණ යොමුකිරීමට ඉඩකඩ සකසා දෙයි.

අභියෝග

වර්තමාන තාක්ෂණයේ නව්‍යකරණයත් සමග තරුණ පරපුර සහ වැඩිහිටියන් ලිපි කියවීමෙන් ඈත්ව සිටීම දැකිය හැකිවිය. එමෙන්ම මේ වන විට විද්‍යුත් මාධ්‍යකරණයේ යෙදෙන අනෙකුත් ආයතනයන්ට/ නිර්මාණකරුවන්ට මෙය නැවුම් අත්දැකීමක් වීම සහ ඇතැම්විට ඔවුන් අපගේ අරමුණ නිසිලෙස හඳුනා නොගැනීම.

ප්‍රතිඵල

ප්‍රමාණාත්මක ප්‍රතිඵල ලෙස මුල්ම සඟරාවේ reach, views සහ අවසාන සඟරාවේ reach, views සළකා බැලිය හැක. පසුගිය සැප්තැම්බර් මාසයේ අපගේ 900 පමණ reach ලැබී ඇති අතර ඇතැම් මාසවල 3000 අධිකව reach ලබා ඇත. මේ වනවිට අප සඟරා 18 පල කර ඇත. තවත් ප්‍රමාණාත්මක ප්‍රතිඵල ලෙස අපගේ වර්තමාන රසිකයන් දැක්විය හැක.

නිගමනය

තරුණ තරුණියන් මෙන්ම වැඩිහිටියන්ගේ ආකල්පමය වර්ධනයක් සිදු වී ඇති බව හැඟිණි. රසික පිටුව WhatsApp සමූහය හරහා ද එය සාක්ෂාත් වන්නේය.

Directing youth towards conscious media away from tobacco, alcohol and other drug advertisements

Authors - Sachithra Kariyawasam, Kasun Lakmal, Bhagya Rajapaksha, T.N.S. Wattegama, L.B.S. Dilhara, R.M.G.V. Ratnayake, Buddhi Prabodini, H.D. Nipuni Wasundara, Lakshari Gunawardena, Chathura Pathum

Background

It was found that mass media is used widely to popularize drugs in society and through that, a lot of damage is done. This is because today's society which advances with technology spends a lot of time dealing with the media daily. It was also possible to identify the weakness of attitude as another main cause of drug addiction. Because of this, in the end, we have to face big problems knowingly or unknowingly due to the weak attitude of the youth in today's society.

Methodology

By bringing together the management of the YAN Sri Lanka Youth Network and all the clusters, a monthly e-magazine was designed. Through that, it was also possible to inform society about the danger of drugs theoretically and practically in the form of articles every month. Here, articles are published about love, social issues, special days or events as well as art as a strategy to win the youth's attention (society's). Also, we reserve articles for the clusters of the youth network. Articles like Hipster show society the youth who have conquered life without drugs. The readers have been given a fan page to publish their creations in order to get their active attention.

Challenges

With the innovation of today's technology, it could be seen that the youth and the adults have deviated from reading articles. Also, as this is a fresh experience for other organizations/creators currently engaged in electronic media, they sometimes do not recognize our purpose properly.

Results

Reach, views of the first magazine and the last magazine can be considered as quantitative results. Last September, we received about 900 reaches and in some months we have got over 3000 reaches. So far we have published 18 magazines. Another quantitative result is our current fans.

Conclusion

It was felt that there has been an attitudinal development of the youth as well as the adults. It is also achieved through the fan page and the WhatsApp group.

මානසික සුවපත්භාවය සහ තරුණ පරපුරේ රසඥතාව ඉහළ නැංවීම උදෙසා මත්ද්‍රව්‍ය ප්‍රචාරණයෙන් නිදහස් වූ සුභාවිත ගීතයට හුරු කරවීම.

කර්තෘ :- ලක්ෂරී ගුණවර්ධන

පසුබිම

තරුණ ප්‍රජාව අගහිඟකමෙන් පීඩිතව ආතතිය, විශාදය වැනි තත්ත්වයන්ට පත්වීමත් සමාජයට වෛර කරන මානසිකත්වයට ඇද වැටී තිබීමත් වැඩි වශයෙන් දැකිය හැක. එවැනි වකවානුවක එවන් හදවත් සුවපත් කරනු පිණිස තරුණ සිත් අසංවර කරන මත්ද්‍රව්‍ය ප්‍රචාරණයට තුඩු දෙන අසංවර අමනෝඥ ගීතවලින් බැහැරව සුභාවිත ගීත කලාව මානව වර්ගයා කෙරේ සමීප කරවීම සඳහා ගනු ලැබූ සාර්ථක උත්සාහයකි.

ක්‍රමවේදය

ලෝක මානසික සෞඛ්‍ය දිනය එම කටයුත්තට වඩා යෝග්‍යයැයි YAN Sri Lanka තරුණ කණ්ඩායමේ එකඟත්වය පළ වූ බැවින් "රසෝෂය" ලෙසින් මාර්ගගත ක්‍රමය හරහා වැඩසටහනක් සංවිධානය කෙරුණි. එහිදී දුම්කොළ, මද්‍යසාර හා වෙනත් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් නිදහස් වූ සහ කිසිදු ලෙසකින් ඒවා ප්‍රචාරණය සම්බන්ධ නොවූ ගායක ගායකාවන් තෝරා ගත යුතු බවත්, ගායනයට සහ විචාරයට බඳුන් කරගන්නා ගීත මත්ද්‍රව්‍ය ප්‍රචාරණයට හේතු නොවන ඒවා විය යුතු බවත් වැඩසටහනේ කොන්දේසි විය. සම්පත් දායකයන් විශ්වවිද්‍යාල ශිෂ්‍යයන් වීම වැඩසටහනේ සුවිශේෂත්වයකි. ගායනයට අමතරව වාදනය, නර්තනය මෙන්ම පහතරට ශාන්තිකර්මයක් ද ඉදිරිපත් කෙරුණි. වැඩසටහනට සහභාගීවූවන් රැස්කර සෑදූ WhatsApp සමූහය හරහා දුම්කොළ, මද්‍යසාර සහ වෙනත් මත්ද්‍රව්‍ය සමාගම් විසින් සිදුකරන ප්‍රචාරණයන් පිළිබඳ දැනුවත් කරන්නටත් දිනෙන් දින අලුත්වන තොරතුරු ඔවුන් සමග හුවමාරු කරගැනීමටත් මේ හරහා අවස්ථාව ලැබුණි.

අභියෝග

මාර්ගගත ක්‍රමය ඔස්සේ ගායන, වාදන, නර්තන යන සියල්ල සංකලනය වූ වැඩසටහනක් පැවැත්වීම සජීවී වැඩසටහනකට වඩා වෙනස් වූවකි. දුරකථන සංඥා ඇති නැති වීම රසවින්දනයට බාධාවක් විය හැකි බැවින් එය ද අභියෝගයක් විය.

ප්‍රතිඵල

වැඩහටහනට සහභාගීවූවන් සංඛ්‍යාත්මකව 87ක් වූ අතර පසු ඇගයීම් ලෙස 93%ක ප්‍රේක්ෂක ප්‍රතිචාර හිමිවුණි. තවදුරටත් එවැනි වැඩසටහන් පවත්වන්නැයි ඉල්ලීම් ද විය. වැඩසටහනට සම්පත්දායකත්වය ලබාදුන් සියලු දෙනා ස්වේච්ඡාවෙන් ඉදිරිපත්වීම ද විශේෂත්වයකි. දුම්කොළ, මද්‍යසාර සහ වෙනත් මත්ද්‍රව්‍ය පිළිබඳ ප්‍රචාරණයන් නොකෙරෙන ගීතවල වටිනාකම සහ ඉන් කෙරෙන සමාජ ශෝධනයෙන් රචකයාගේ සංයමය කොතෙක්ද යන්න ඉස්මතු කෙරෙන බවත් ඒ හරහා ඔහු ගීතයට උපරිම සාධාරණයක් ඉටු කර ඇති බව ප්‍රේක්ෂකයින් විසි එක්දෙනෙක් සජීවීව ප්‍රතිචාර දක්වන ලදී. ඒ හරහා මත්ද්‍රව්‍ය සහ මත්ද්‍රව්‍ය ප්‍රවර්ධන ක්‍රමෝපායන් අනාවරණය කරන ලද අතර තරුණ තරුණයන්ගේ අදහස් ද සාකච්ඡා විය.

නිගමන

දුම්කොළ, මද්‍යසාර සහ වෙනත් මත්ද්‍රව්‍යවලට ගැති නොවූ කලාකරුවන් සමාජයේ සිටින බවත්, එම නිර්මාණවල ගුණාත්මකභාවය හා රසවින්දනය ඉතා ඉහළ සහ ප්‍රේක්ෂක ආකර්ෂණය ඉතා ඉහල ලෙස දිනාගත් නිර්මාණ බව නිගමනය විය.

Accustomizing the youth to the euphoric song freed from drug propaganda to improve the mental health and power of aesthetic appreciation of the youth.

Author: Lakshari Gunawardena

Background

It can be seen that the youth community is oppressed by poverty and becomes stressed, and depressed and has fallen into the mentality of hating society. In order to heal such hearts at such a time, it is a successful attempt to bring the art of euphoric songs closer to the human race, away from the inane songs that lead to drug advertising that leads to intoxicating young minds.

Methodology

The YAN Sri Lanka youth group agreed that World Mental Health Day was more suitable for that purpose, so a programme was organized through the online system called "Rasoghaya". The conditions of the programme were that the selected singers should be free from the use of tobacco, alcohol and other drugs and were not involved in such promotions in any way and that the songs used for singing and criticism should not promote drugs. A unique feature of the programme was that the resource persons were university students. In addition to singing, music, and dance, a low country Shanthi karma was also performed. Through this, the participants of the programme had the opportunity to inform about the campaigns carried out by tobacco, alcohol and other drug companies through the WhatsApp group and to exchange updated information with them day by day.

Challenges

Conducting a programme that combines singing, playing instruments, and dancing online is different from a live programme. It was also a challenge as the loss of phone signal could interfere with the enjoyment.

Results

There were 87 participants in the programme and we received 93% of the audience's response. There were also requests to hold more such programmes. It should also be highlighted that all the resource persons contributed to the programme voluntarily. It was discussed that the value of songs that do not advertise tobacco, alcohol and other drugs and the social refinement of the song highlights the writer's discipline and through that, he has done maximum justice to the song. Through that, drugs and drug promotion strategies were revealed and the views of the youth were also discussed.

Conclusions

It was concluded that there are artists in society who are not addicted to tobacco, alcohol and other drugs, and the quality and enjoyment of those works are very high and the works have won the audience's attention very much. Show quoted text

සිගරට්, මද්‍යසාර හා මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය අවම කිරීම සඳහා තරුණ බල ගැන්වීම.

කර්තෘ :-   එම්. ඒ. තරුන් ගුණරත්න

පසුබිම

මත්ද්‍රව්‍ය, මද්‍යසාර හා දුම්වැටි භාවිතය තරුණයන් තුළ ව්‍යාප්ත වීම අවම කර ගැනීම හෝ නතර කර ගැනීම සඳහා තරුණයන්ගේ මැදිහත් වීම තුළින් දකුණු පළාතේ මාතර දිස්ත්‍රික්කයේ මුලටියන කොට්ඨාසය තුළ විසිරී සිටින සංගීතය හදාරන තරුණ කණ්ඩායම මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් මුදා ගැනීම.

ක්‍රමවේදය

සංගීතය හදාරන 12 දෙනෙකුගෙන් යුතු තරුණ කණ්ඩායම සංගීතය පුහුණු වීම් සිදුකරන ස්ථානයට ගොස් ඔවුන්ගේ ආර්ථික හා සමාජීය ගැටළු පිළිබඳව ඔවුන් සමඟ කතිකාවක් ගොඩනගා ගනිමින් එයට විසඳුම් වශයෙන් ගත හැකි ක්‍රම උපායන් ඉදිරිපත් කිරීම සහ මත්ද්‍රව්‍ය, මද්‍යසාර හා දුම්වැටි භාවිතය අවම කර ගැනීමේ වාසිය පිළිබඳව දැනුම ලබා දීම.

අභියෝගය

විවිධ ක්ෂේත්‍රවල නිරතව සිටින තරුණ පිරිස එක මතයකට නතු කර ගැනීම සහ සංගීත වැඩසටහන් (උපන්දින සාද, ප්‍රිය සම්භාෂණ, පැදුරු පාටි) සඳහා යන අවස්ථාවල දී ලබා දෙන මත්ද්‍රව්‍ය, මද්‍යසාර හා දුම්වැටි භාවිතයෙන් මෙම තරුණ කණ්ඩායම මුදවා ගන්නේ කෙසේ ද?

ප්‍රතිඵලය

පළමු අවස්ථාවේ එම කණ්ඩායමේ සාමාජිකයන් (08) දෙනා සමඟ සාකච්ඡා කිරීමට හැකි වීම. එම කණ්ඩායමේ මත්ද්‍රව්‍ය, මද්‍යසාර හා දුම්වැටි භාවිත කරන තරුණයන් පළමුව තමන්ගේ මුදල් භාවිත නොකර මත්ද්‍රව්‍ය, මද්‍යසාර හා දුම්වැටි භාවිතයට හුරු වීම. පසුව එම කණ්ඩායමේ එක් අයෙකු හැර අනෙකුත් සියලුම දෙනාට භාවිතය නතර කර ගැනීමට හැකි වීමත් භාවිතය වැඩිපුරම සිදුකළ තරුණ සාමාජිකයාගේ භාවිතය 98% දක්වා අවම කර ගැනීමට හැකි වීමත් ඒ තුළින් විශාල ආර්ථික වාසියක් උදා කර ගැනීමට හැකියාව ලැබීම. තම ප්‍රතිඵලය ඔවුන්ගෙන් සමාජයට ගෙන යාමට තීරණය කර තිබීම. (එක් අයෙකු තවත් පවුල් 05 ක් මුදා ගැනීම)

නිගමනය

නිවැරදි ක්‍රියාකාරී සැලැස්මකට අනුව, තරුණ බලගැන්වීම තුළින් ඔවුන් අතර පැහැදිලි ඵලදායී මෙන්ම ප්‍රගතිශීලි වෙනසක් ඇතිකල හැකිය.

Empowering youth to reduce cigarette, alcohol and drug use.

Author:- M. A. Tharun Gunaratne

Background

Liberation of the youth group studying music scattered in the Mulatiyana division of the Matara district of the southern province from the use of drugs through the youth intervention to reduce or stop the spread of drug, alcohol and tobacco use among the youth.

Methodology

Visiting the place where the young group (with 12 members) of music students practice music and build a dialogue with them about their economic and social problems, presenting strategies that can be used as solutions to them and providing knowledge about the benefits of reducing the use of drugs, alcohol and tobacco.

Challenge

How to bring the youth in different fields to one view and free this youth group from the use of drugs, alcohol and cigarettes that are given at music events (birthday parties, get-togethers, paduru parties).

Result

Being able to discuss with the (08) members of that group in the first instance. First, the youths who use drugs, alcohol and cigarettes in that group started to use those without using their own money. After that, all but one member of the group were able to stop using such, and the young member who used the most was able to reduce the use to 98%, thereby creating a great economic advantage. Having decided to take their results to society.(One person saving 05 more families)

Conclusion

With the right action plan, youth empowerment can make a clear, effective and progressive difference among them.

ලංකාව තුළ ස්වෙච්ඡා තරුණ සහභාගීත්වය බලගැන්වීම

කතෘ - පී.කේ.රන්මල් ප්‍රේමතිලක, එස්.ධනංජනී සාරංගා, කේ.ඩී.නාමල් වර්ණසූරිය, ජී.කේ.කේ.ආර්.ගණේගම

පසුබිම
දුම්කොළ , මද්‍යසාර හා වෙනත් මත්ද්‍රව්‍යවල සත්‍ය හානිය නිවැරදී අවබෝධයක් ලබා ගැනීමත්, කර්මාන්ත උපක්‍රමවලට හසු නොවන, ඒවා ක්ෂණික ව අවබෝධ කරගත හැකි ඒවාට ක්ෂණිකව ප්‍රතිචාර දැක්වීමට 2019 වර්ෂයේදී තරුණ තරුණියන් 5000කට අධික ප්‍රමාණයක් සමග YAN Sri Lanka නිර්මාණය විය.

ක්‍රමවේදය
ග්‍රාමීය හා නාගරික ප්‍රදේශයන්හී ජනතාව දැනුවත් වන ආකාරයේ වැඩසටහන්, පාසල් සහ විශ්ව විද්‍යාල සිසුන් ඉලක්කකොට සිදුකළ වැඩසටහන්, සමාජ මාධ්‍ය සහ ප්‍රසිද්ධ මාධ්‍ය ඔස්සේ දුම්කොළ, මද්‍යසාර සහ අනෙකුත් මත්ද්‍රවයන්හී සත්‍ය බලපෑම සමාජගත කිරීම, නිහඬ විරෝධතා සහ මහජන පෙත්සම් මගින් දුම්කොළ සහ මද්‍යසාර පිළිබඳ පවත්නා දුර්වල ප්‍රතිපත්තීන් වෙනස් කිරීමට බලපෑම් කිරීම, විශේෂිත දිනයන් මූලික කරගනිමින් ඒ සඳහා විශේෂිත වූ නිවාරණ ක්‍රියාකාරම් සිදු කිරීම වැනි වැඩසටහන් ගණනාවක් දිවයින පුරා විසිරුණු තරුණ තරුණියන් සියල්ලම සම්බන්ධ කරගෙන ක්‍රියාත්මක කිරීමට අවස්ථාව ලැබුණි.

අභියෝග
මේ වසර තුළ රටේ උද්ගතව තිබෙන දේශපාලන හා ආර්ථික අස්ථාවරභාවය නිසා භෞතිකව හමුවීමට තිබූ ඉඩප්‍රස්තාව සේම සමාජය තුළෙ වැඩසටහන් සංවිධානය කිරීමට තිබූ හැකියාව ද අවම විය. විටින් විට රජය මගින් ගන්නා ලද තීරණවල බලපෑම නිසා අප විසින් සංවිධානය කරන ලද වැඩසටහන් තාවකාලිකව අත්හිටවීමට ද අපට සිදුවිය.

ප්‍රතිඵල
තරුණ නායකයින් 95කට අධික පිරිසෙන් 65ක පමණ ප්‍රමාණයක් වසර පුරාවටම මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ ක්‍රියාකාරකම් සඳහා සක්‍රීයව දායක වී ඇති අතර 20 දෙනෙකුගෙන් පමණ යුතු විශේෂිත පුහුණුවලත් පිරිසක් සිටියි. මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ වැඩසටහන් සමග විවිධ දිසත්‍රික්කයන් හී තරුණ තරුණියන් 2400කට අධික ප්‍රමාණයක් භෞතිකව සම්බන්ධ වී ඇත.

එසේම කර්මාන්ත සහ ප්‍රවර්ධන උපක්‍රම හඳුනා ගනිමින් ඒ සඳහා ඉක්මන් ප්‍රතිචාර දක්වා ඒවා පිළිබඳ සමාජය දැනුවත් කිරීමේ අවස්ථා නිතරම මෙම කණ්ඩායම තුළින් දක්නට ඇත. YAN Sri Lanka Facebook පිටුව නිතරම සමාජ මාධ්‍ය පරිශීලකයින්ගේ අවධානය යොමුවන පිටුවක් වන අතර එහි Likes 8300ක් මේ වන විට ඇත. තවද ශ්‍රී ලංකාවේ දිස්ත්‍රික් 25න් 23කම ප්‍රශස්ත ලෙස ඇගයීමට ලක්කර හැකි වැඩසටහන් මේ වසර තුළ දියත් වී ඇත. ශ්‍රී ලංකාවේ ප්‍රසිද්ධ මාධ්‍යන් තුළ ද අපගේ වැඩසටහන් ආවරණය වූ අවස්ථා කිහිපයක් පසුගිය කාල සීමාව තුළ වාර්තා වීම දක්නට ඇති තවත් විශේෂිත ප්‍රතිඵලයකි. එසේම භෞතික, මාර්ගගතව සහ සමාජ මාධ්‍යන් ඔස්සේ සිදු කරන ලද වැඩසටහන්හි ප්‍රතිඵල වශයෙන් තරුණ ප්‍රජාවේ දුම්කොළ, මද්‍යසාර සහ අනෙකුත් මත්ද්‍රව්‍ය පිළිබඳ ඇති ප්‍රතිරූපය අවම වීම, පවත්නා දුර්වල ප්‍රතිපත්ති වෙනස්වීමට දායක වීම, විවිධ පාර්ශවයන්ට ප්‍රචාරණ උපක්‍රමයක් හකුලා ගැනීමට සිදුවීම වැනි ප්‍රතිඵල ගණනාවක් දැක්විය හැකිය.

නිගමනය
තරුණයින් මූලික වී සිදුකරන ක්‍රියාකාරකම් සඳහා හොඳින් සමාජයේ අවධානය යොමුවන බැවින් සතුටින් සහ නිදහසින් සපිරි තාරුණයක් බිහිකිරීමට මෙම වැඩ පිළිවෙළ වඩාත් ඵලදායී ලෙස ඉවහල් වේ.

Empowering youth participation in Sri Lanka

Authors - P.K. Ranmal Premathilaka, S. Dhananjani Saranga, K.D. Namal Warnasuriya, G.K.K.R. Ganegama

Background

In the year 2019, more than 5000 young people created "YAN-Sri Lanka" in order to get a correct understanding of the true harm of tobacco, alcohol and other drugs, not to get caught by industry tricks and immediately understand and respond to those.

Methodology

We had the opportunity to implement several programs involving all the young people scattered all over the island, such as community awareness programmes in rural and urban areas, programmes aimed at school and university students to socialize the true effects of tobacco, alcohol and other drugs through social media and public media, silent protests and public petitions influencing the change of poor practices, carrying out specific preventive activities based on specific days. Arrangements were made to measure their progress and performance at the end of the year through board meetings and progress review meetings. The unique method of our youth network is to conduct drug prevention in a youth-friendly manner by connecting youth with other areas of interest.

Challenges

Due to the growing political and economic instability in the country during this year, the opportunity to meet physically as well as the ability to organize programmes within the society was reduced. Due to the impact of the decisions taken by the government from time to time, we had to temporarily suspend the activities organized by us. Also, due to unavoidable reasons, not being able to carry out some other programmes was also a challenge.

Results

Of the 95 volunteer youth leaders who worked directly with us, 65 have actively contributed to drug prevention activities throughout the year, and there are 20 specially trained people. Also, more than 2400 youths in different districts have been physically connected with our various drug prevention programmes. Also, there are always opportunities to educate society about the industry and promotional tactics and respond quickly to them through this group. Also, our YAN Sri Lanka Facebook page is always a page that attracts the attention of social media users and has 8300 likes so far. Furthermore, programmes that can be evaluated optimally in 23 out of 25 districts of Sri Lanka have been launched this year. Another specific result that has been seen in the past period is that several cases of our programmes are being covered in the popular media of Sri Lanka. Also, as a result of the programmes conducted physically, online and through social media, the youth community's image of tobacco, alcohol and other drugs has been reduced, we could contribute to the change of existing weak policies, and various parties had to withdraw a propaganda tactic.

Conclusion

By attractively organizing activities for the youth, the participation of the youth can be well obtained and as the society's attention is well paid to the activities carried out by the youth, this programme is more effective in creating a happy and free youth.

බප/හෝ/මායාදුන්න මහා විද්‍යාලයේ සිසුන් තුළ මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය පිළිබඳ තිබූ ආකර්ෂණය අවම කිරීම සහ මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය වෙනුවෙන් පාසලේ සිසුන් බලගැන්වීම.

කර්තෘ :- ජී. එන්.ටී.කේ. ගමගේ

පසුබිම

මත්ද්‍රව්‍ය හා දුම්වැටි භාවිතය සඳහා දරුවන් ආකර්ෂණය කර ගැනීමට මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය සමාගම් ඇතුළු ව්‍යාපාරික ලෝකයේ සූක්ෂම ක්‍රියාමාර්ග අනුගමනය කරන මොහොතක පාසල් සිසුන් සිටින්නේ විශාල අවදානමකය. එවන් මොහොතක බප/හෝ/මායාදුන්න මහා විද්‍යාලයේ සිසුන් තුළ මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය පිළිබඳ තිබූ ආකර්ෂණය අවම කිරීමට ක්‍රියාත්මක විය. මෙහි අරමුණ වුයේ මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය සමාගම් ඇතුළු විවිධ සමාගම්වල සූක්ෂම උපක්‍රම හඳුනාගෙන ඒවාට හසු නොවෙන සිසුන් පිරිසක් නිර්මාණය කිරීමයි.

ක්‍රමවේදය

මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය පිළිබඳ සහ ඒ සම්බන්ධ ව පාසල් සිසුන් සමඟ ගනුදෙනු කළ යුතු ආකාරය පළමුව දැනුම සහ අවබෝධය ලබා ගැනීමට හැකියාව ලැබුණේ ADIC ආයතනය විසින් සංවිධානය කර පාසල් ගුරු මහත්ම, මහත්මීන්ගේ පාසල් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ පාඨමාලාව සඳහා සම්බන්ධ වූ නිසාය. ඒ ලබාගත් දැනුමත් සමඟ බප/හෝ/මායාදුන්න මහා විද්‍යාලයේ සිසුන් හට ඵලදායිව මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය පිළිබඳ දැනුම අවබෝධය ලබාදීමට අවශ්‍යම මොහොතක් බව හඳුනාගත් අතර ඒ සඳහා අවශ්‍ය පරිසරය සකස් කරමින් පාසලේ 9 ශ්‍රේණියේ සිසුන් 300 දෙනෙක් හට මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ වැඩසටහනක් පැවැත් වූ අතර මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය වෙනුවෙන් ක්‍රියාත්මක විය හැකි සිසුන් 20 දෙනෙකුගෙන් යුත් කණ්ඩායමක් නිර්මාණය කිරීමට ද හැකියාව ලැබුණි. එම වැඩසටහනෙන් පසු පාසලේ මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය වෙනුවෙන් තෝරාගත් සිසුන් සහ අනෙක් සිසුන් සමග එක්ව ඵලදායි මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ පණිවිඩ ඇතුලත් පෝස්ටර් පාසල තුළ ප්‍රදර්ශනය කිරීම වැනි ක්‍රියාකාරකම් සිදු කිරීමට සිසුන් දායක කරගැනීම.

ප්‍රතිඵල

පාසල තුළ ඵලදායි මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ ක්‍රියාකාරකම් සිසුන් විසින්ම නිර්මාණය කරමින් ක්‍රියාත්මක කිරීම. තවද මූලිකව දරුවන් 20 දෙනෙක් මෙම වැඩසටහන් සඳහා සම්බන්ධ වූ අතර ඒ පිළිබඳ පාසල් සිසුන් තුළ ප්‍රචාරණය වීමේ දී තවත් දරුවන් 20 දෙනෙක් සම්බන්ධ වූ අතර ඔවුන් සියලු දෙනා එක් වී පාසල තුළ මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ පණිවිඩ ඇතුළත් කරමින් පෝස්ටර් නිර්මාණය කර පාසල තුළ මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍යවලට ඇති ආකර්ෂණය අවම කිරීමට හැකි විය. මේ සඳහා සම්බන්ධ වීමෙන් තමන් ලද දැනුම වැඩිහිටියන්ට මෙන්ම තම වයසේ මිතුරන්ට සොහොයුරන්ට පැහැදිලි කර දීමේ හැකියාවෙන් යුත් දරුවන් 7 දෙනෙකු සිටින අතර මද්‍යසාර භාවිත කරන පියවරුන් 12 දෙනෙකුගේ භාවිතය අවම කිරීමට හැකියාව ලැබීම.

නිගමනය

පාසල්වල සිටින දරුවන්හට නිවැරදි දැනුම සහ අවබෝධය ලබා දී ඔවුන් බලගන්වමින් එම ක්‍රියාවලිය පසු විපරම් කරමින් සහයෝගය දැක්වීම තුළින් සමාජය තුළ මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය ඵලදායිව සිදුකළ හැකි අතරම පාසල් තුළ මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාරවලට ඇති ආකර්ෂණය අවම කිරීමට ද හැකියාව ඇත.

Reducing the attraction of alcohol and drugs among the students of WP/Ho/Mayadunna Maha Vidyalaya and empowering the students of the school for drug prevention.

Author-: G.N.T.K. Gamage

Background

At a time when the business world, including alcohol and drug companies, is adopting sophisticated measures to lure children into the use of drugs and cigarettes, school children are at great risk. This was done at such moment to reduce the attraction of alcohol and drugs among the students of WP/Ho/Mayadunna Maha Vidyalaya. The purpose of this was to create a group of students who would not fall for the sophisticated tactics of various companies including alcohol and drug companies.

Methodology

It was possible to first gain knowledge and understanding about drug prevention and how to deal with school students in relation to it because the school teachers joined the school drug prevention course organized by ADIC. With the knowledge gained, it was recognized that it is a necessary moment to provide the students of WP/Ho/Mayadunna Maha Vidyalaya with the knowledge and understanding about drug prevention effectively, and by preparing the necessary environment for that, a drug prevention programme was held for 300 grade 9 students of the school. It was also possible to create a group of 20 students who could act for drug prevention. After that programme, the students selected for drug prevention in the school together with the other students participated in activities such as displaying posters containing effective drug prevention messages in the school.

Results

Creating and implementing effective drug prevention activities in school by students themselves. Also, 20 children who were initially involved in these programmes and 20 more children who later joined the campaign got together to create posters with drug prevention messages in the school and reduced the attraction of alcohol and drugs in the school. This involved 7 children who were able to explain their knowledge to adults as well as their peers. The alcohol usage of 12 fathers has also reduced.

Conclusion

By providing the children in the schools with the right knowledge and understanding, empowering them and following up on the process, drug prevention can be effectively carried out in society, while also reducing the attraction to drugs and alcohol in schools.

තංගල්ල පිරිමි ජාතික පාසලේ සිසුන් අතර මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාර අත්හදාබැලීම් අවම කිරීමට පාසලේ සිසුන් සවිබල ගැන්වීම

කර්තෘ :- ඩී. එස්. එස්. දොඩම්පෙ, විදුහල්පති, හ/ තංගල්ල පිරිමි ජාතික පාසල

පසුබිම

වර්තමානයේ පාසල් වයසේ දරුවන් මත්ද්‍රව්‍ය කෙරෙහි යොමු වීමේ ප්‍රවණතාවක් ඇති කාලවකවානුවක පාසල් තුළ මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාර අත්හදා බැලීම් සිදු වූ අතර විශේෂයෙන් තංගල්ල වැනි සංචාරකයින් බහුලව ගැවසෙන, ධීවර රැකියාවල නියුතු දෙමාපියන් වැඩි වශයෙන් සිටින පාසල් ප්‍රජාවක් සහිත පිරිමි විද්‍යාලයක එම උවදුරට දරුවන් යොමුවීමට ඇති ඉඩකඩ ඉතා ඉහළ වේ. ඔවුන් ඉන් මුදවා ගැනීමට ADIC ආයතනය, පොලීසිය හා වෙනත් රාජ්‍ය හා රාජ්‍ය නොවන ආයතන සමග එක් වී දැඩි උත්සාහයක් ගන්නා ලදි. ඒ සඳහා සිසුන් බලගැන්වීමේ අරමුණ වුයේ පාසල් සිසුන් තුළ මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය අත්හදා බැලීම් අවම කිරීමයි.

ක්‍රමවේදය

විද්‍යාලයේ 9 ශ්‍රේණියේ දරුවන් 90 දෙනෙකු අවස්ථා 4ක දී සම්පත්දායකයින් ලවා දැනුවත් කිරීම සිදු කළ අතර එම දරුවන් අතරින් 30 දෙනෙකු තෝරාගෙන (අවදානම් සහිත) ඔවුන් වෙන් වෙන් වශයෙන් කුඩා කණ්ඩායම් 03කට බෙදා විශේෂ දැන්වත් කිරීම් සිදු කරන ලදි. ඒ අතුරන් දැඩි අවධානය සහිත යැයි තෝරා ගත් දරුවන් 05 දෙනෙකු වෙනම දැනුවත් කිරීම් දෙකක් සිදු කරන ලදි. එම දරුවන්ගේ දෙමාපියන් පාසලට ගෙන්වා ගෙන විශේෂ දැනුවත් කිරීම් සිදු කරන ලදි. පසුව මෙවැනි වැඩසටහන් සිදු කිරීමට පාසල තුළ මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය වෙනුවෙන් ශිෂ්‍ය කණ්ඩායමක් නිර්මාණය කර ඔවුන් සමඟ ඉදිරි වැඩ කටයුතු ක්‍රියාත්මක කළහ.

අභියෝග

වත්මන් උවදුරට යොමු වීමට වැඩි ඉඩක් ඇති දරුවන් සිටියත් යහළුවන් විසින් එම තොරතුරු වසන් කිරීම දෙමාපියන් පාසලට ගෙන්වා ගැනීමේ අපහසුතාවය, ඇතැම් පවුල්වල පවතින ළමයාට නුසුදුසු පරිසරය හා චර්යා අවම කිරීමට දැඩි උත්සාහයක් ගැනීමට සිදු වීම අභියෝග ලෙස දැකිය හැක.

ප්‍රතිඵල

මාස දෙකක කාලයක් ඇතුළත මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාර භාවිත කළ සිසුන් 4 දෙනෙකු සහ අනෙක් සිසුන් අතර (වයස14-15 අතර) අත්හදා බැලීම් අවම කිරීමට හැකියාව ලැබුණි. ඉන් මුදවා ගැනීමට හැකි වීම. තම පියා විසින් දුම්වැටි වෙළඳසැලෙන් ගෙන්වා ගැනීමට දරුවන් යොදාගෙන සිටී. තිදෙනෙක් ඉන් මුදවා ගැනීමට හැකි වීම. පාසල තුළ මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාරවලට ඇති ආකර්ෂණය 75%කින් අවම කිරීමට හැකියව ලැබීම. (9-11 ශ්‍රේණිවල සිටින සිසුන් මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාරවල ආකර්ෂණය අවම වන ආකාරයේ ප්‍රතිචාර දැක්වීම් සහ එසේ ප්‍රතිචාර දක්වන වාර ගණනෙන්) තවද පාසල තුළ මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය අත්හදාබැලීම් සම්පූර්ණයෙන්ම නැවැත්වීමට හැකියාව ලැබීම.

නිගමනය

9 ශ්‍රේණියේ ඉගෙන ගන්නා වයස අවු. 14-15 වැනි වයසේ දරුවන් මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාර අත්හදා බැලීමට වැඩි හැකියාවක් පවතින අතර, ඔවුන් නිරතුරුව දැනුවත් කිරීම සොයා බැලීම හා පසු විපරම් කිරීම තුළින් ඔවුන් ඉන් මුදවා ගැනීමට හැකියාව ඇත.

Empowering the students of Tangalle Boys National School to reduce drug and alcohol experimentation among students.

Author: D. S. S. Dodampe, Principal, H/ Tangalla Boys' National School

Background

At a time when school-aged children tend to turn to drugs, drug and alcohol experiments took place in schools, especially in a boys' college with a school community like Tangalle, where tourists hang out a lot, and where more parents are engaged in fishing, the possibility of children turning to that danger is very high. We with ADIC, the surrounding police and other governmental and non-governmental organizations made a concerted effort to rescue them. The purpose of empowering students was to reduce alcohol and drug experimentation among school students.

Methodology

90 grade 9 children of the college were educated by resource persons on 4 occasions and among those children, 30 were selected (at risk) and were divided into 03 small groups separately and special awareness was given. Among them, 05 children who were selected as very risky were given two separate awareness sessions. The parents of those children were brought to the school and special awareness was given. Later, a student group was created for drug prevention in the school and such programmes are hoped to be carried out future.

Challenges

Even if there are children who are more likely to turn to the current danger, friends concealing the information, the difficulty of bringing parents to school, and having to make a strong effort to reduce the environment and behaviours that are unsuitable for the child in some families can be seen as challenges.

Results

Within two months, 4 students who used drugs and alcohol and other students (ages 14-15) were able to reduce their attempts. Being able to get rid of it. Being able to rescue three children who were used by their father to bring cigarettes from the shop. Being able to reduce the attraction to drugs and alcohol in the school by 75%. (How students in grades 9-11 respond to the lure of drugs and alcohol and how often they respond to it) And the ability to completely stop alcohol and drug experimentation in school.

Conclusion

9th-grade students who are 14-15 years old are more likely to experiment with drugs and alcohol, and regular monitoring and follow-up can help prevent them from doing so.

බප/හෝ/නියඳගල විද්‍යාකීර්ති කනිටු විදුහලේ 3 - C ශ්‍රේණියේ දරුවන්ගේ නිවසට සිගරට් ගෙන ඒම සම්බන්ධව අකමැත්ත ප්‍රකාශ කිරීම

කර්තෘ :- තුෂාරා උඩුවනගේ

පසුබිම

බප/හෝ නියඳගල විද්‍යාකීර්ති විද්‍යාලයේ ඉගෙනුම ලබන දරුවන් ජීවත්වන ප්‍රදේශයේ සිගරට් භාවිතය තිබෙන පවුල් ප්‍රමාණය ඉහළ බව අපට දැනගත හැකිවිය. මේ හේතුව නිසා දරුවන්ට මෙය ඇස ගැටෙන ප්‍රමාණය ද වැඩි බැවින් දරුවන්ට සිගරට් භාවිතය පිළිබඳ ආසාවක් ඇතිවීමට ඉඩකඩ බොහෝය. මෙම ගැටළුව අවම කරගැනීම සඳහා පාසල තුළින් විවිධ ක්‍රියාකාරකම් මාලාවක් සැලසුම් කර 2021 මාර්තු මාසයේ සිට මේ දක්වා ක්‍රියාත්මක විය.

ක්‍රමවේදය

දුම්වැටි භාවිත කරන්නන් දැක තිබේදැයි විමසීම තුළින් දරුවන්ගෙන් තොරතුරු රැස් කිරීම සිදුකරන ලදි. සිගරට් භාවිතය නිසා සිදුවන හානි පැහැදිලි කර දීම කතාන්තර සහ යාකරන, රවුම්කරන විවිධ ක්‍රියාකාරකම් හරහා සිදුකරන ලදි. සිගරට් සඳහා වැයවන මුදල් නාස්තියක් බව යා කිරීමේ ක්‍රියාකාරකම් තුළින් දරුවන්ට පෙන්වාදීම සිදුකරන ලදි. “අපේ ගෙදර සිගරට් ගඳ නෑ. අපේ තාත්තා අපට ආදරෙයි” වැනි වැකි සහිත පෝස්ටර් නිවසට සිගරට් ගෙන ඒම සඳහා අකමැත්ත ප්‍රකාශ කිරීම සදහා ක්‍රියාකාරකමක් ලෙස සිදුකරන ලදි. සිගරට් සඳහා වැයවන මුදලින් ප්‍රයෝජනවත් යමක් කිරීමට පෙළඹවීම සඳහා පියාගෙන් සිගරට් එකකට වැය කරන මුදල ඉල්ලා කැටයකට දැමීමට දරුවන් උනන්දු කරවන ලදි.

අභියෝග

තම පියා සිගරට්, මද්‍යසාර භාවිත කරන්නෙකු බව එළිදරව් වීමෙන් දරුවාට යම් මානසික පීඩාවක් විය හැකි බැවින් ඒ පිළිබඳව උපරිම අවධානයෙන් ක්‍රියාකාරම් කරගෙන යාමට සිදුවුණි.

ප්‍රතිඵල

දරුවන් 33 දෙනකුගෙන් දරුවන් 6 දෙනෙකුගේ පියවරු ක්‍රියාකාරකම ආරම්භ කළ පළමු දිනම නැවත කිසිදිනක දුම්වැටි නොබන ලෙස පොරොන්දු වී තිබුණි. ක්‍රියාකාරකම අවසානයේ දරුවන් දෙදෙනෙකු හැර අනෙක් සියලුම දරුවන් තම පියාට දුම්වැටි නොබන ලෙස කැමති කරවාගෙන තිබුණි.

නිගමනය

දෙමාපියන් දරුවන් කෙරෙහි ඉතා සංවේදී බැවින් වෙනත් ආකාරවලට වඩා තම දරුවන් මගින් ගෙන ගිය පණිවිඩ කෙරෙහි විශේෂයෙන් පියා සංවේදීව ප්‍රතිචාර දක්වන ලදි. දීපව්‍යාප්තව මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ වැඩසටහනක් ලෙස සාර්ථකව යොදා ගත හැකි බව පෙණුනි.

Expression of disapproval regarding bringing cigarettes to the home of 3-C grade students of WP/Ho/Niyadagala Vidyakeerthi Junior School.

Author - Thushara Uduwanage

Background

We have come to know that the number of families who use cigarettes in the area where the children studying at Niandagala Vidyakeerthi Vidyalaya is high. For this reason, children are more exposed to this, so there is a high chance that children will develop a passion for using cigarettes. In order to reduce this problem, a series of activities were planned through the school and implemented from March 2021 until now.

Methodology

Information was collected from the children by asking if they had seen cigarette users. Explaining the harm caused by the use of cigarettes was done through discussions and various activities such as matching and drawing circles. It was pointed out to the children that the money spent on cigarettes is a waste. Posters with phrases like "Our house does not smell of cigarettes. Our father loves us" were carried out as an activity to express disapproval of bringing cigarettes into the house. The children were encouraged to ask their father for the amount spent on cigarettes and put it in a till to motivate them to do something useful with the money spent on cigarettes.

Challenges

The child may have some mental distress when it was revealed that his father is a smoker or an alcohol user, so that had to be taken care of with utmost attention.

Results

The fathers of 6 out of 33 children had promised never to smoke again on the first day of the activity. By the end of the activity, all but two children had convinced their fathers not to smoke.

Conclusion

Because parents are very sensitive to children, fathers in particular responded more sensitively to the messages carried by their children than otherwise. It was seen that it can be successfully used as an islandwide drug prevention programme.

පාසල් සිසුන් අතර මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාරවලට ඇති ආකර්ෂණය අවම කිරීම සඳහා ර/ඇඹ/ කොළඹගෙආර මහා විද්‍යාලයේ සිසු දරුවන් බලගැන්වීම

කර්තෘ :- යූ.ජී.නාලිකා මිය, විදුහල්පති ආර්.ඒ.ඩී කුලරත්න. ර/ඇඹ/ කොළඹගෙආර මහා විද්‍යාලය

පසුබිම

පාසල් සිසුන් අතර මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය වර්ග අත්හදාබැලීම් සිදුවන බවට සොයාබැලීම්වල දී දක්නට ලැබුණු අතර එසේ අත්හදාබැලීම්වලට යොමු වන්නේ සමාගම් උපක්‍රම ප්‍රබල ලෙස සිසුන් වෙතට පැමිණීම නිසාය. (උදා-:මාධ්‍ය හරහා මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය ප්‍රචාරණය කිරීම) මේ වෙනුවෙන් විසඳුම් සොයන අවස්ථාවේ දී ADIC ආයතනය සමග සම්බන්ධ වී දරුවන් කණ්ඩායමක් ඒ සඳහා යොමු කළ හැකි බව විදුහල්පතිතුමා මගින් දැනගැනීමට හැකිවිය. ඒ නිසා මේ වෙනුවෙන් ක්‍රියාත්මක විය හැකි පාසල් සිසුන් කණ්ඩායමක් නිර්මාණය කිරීමට තීරණය කළ අතර මෙහි අරමුණ වූයේ සමාගම් උපක්‍රමවලට හසු නොවෙන සමාගම් උපක්‍රමවලට එරෙහිව ක්‍රියාත්මක වන සිසුන් පිරිසක් නිර්මාණය වීමයි.

ක්‍රමවේදය

රත්නපුර දිස්ත්‍රික්කයේ ඇඹිලිපිටිය අධ්‍යාපන කලාපයට අයත් කොළඹගෙආර මහා විද්‍යාලයේ සිසු දරුවන් තුළ මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය පිළිබඳ ආකර්ෂණයක් ගොඩ නැගී තිබූ නිසාම පාසල තුළ මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍යවල ආකර්ෂණය අවම වන ආකාරයෙන් වැඩසටහනක් සිදු කළ අතර මෙය 2021 වසරේ ජූලි මාසයේ ADIC ආයතනයේ සහ YAN SRI LANKA තරුණ ජාලයේ කණ්ඩායමක් විසින් ආරම්භ කළ අතර එය අදියර කිහිපයකට පැවැත්වුණේ මාර්ගගත ක්‍රමයටයි. එහිදී මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සම්බන්ධයෙන් පැවැත්වුණ විවිධ තරඟවලට පාසලේ සිසුහු සම්බන්ධ වූහ. පසුව පාසල තුළ මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය වෙනුවෙන් ක්‍රියාත්මක වන සිසුන් 10 දෙනෙකුගෙන් යුත් කණ්ඩායමක් නිර්මාණය කළ අතර ඔවුන්ට අවශ්‍ය දැනුම අවබෝධය ලබාදුණි. පසුව එම සිසුන්ට අදියර කිහිපයකට විවිධ අභියෝග ලබා දුන්හ. ඉන්පසු පාසල තුළ දී විවිධ අවස්ථාවන්වල සිසුන් සමග මෙය සාකච්ඡා කරමින් ඔවුන් නිරන්තරයෙන්ම දිරිමත් කළහ. පාසලේ ආචාර්ය මණ්ඩලය සමග මෙම වැඩසටහන පසු විපරම් කිරීම ද සිදු කළහ.

අභියෝග

COVID වසංගතය මාර්ගගත ක්‍රමය ඔස්සේ වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක වීමේ දී පැවැති දුෂ්කරතා වෙළෙඳසැල් හිමියන්ගේ මත, විවේචන එල්ලවීම සහ රට තුළ පැවතුණ අර්බුදකාරී වාතාවරණය නිසාවෙන් පාසල් නිසිකලයේ දී පැවැත්වීමට නොහැකි වීමත් සමඟ අධ්‍යන කටයුතුවලට බාධා එල්ල වීමත් සමගම බාහිර ක්‍රියාකාරකම්වලට යෙදවීමට කාලය සීමා වීම.

ප්‍රතිඵල

මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය වෙනුවෙන් ක්‍රියාත්මක වීමට දැනුම, අවබෝධය සහිත සිසුන් 10 දෙනෙකුගේ කණ්ඩායමක් නිර්මාණය වීම සහ මෙහිදී සමාජ මාධ්‍යවලට ඇතුළත් කළ හැකි මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ පණිවිඩ ඇතුලත් post නිර්මාණය කිරීම සහ ඒවා පාසලේ සිසුන් සමග සාකච්ඡා කිරීම තුළින් අනෙක් සිසුන් අතර මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය පිළිබඳ ආකර්ෂණය අවම කිරීමට ද හැකියාව ලැබීම. එම කණ්ඩායමට තවත් දරුවන් එකතු කරගනිමින් පාසල අවට වෙළඳසැල් 3ක දුම්වැටි හා මත්ද්‍රව්‍ය අලෙවිය නැවැත්වීම. පාසලේ සියළු දෙනාගේ සහයෝගය ලබා ගනිමින් පාසල අවට පොදු ස්ථානවල දුම්වැටි හා මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය අවම කිරීම මෙහි තවත් ප්‍රතිඵලයකි. පුද්ගලයන් 20කගේ පමණ දුම්වැටි හා මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය අවම කිරීමට ද හැකි විය. පාසලේ දරුවන් මේ සමඟ සම්බන්ධ වී කටයුතු කිරීම නිසාවෙන් දරුවන්ගේ කුසලතා වර්ධනය සඳහා ඉඩ සැලසීම. දරුවන් ලබාගත් දැනුම, අත්දැකීම්, පාසලේ අනෙක් දරුවන්ට මෙන් ම වැඩිහිටියන්ටද ලබා දීම සිදු කිරීමට හැකියාව ලැබීම.

නිගමනය

මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සම්බන්ධයෙන් නිසි දැනුම අවබෝධය සහ සමාගම් උපක්‍රම පිළිබඳ ඔවුන්ට පහදා දී ඒ උපක්‍රමවලට එරෙහිව ක්‍රියාත්මක වීමට පාසල් සිසුන් බලගැන්වීම තුළින් පාසල තුළ සහ අවට සමාජය තුළ මද්‍යසාරවලට සහ මත්ද්‍රව්‍යවලට ඇති ආකර්ෂණය අවම කිරීමටත් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය ඵලදායිව සිදු කිරීමටත් හැකිවේ.

Empowering the students of R/Ambi/Colombogeara Maha Vidyalaya to reduce the attraction to drugs and alcohol among school students.

Author Ms. U.G.Nalika, Principal R.A.D Kularatne, R/Ambi/ Colombogeara Maha Vidyalaya

Background

Studies have shown that alcohol and drug experiments are taking place among school students, and such experiments are due to the strong influence of company strategies on students. (Eg: advertising of alcohol and drugs through the media.) At the time of looking for solutions for this, the principal informed us that a group of children could be directed to ADIC. That's why it was decided to create a group of school students who can act for this purpose and the purpose of this was to create a group of students who will act against the company's tactics.

Methodology

Because the students of Colombogeara Maha Vidyalaya, which belongs to Ambilipitiya Education Zone of Ratnapura District, had developed an attraction towards alcohol and drugs, a programme was carried out to reduce the attraction to alcohol and drugs in the school and this was started by a group from ADIC Institute and YAN Sri Lanka Youth Network in July 2021. It was conducted online in several stages. There, the students of the school participated in various competitions held regarding drug prevention. Later, a group of 10 students was formed to work for drug prevention in the school and they were given the necessary knowledge and understanding. Then the students were given different challenges for several stages. Then in the school, they discussed this with the students on different occasions and encouraged them constantly. They also followed up on this programme with the teaching staff of the school.

Challenges

Difficulties in implementing the programme through the online system due to the COVID pandemic, criticism from the shopkeepers and the inability to hold schools on time due to the crisis in the country, along with the disruption of studies and the limitation of time to engage in extracurricular activities.

Results

Forming a group of 10 students with knowledge and understanding to act for drug prevention and creating posts containing drug prevention messages that can be included in social media and discussing them with the students of the school, also getting the ability to reduce the attraction of alcohol and drugs among other students. Joined more children in the group and stopped the sale of cigarettes and drugs in 3 shops around the school. Another result of this is reducing the use of smoking and drugs in public places around the school with the support of everyone in the school. It was also possible to reduce the smoking and drug addiction of about 20 people. Making room for the development of children's skills due to the involvement of the children in the school. To be able to impart the knowledge, experience and knowledge acquired by the children to the other children in the school as well as to the adults.

Conclusion

By empowering school students to act against drug prevention by informing them of the proper knowledge and understanding of company tactics, it is possible to reduce the attraction to alcohol and drugs in the school and the surrounding society and to carry out drug prevention effectively.

මාර්ගගත ක්‍රමයට නව තාක්ෂණය යොදා ගනිමින් පාසල් තුළ ඵලදායි මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සිදු කිරීම වෙනුවෙන් පාසල් ආචාර්යවරුන් පුහුණු කිරීම සහ ඔවුන් බලගැන්වීම

කර්තෘ :- ඒ.ඩී.ඒ. රුචිර මදුෂාන්

පසුබිම
මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාර සමාගම් පාසල් සිසුන් හසු කරගැනීමට විවිධ උපක්‍රම භාවිත කරමින් පාසල තුළ මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍යවල ආකර්ෂණය වැඩි කරමින් ශිෂ්‍ය ප්‍රජාව තුළට මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය ගෙන ඒමට උත්සහ කරන කාලවකවානුවක් නිසාවෙන් පාසල් ආචාර්යවරුන් දැඩි අපහසුතාවයක සිටි. පාසල තුළ සිදුවන වැඩසටහන්වල දී පවා සිසුන්ගේ දායකත්වය ඉතාමත් අඩු ප්‍රමාණයක් දක්නට ලැබෙන්නේ ද විටෙක මෙම මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාර නිෂ්පාදනයන් නිසාය. මෙම ගැටළුව නිසාම දිවයින පුරා සිටින පාසල් ආචාර්යවරුන් හට මාස 6ක මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ පුහුණු පාඨමාලාවක් දියත් කෙරිණි. පාසල තුළ මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාරවලට ඇති ආකර්ෂණය අවම කිරීම මෙහි අරමුණයි.

ක්‍රමවේදය
මෙම පාඨමාලාව පාසල් සීමා කර තිබූ කාලයක මාර්ගගත ක්‍රමයට මෙය ආරම්භ කෙරුණු නිසා මුලින්ම මේ සඳහා අයදුම්පත් කැඳවූ අතර ඒ සඳහා අයදුම්පත් 90කට අධික ප්‍රමාණයක් ලැබුණි. මෙම පාඨමාලාව මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයට සම්බන්ධ මාතෘකා ඇතුළත්ව පාඩම් 7කට දියත් කෙරුණු අතර, ඒ සියල්ල ADIC ආයතනයේ නිල වෙබ් පිටුවට ඇතුළත් කළේ මගහැරෙන සියලු දෙනාට නැවත එම තොරතුරු ලබා ගැනීමට යි. රට තුළ ඇති වූ විවිධ ගැටළු හේතුවෙන් සම්බන්ධ වීමේ දී අඩු වීමක් දක්නට ලැබිණි. නමුත් සෑම සතියක ම සෙනසුරාදා දිනයේ සවස් කාලයේ මෙම වැඩසටහන පැවැත් වූ නිසා යම් මට්ටමකට ක්‍රියාකාරීව ඔවුන් දායක විය. සහභාගී වූ සියළු දෙනාට සෑම සතියකම වැඩසටහනෙන් පසු පැවරුමක් ලබාදුන් අතර පසු දින එය සම්පූර්ණ කර එවිය යුතුය. සහභාගී වීමට නොහැකි වන අයට වෙබ් පිටුව හරහා එම පැවරුම් ලබාගැනීමට හැකියාවක් ඇත. එමෙන්ම මේ වන විට පාඨමාලාව අවසන් කර ඇති අතර ක්‍රියාකාරී ආචාර්යවරුන් 10 දෙනෙකු නිර්මාණය වී ඇත.

අභියෝග
රට තුළ ඇති වූ ආර්ථිකමය ගැටළු සහ අර්බුදකාරී තත්වය. විදුලි බිඳ වැටීම් නිසා ආචාර්යවරුන්ට පාඨමාලාව සඳහා සහභාගී වීමට නොහැකි වීම. තවද අයදුම්පත් ප්‍රමාණයෙන් ඉතා සුළු පිරිසක් පමණක් අවසානය වන තෙක් පාඨමාලාව සමග සම්බන්ධ වීම. විවිධ අදහස් දරන සිසුන් පාසල් තුළ සිටීම වැනි අභියෝග මෙම පාඨමාලාව සිදු කරන කාලවකවානුව තුළ පැමිණි අතර එම අභියෝග සියල්ල මගහරවා ගෙන පාඨමාලාව සාර්ථක කරගැනීමට හැකියාව ලැබුණි.

ප්‍රතිඵල
පාඨමාලාව සමග සම්බන්ධ වූ ගුරු මහත්ම මහත්මීන්ගෙන් දෙදෙනෙක් පාසල තුළ මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාරවලට ඇති ආකර්ෂණය අවම කිරීම වෙනුවෙන් ක්‍රියාමාර්ග ගෙන ඵලදායි වෙනසක් සිදු කර ඇත. පාසල් තුළ ඵලදායි මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය වෙනුවෙන් විවිධ වැඩසටහන් සංවිධානය කිරීම සහ ඒ සඳහා පාසල් සිසුන්ගේ සක්‍රිය දායකත්වය ලැබුණි. තවද පාසල් තුළ මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාරවලට ඇති ආකර්ෂණය අවම කිරීමට ද, සිසුන් ක්‍රියාමාර්ග ගෙන තිබුණේ ඉතාමත් කැමැත්තෙනි. පාසල් තුළ සංවිධානය කළ වැඩසටහන්වලින් සිසුන් ලබාගත් දැනුම අවබෝධය භාවිත කරමින් මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාර අත්හදාබැලීම් අවම කිරීම සහ එක් සිසුවෙකු පාසලෙන් එපිට තම පවුල තුළ භාවිත කරන එක් පුද්ගලයෙකුගේ භාවිතය අවම කිරීමට ද ක්‍රියාත්මක වීම. උදා-: හංවැල්ල මායාදුන්න ජාතික පාසල

නිගමනය
පාසල් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ වැඩසටහන තුළ පාසල් ආචාර්යවරුන්ට ද මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සම්බන්ධයෙන් සහ ඒ වෙනුවෙන් ක්‍රියාත්මක විය යුතු ආකාරය පිළිබඳ නිවැරදි අවබෝධය ලබා දීම තුළින් මෙන්ම ඔවුන් බලගැන්වීම සහ ඒ සියල්ල පසු විපරම් කිරීම තුළින් පාසල් තුළ සාර්ථකව මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සිදුකළ හැකි අතර පාසල් තුළ මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍යවලට ඇති ආකර්ෂණය ද අවම කිරීමට හැකියාව ඇත.

Training and empowering school teachers for effective drug prevention in schools using new technology online.

Author - A.D.A. Ruchira Madhushan

Background

The school teachers were in a lot of trouble due to a time when drug and alcohol companies were trying to bring alcohol and drugs into the student community by increasing the attraction of alcohol and drugs in the school and by using various tactics to trap them. Even in school programmes, students' participation is very low because of these drug and alcohol products. Because of this problem, a 6-month drug prevention training course was launched for school teachers all over the island. The aim was to reduce the attraction of drugs and alcohol within the school.

Methodology

Since this course was started online at a time when schools were limited, applications were first called for and more than 90 applications were received. This course was conducted in 7 lessons including topics related to drug prevention, and all of them were included on the official website of ADIC Institute for all those who missed it to get the information again. Due to various problems in the country, there was a decline in engagement. But because this programme was held every week on Saturday evening, they actively contributed to some degree. All participants were given an assignment after the programme each week, which had to be completed and submitted the following day. Those unable to attend will be able to access the assignments through the web page. And so far the course has been completed and 10 active teachers have been created.

Challenges

Due to the economic problems and crisis in the country, the teachers were unable to participate in the course due to power outages. And only a very small number of applicants join the course till the end. Challenges such as the presence of students with different opinions in the school came during the course and it was possible to overcome all those challenges and make the course successful.

Results

Two of the teachers involved with the course have taken action to reduce the attraction of drugs and alcohol in the school and made an effective change. Organization of various programmes for effective drug prevention in schools and active participation of school students. And to reduce the attraction of drugs and alcohol in the schools, the students were very willing to take action. The students have reduced drug and alcohol experimentation due to the knowledge and understanding gained from programmes organized in schools. And also one student has acted outside of school to reduce the use of a person in their family. Ex: Hanwella Mayadunna National School.

Conclusion

Alcohol and drug use can be successfully prevented and the attraction to them in schools can be reduced through the school teachers by providing them with the correct understanding of drug prevention and how to act for it through the school drug prevention programme as well as by empowering them and following up.

பாடசாலைகளுக்கான சிறந்த திறமைமிகு வளவாளர்களை உருவாக்குதல்.

எழுத்தாளர் : விஜயராம் தனுஷா

அறிமுகம்

யாழ்மாவட்டத்தில் சில பாடசாலைகளிலே கடந்த சில மாதங்களாக மதுசாரம், சிகரட் உட்பட ஏனைய போதைப்பொருட்கள் பாவணை அதிகரித்துள்ளதாக ஊடகங்கள் செய்திவெளியிட்டுள்ளன. இதனை தடுக்ககூடிய தமிழ்மொழி மூலம் வளவாளர்களின் பற்றாக்குறை நிலவுகிறது. இந்நிலையைக் கருத்தில் கொண்டு மாணவர்களுக்கு விழிப்புணர்வளிக்கக்கூடிய துறைசார் வளவாளர்களை உருவாக்கி அவர்கள் மூலம் பாடசாலைகளில் பயன்தகு போதைப்பொருள் தடுப்பு செயற்றிட்டங்களை தொடர்ந்து அமுல்படுத்த வேண்டும். என்ற அடிப்படையில் ஜீலை- நவம்பர் 2022 வரையான காலப்பகுதிக்குள் இப்பயிற்சித்திட்டம் மேற்கொள்ளப்பட்டது.

நோக்கம்.

யாழ்பல்கலைக்கழகத்தில் ஊடகக்கற்கைகள் துறையில் கல்வி கற்கும் மாணவர்கள் போதைப்பொருள் தடுப்பு தொடர்பில் பயன்தகு செயற்றிட்டங்களை பாடசாலையில் மேற்கொள்ளக்கூடிய வளவாளர்களாக உருவாகுதல்.

வழிமுறை

மேற்குறிப்பிட்ட மாதகாலத்திற்குள் முதற்கட்டமாக பல்கலைக்கழகத்தில் ஊடகக்கற்கைகள் துறை மாணவர்கள் 18 பேர் தெரிவுசெய்யப்பட்டு கலந்துரையாடல் மூலமாக முதற்கட்ட ஆய்வு மேற்கொள்ளப்பட்டது. பின்னர் பாடசாலைகளில் மதுசாரம், சிகரட் உட்பட ஏனைய போதைப்பொருள் பாவனை தடுப்பு முறைத்தொடர்பான ஆரம்ப கட்ட பயிற்சி வழங்கப்பட்டது. பின் WhatsApp செயலி மூலமாக 18 பேரையும் ஒன்றிணைத்து குழு ஒன்று உருவாக்கப்பட்டு பாடசாலையில் பயன்தகு போதைப்பொருள் தடுப்பு செயற்திட்டம் தொடர்பாக நாளாந்தம் வினாக்கள் எழுப்பப்பட்டு விடைகளுடன் கலந்துரையாடப்பட்டன. பின் அவர்களின் ஈடுபாடு தொடர்பில் மதிப்பெண்கள் வழங்கப்பட்டு தொடர்ந்து ஊக்கிவிக்கப்பட்டனர்.ஒவ்வொரு கலந்துரையாடலின் பின்னரும் அது தொடர்பான விளக்கக்காட்சிகளும் மாணவர்களுக்கு அனுப்பி வைக்கப்பட்டன. பின்னர் அவர்களின் துறைசார் அறிவை சோதிக்க பரீட்சை நடாத்தப்பட்டதுடன் கற்ற விடயங்களும் செயற்பாடு ரீதியாக ஆய்விற்குட்படுத்தப்பட்டது. ஓவ்வொரு செயற்பாடுகளின் பின்னரும் அன்றைய செயற்பாடு தொடர்பில் அவர்கள் கற்றுக்கொண்ட விடயங்கள் பற்றி தனித்தனியாக தொலைபேசி மூலமாக வினவப்பட்டு பின்தொடரப்பட்டது.

சவால்கள்

வளவாளர்களைப் பின் தொடரும்போது ஆரம்பத்தில் பொருத்தமானவர்களைக் கண்டறிவது மிகவும் கடினமாக இருந்தது. இருப்பினும் சில உண்மையான கேள்விகளை எழுப்பியதன் மூலம் சரியான நபர்களைக் கண்டறிந்துக் கொள்ளக்கூடியதாக இருந்தது

பெறுபேறுகள்.

ஆரம்ப மதிப்பீட்டில் போதைப்பொருள் உற்பத்தி நிறுவனங்களின் விளம்பர தந்திரோபாயங்களை அறிந்திருந்தவர்களின் வீதம் 10% காணப்பட்டது. இறுதிகட்ட மதிப்பீட்டின்படி 90% அதிகரித்துள்ளது. தெரிவுசெய்யப்பட்ட வளவாளர்களில் 18 பேரில் 55% மானோர் போதைப்பொருள் தூண்டல் செயற்பாடுகளைக் கண்டறிந்து அவர்களில் 44% மானோர் அத்தூண்டல் செயற்பாடுகளை பலமிழக்கசெய்யக்கூடிய வழிகளை கண்டறிந்து செயற்படுத்துகின்றனர். மற்றும் தெரிவுசெய்யப்பட்ட வளவாளர்கள் அனைவரும் பாடசாலையில் பயன்தகு போதைப்பொருள் தடுப்பு செயற்திட்டத்தை மேற்கொண்டனர்.

முடிவுரை.

தெளிவான நோக்கமும், முறையான பின்தொடரல் செயற்பாடுகளும், தொடர்ச்சியாக ஊக்கப்படுத்தல்களையும் வழங்கினால் சிறந்த துறைசார் வளவாளர்களை உருவாக்க முடியும்.

Developing better resource persons for schools

Author - Vijayaram Dhanusha

Background
The media has reported that the consumption of alcohol, cigarettes and other drugs has increased in some schools in Jaffna district in the last few months. Through various types of advertisements, students are encouraged to use alcohol, cigarettes and other drugs and their future is ruined. There is a shortage of Tamil language resource persons who have the ability to work towards preventing this issue. Considering this situation, this training program was organized between July and November 2022 on the basis that departmental resource persons should be created who can sensitize the students and implement effective drug prevention programs in schools through them.

Objective
To develop students of the Department of Media Studies in University of Jaffna as resource persons who can carry out useful programs related to alcohol, tobacco and other drugs prevention in schools.

Methodology
18 media studies students were selected in the university and a preliminary study was done through discussion. Later, basic training was given in the schools regarding the prevention of alcohol, cigarettes and other drugs. Then a group of 18 people was formed through WhatsApp application and questions were raised and discussed with solutions on a daily basis regarding effective drug prevention programs in schools. Then they were given marks for their involvement and encouraged continuously. After each discussion, related presentations were sent to the students. Afterwards, an examination was conducted to test their knowledge on the subject and the learned material was also analyzed functionally. After each activity they were individually asked and followed up by phone about what they had learned from the day's activities.

Challenges
It was very difficult to find suitable people in the beginning while pursuing the resources. However, by asking some genuine questions, it was possible to identify the right people.

Results
The preliminary assessment found that 10% were aware of the industry promotions. The final evaluation showed that 90% were aware of this fact.
Among the 18 selected providers, 55% identified drug-induced activities and 44% of them identified and implemented ways to attenuate addictive activities. When seeing any records related to drug addiction including alcohol and cigarettes on the home page, they posted opposing views to strengthen it. All selected resource persons carried out effective drug prevention programs in the school.

Conclusion
A clear objective, proper follow-up processes, individualized observation and continuous encouragement can create better departmental resource persons.

පාසල් සිසුන් තුළ මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍යවලට ඇති ආකර්ෂණය අවම කිරීම සහ ඵලදායි මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය වෙනුවෙන් සිසුන් බලගැන්වීම

කර්තෘ :- ඒ. ඩී. ඒ. රුචිර මදුෂාන්

පසුබිම
සමාගම්වල උපක්‍රම නිසා පාසල් සිසුන් තුළ මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාරවලට ආකර්ෂණයක් ඇති වීම නිසා සහ අත්හදා බැලීම් සිදුවී ඇත. විවිධ පාර්ශවයන් පාසල් සිසුන් තුළ එසේ අත්හදා බැලීම් අවම කිරීමට විවිධ ක්‍රියා මාර්ග ගෙන තිබුණද එය අසාර්ථක වී විටෙක ඵලදායි වී නැත. ඒ නිසාම පාසල් සිසුන් හට ආකර්ෂණය වන ආකාරයෙන් උදාහරණයක් වශයෙන් කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම් ලෙස පාසල් සිසුන් ආමන්ත්‍රණය කළ අතර එහි අරමුණ වුයේ පාසල් සිසුන් අතර මද්‍යසාරවලට සහ මත්ද්‍රව්‍යවලට ඇති ආකර්ෂණය අවම වීමත්, පාසල් සිසුන් අතර අත්හදා බැලීම් අවම කිරීමත්ය.

ක්‍රමවේදය
මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය ඵලදායිව පාසල් තුළට ගෙන යාමට මුලින්ම පාසල් සම්බන්ධ කරගත යුතු අතර ඒ අනුව මුලින්ම පාසල් සම්බන්ධ කරගැනීමට කටයුතු කරන ලදි. ඒ අනුව පාසල් 15ක් සම්බන්ධ කරගත් අතර එම පාසල් තුළ ආකර්ෂණීය ක්‍රියාකාරකම් ඇතුළත් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ වැඩසටහන් පැවැත්වුණි. ඉන් පසු එම පාසල්වලින් සක්‍රීය සිසුන් සම්බන්ධ කරගනිමින් ඵලදායි මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය වෙනුවෙන් ක්‍රියාත්මක විය හැකි කණ්ඩායම් 15ක් ද නිර්මාණය කරගැනීමට හැකි විය. ඉන්පසු පාසල් තුළ මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාරවල ආකර්ෂණය අවම කරන නිවාරණ පණිවිඩ එම කණ්ඩායම්වලට ම නිර්මාණය කිරීමට අවස්ථාව ලබා දෙමින් ඒවා පාසල තුළ නිරන්තරයෙන් සාකච්ඡා කිරීමට අවස්ථාව ලබාදුණි. එහිදී ධනාත්මක ප්‍රතිචාර රැසක් පාසල් තුළින් ලැබුණි. ඉන්පසු නිර්මාණය කරගත් වට්සැප් සමුහයන් හරහා ඔවුන්ගේ අදහස් ලබා ගැනීම සහ සිදුකළ වෙනස්කම් සාකච්ඡා කිරීම ද, ලබාගත් ප්‍රතිඵල පිළිබඳව ද සාකච්ඡා කරමින් ඔවුන්ව තවත් උනන්දු කිරීමට ද හැකි විය.

අභියෝග
රට තුළ උද්ගත වූ වාතාවරණය නිසා මගහැරුණු අධ්‍යයන කටයුතුවලට පාසල්වල සිසුන් සීමා කිරීමට සිදු වූ නිසා සහභාගිත්වය අවම වීම සහ විභාගවලට සිසුන් මුහුණ දීම නිසා ඔවුන් මෙම කටයුතුවලට දායක කරගැනීමට නොහැකි වීම.

ප්‍රතිඵල
පාසල් 15 තුළ ක්‍රියාකාරී සිසුන් 227 දෙනෙකු නිර්මාණය කිරීමට හැකි වීම සහ ඒ වෙනුවෙන් මගපෙන්වන ගුරු මහත්ම මහත්මීන් 15 දෙනෙක් ද, නිර්මාණය කිරීමට හැකියාව ලැබුණි. මෙම පාසල් 15 තුළ වයස අවු. 14-15 අතර සිටින සිසුන්ගෙන් 50%කගේ, මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාරවලට ඇති ආකර්ෂණය අවම වීම. (උදා-: තංගල්ල පිරිමි ජාතික පාසැල, දෙබරවැව ජනාධිපති විද්‍යාලය, කොළඹගේආර ජාතික පාසල යන පාසල්වල සිසුන් මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාරවලට දක්වන ප්‍රතිචාර) සහ එම පාසල්වල තවත් සිසුන් මෙම ඵලදායි මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය වෙනුවෙන් පාසල තුළ විවිධ ක්‍රියාකාරකම්වල යෙදීම. (උදා-: ඵලදායි නිවාරණ පණිවිඩ පාසල තුළ ප්‍රදර්ශනය කිරීම. සංකේතාත්මක ප්‍රතිචාර දැක්වීම්) මේ ප්‍රතිඵල ලබාගැනීමෙන් පසු ඒ හරහා තවත් පාසල් දෙකකින් සිසුන් 60 සම්බන්ධ වීම සහ ඔවුන් ද තම පාසල තුළ ඵලදායිව මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය වෙනුවෙන් දායක වීම. එසේ සම්බන්ධ වූ සිසුන් 60 දෙනාගෙන් 15 දෙනෙක් විවිධ මත්ද්‍රව්‍ය අත්හදා බැලීම්වලට යොමු වූ සිසුන් වීම.

නිගමනය
පාසල් සිසුන්ට ආකර්ෂණීය වන ආකාරයෙන් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සඳහා සිසුන් දායක කරගැනීමෙන් සහ ඔවුන්ව බලගැන්වීම තුළින් සාර්ථක ප්‍රතිඵල ලබාගත හැක. එක දිනකට සීමා නොවී එම සිදුකළ වැඩසටහන් පසු විපරම් කිරීම ද සිදු කළ විට පාසල් සිසුන්ගේ උනන්දුව තවදුරටත් වැඩි වනු ඇත.

Reducing alcohol and drug attraction among school students and empowering students for effective drug prevention.

Author - A.D.A. Ruchira Madhushan

Background

Getting attracted to drugs and alcohol and experimenting with them has taken place among school children due to corporate tactics. Although various parties have taken various actions to reduce such experiments by school students, they have failed and have not been effective at times. That is why school students were addressed in an attractive way, e.g. group activities, and its purpose was to reduce the attraction of alcohol and drugs among school students and to reduce experiments among school students.

Methodology

In order to effectively take drug prevention into schools, schools should be contacted first and accordingly, schools were contacted first. Accordingly, 15 schools were contacted and drug prevention programmes were held in those schools which included attractive activities. After that, it was possible to create 15 groups that could work for effective drug prevention by involving active students from those schools. The groups were then given the opportunity to create prevention messages that reduce the appeal of drugs and alcohol in schools and discuss them regularly in school. Many positive responses were received from the schools. After that, it was possible to get their opinions through the created WhatsApp groups and discuss the changes made and discuss the results obtained to make them more interested.

Challenges

Due to the rising situation in the country, the students in the schools had to catch up on the missed academic activities, so participation was reduced and the students were not able to contribute to these activities due to the exams.

Results

It was possible to create 227 active students in the 15 schools and 15 teachers to guide them. In these 15 schools, 50% of students between the ages of 14-15 have reduced their attraction to drugs and alcohol. (Eg-: the responses of the students of Tangalle Boys' National School, Debarawewa Presidents' Collagen and Colombogeara National School to drugs and alcohol) and other students of those schools engaging in various activities in the school for this effective drug prevention (eg-: Effective prevention messages displayed in school, symbolic responses). After getting these results, 60 students from two other schools joined and they also contributed to drug prevention effectively in their school. Out of the 60 students involved, 15 were students have already been involved in various drug experiments.

Conclusion

By engaging and empowering students in drug prevention in a way that is attractive to school students, successful outcomes can be achieved. The interest of school students will further increase when the follow-ups are done without limiting the programme to just one day.

තරුණ ප්‍රජාව තුළ මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍යවලට ඇති ආකර්ෂණය අවම කිරීමට හම්බන්තොට දිස්ත්‍රික්කය තුළ සිටින තරුණ තරුණියන් බලගැන්වීම

කර්තෘ :- ඒ. ඩී. ඒ රුචිර මදුෂාන්

පසුබිම

විවිධ සමාජ ආශ්‍රයන් නිසා සහ සමාජය තුළ ඇති මිථ්‍යා මත නිසා හම්බන්තොට දිස්ත්‍රික්කයේ සිටින තරුණ තරුණියන් තුළ මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාරවලට ආකර්ෂණයක් ඇති වී තිබූ අතර තරුණ ප්‍රජාව විවිධ අවස්ථාවන්වල මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාර ප්‍රචාරණය කිරීමට ද යොමු වී තිබුණි. එම නිසාම මොවුන්ට මේ සම්බන්ධයෙන් නිවැරදි දැනුම සහ අවබෝධය ලබා දෙමින් මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාරවලට ඇති ආකර්ෂණය අවම කිරීමට විවිධ ක්‍රියාමාර්ග ගත්තද විටෙක එය සාර්ථක නොවිය. ඔවුන්ට ගැළපෙන ආකාරයකින් ආමන්ත්‍රණය කිරීම තුළින් බලාපොරොත්තු වුයේ මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාරවලට තරුණ ප්‍රජාව තුළ ආකර්ෂණය අවම වීම සහ මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය වෙනුවෙන් ඔවුන් දායක කරගැනීමයි.

ක්‍රමවේදය

හම්බන්තොට දිස්ත්‍රික්කයේ කාන්තා මහා සංවර්ධන සංගමයට අයත් සේනපුර, මිරිජ්ජවිල, දෙහිගහලන්ද, බැරගම, ගොඩවාය, එකමුතුගම, දෙබරවැව, රන්දුනුවත්ත, පන්නේගමුව, කිරින්ද, මාගම, යෝදකණ්ඩිය, විහාරගල යන ජනශක්ති බැංකු විසින් තරුණ කඳවුරු සංවිධානය කරමින් තරුණයන්ට ආකර්ෂණය වන ආකාරයෙන් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය පිළිබඳ ඔවුන්ට දැනුම අවබෝධය ලබා දීමට මූලික අඩිතාලම දැමු අතර මේ සියල්ල ප්‍රයෝගික ක්‍රියාකාරකම් හරහා ආකර්ෂණීය ආකාරයෙන් YAN Sri lanka තරුණ ජාලයේ සාමාජිකයින් ලබා දුණි. එහිදී තරුණ කඳවුර තුළ විවිධ තරග සහ ආකර්ෂණය ගෙන දෙන ක්‍රියාකාරකම් සිදු කරන ලදි. ඔවුන් කැමැත්තක් දක්වන ක්‍රියාකාරකම්වලට මුල් තැන ලබාදුණි. පසුව ඉහත නම් සඳහන් බැංකු ආවරණය වන පරිදි මේ වන විට ක්‍රියාකාරී තරුණ තරුණියන් 151 නිර්මාණය කිරීම. ඔවුන් දායක කරගනිමින් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය වෙනුවෙන් ඵලදායි ක්‍රියාකාරකම් සිදු කිරීම් එසේ සිදුකර ඇත්තේ මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍යවල ආකර්ෂණය අවම කරන පණිවිඩ නිර්මාණය කරමිනි. මේ සියල්ල සාර්ථක කරගැනීමට හැකි වූයේ සියලු වැඩසටහන් පසුවිපරම් කිරීම නිසාය.

අභියෝග

වැඩසටහන් පැවැත් වූ ප්‍රදේශවල සිටින පුද්ගලයන්ගෙන් ඇති වූ බලපෑම් සහ විරෝධතා අභියෝග වන අතර ඔවුන් විසින් මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය නිෂ්පාදන ප්‍රවර්ධනය කිරීම්, රට තුළ ඇති වූ අර්බුදකාරී තත්වය ද මෙම ක්‍රියාත්මක වීම්වලට ඇති වූ අභියෝගයන් ය.

ප්‍රතිඵල

ජනශක්ති බැංකු 13කට ක්‍රියාකාරී තරුණ තරුණියන් 151 දෙනෙක් නිර්මාණය වීම. හම්බන්තොට දිස්ත්‍රික්කයේ ප්‍රධාන නගරවල ඵලදායි මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය වෙනුවෙන් වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක වීම. උදා-: තිස්සමහාරාමය, තරුණ තරුණියන් තුළ මද්‍යසාර හා මත්ද්‍රව්‍යවලට ඇති ආකර්ෂණය අවම කිරීමට ඔවුන්ටම ඵලදායි පණිවිඩ නිර්මාණය කිරීමට දැනුම අවබෝධය වැඩි වීම. තරුණ කඳවුරු සඳහා සහභාගී වූ අය ප්‍රජාවේ සිටින අනෙක් තරුණ පිරිසට ඵලදායිව නිවාරණය සම්බන්ධව පණිවිඩ ලබා දීම ද මෙහි තවත් ප්‍රතිඵලයකි. මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාරවලට යන වියදම ප්‍රජාවට පණිවිඩ ආකාරයෙන් ලබා දීමද සිදු වී ඇත. (දෙහිගහලන්ද, ගොඩවාය යන ගම්මානවල)

නිගමනය

තරුණ ප්‍රජාවට ආකර්ෂණය වන ආකාරයෙන් ඔවුන් සමග ක්‍රියාත්මක වීමෙන් සහ ඔවුන්ව බලගැන්වීමෙන් ද එමෙන්ම ඔවුන් සමග සිදු කරන වැඩසටහන් පසුවිපරම් කිරීමෙන් ද තරුණ තරුණියන් තුළ මද්‍යසාර හා මත්ද්‍රව්‍යවලට ඇති ආකර්ෂණය අවම කිරීමට හැකියාව ඇත.

Empowering the youth within the Hambantota district to reduce the attraction of alcohol and drugs in the youth community.

Author - A.D.A. Ruchira Madhushan

Background

Due to various social associations and myths in society, the youth in the Hambantota district had become attracted to drugs and alcohol, and the youth community had resorted to promoting drugs and alcohol on various occasions. That is why various measures were taken to reduce the attraction to drugs and alcohol by giving them the right knowledge and understanding in this regard, but sometimes it was not successful. By properly addressing them, it was hoped that the youth community's attraction to drugs and alcohol would be reduced and they would contribute to drug prevention.

Methodology

Senapura, Mirijjawila, Dehigahalanda, Beragama, Godawaya, Ekamuthugama, Debarawewa, Randunuwatta, Pannegamuwa, Kirinda, Magama, Yodakandiya, Viharagala Janashakti Banks belonging to the Women's Development Association of Hambantota District organized youth camps to increase their knowledge and understanding about drug prevention in a way that attracts the youth. The basic foundation was laid to deliver the knowledge and all this was conducted by members of the YAN Sri Lanka youth network impressively through hands-on activities. Various competitions and attractive activities were conducted in the youth camp. Priority was given to activities of their interest. Later on, 151 active youths were created covering the above-named banks. Carrying out effective activities for drug prevention with their participation. This has been done by creating messages that reduce the appeal of alcohol and drugs. All this was possible because of the follow-up of all the programmes.

Challenges

Challenges and protests from people in the areas where the programmes were held and their promotion of alcohol and drug products and the crisis in the country also challenged these implementations.

Results

Creation of 151 active youth for 13 Janashakti Banks. Implementation of programmes for effective drug prevention in major cities of Hambantota district. Eg-: Tissamaharamaya, increased knowledge and understanding in youth to create effective messages themselves to reduce the attraction to alcohol and drugs. Another result of this was that those who participated in the youth camps effectively communicated prevention messages to other youth in the community. The cost of drugs and alcohol has also been given to the community in the form of messages (in the villages of Dehigahalanda and Godawaya).

Conclusion

By working with and empowering the youth community in a way that appeals to them, as well as conducting follow-up programmes, it is possible to reduce the attraction of youth to alcohol and drugs.

සමාජය තුළ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට එරෙහිව ප්‍රසිද්ධියේ ප්‍රතිචාර දැක්වීම සඳහා ගාල්ල වෘත්තීය පුහුණු මධ්‍යස්ථානයේ තරුණ කණ්ඩායමක් බලගැන්වීම

කර්තෘ :- කාංචනා ධනාශ්‍රී මාපලගම

පසුබිම

වර්තමාන තරුණ ප්‍රජාව සමාජය තුළ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට එරෙහිව ප්‍රසිද්ධියේ ප්‍රතිචාර දැක්වීම ඉතා අවම මට්ටමක පවතී. ඊට හේතුව ඔවුන් ඒ සඳහා බලගන්වා නොමැති වීමයි. උක්ත ගැටළුවට පිළිතුරක් වශයෙන් වර්තමාන තරුණ ප්‍රජාව සමාජය තුළ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට එරෙහිව ප්‍රසිද්ධියේ ප්‍රතිචාර දැක්වීම සඳහා බලගැන්වීම සඳහා පහත වැඩසටහන සිදු කරන ලදි.

ක්‍රමවේදය

ගාල්ල වෘත්තීය පුහුණු අධිකාරියේ ගැහැණු හා පිරිමි ළමුන් (අවු 18ත් - 24ත් අතර) 35ක් තෝරා ගැනීම. ඔවුන් සමග සාකච්ඡා වට 03ක් පවත්වා මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය පිළිබඳ ඔවුන්ගේ ආකල්ප හඳුනා ගැනීම සහ ඒ ආකල්ප මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට එරෙහිව ප්‍රසිද්ධයේ ප්‍රතිචාර දැක්වීමට හුරු කරවීම දක්වා වෙනස් කිරීම. එසේ ප්‍රතිචාර දැක්වීමට අවශ්‍ය දැනුම.ආකල්ප හා කුසලතා ඉතා සරලව හා ප්‍රායෝගිකව ලබා දීම. ඔවුන්ගේ දැනුම, ආකල්ප හා කුසලතාවල පෙර හා පසු (දැන්) තත්ත්වය සංසන්දනාත්මකව පහදා දීම. මේ සඳහා වට්ස්ඇප් සමූහයක් සකස් කිරීම හා පවත්වාගෙන යාම.

අභියෝග

මත්ද්‍රව්‍ය පිළිබඳ තරුණ කණ්ඩායම තුළ තිබූ මිථ්‍යා විශ්වාස බිඳ දැමීමට විශාල වෙහෙසක් දැරීමට සිදු වීම. උදා : මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය සඳහා වටිනාකම් ලබා දීම. ආකර්ෂණීය පෞරුෂය සඳහා ඒවා භාවිත කිරීම අවශ්‍ය බව. මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය නැවැත්විය නොහැකි බව. සිගරට් භාවිතය මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට අයත් නොවන නිසා සිගරට් භාවිත කිරීම ගැටළුවක් නොවන බව. මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය නිසා ලිංගික බෙලහීනත්වය ඇති වීම සාවද්‍ය මතයක් බව යනාදිය.

ප්‍රතිඵල

දුම්වැටි, මද්‍යසාර ඇතුළු අනෙකුත් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට එරෙහිව ප්‍රතිචාර දක්වන ආකාරයේ වැකි, කියමන් ආදිය වෘත්තීය පුහුණු මධ්‍යස්ථානය තුළ ප්‍රදර්ශනය කිරීම. මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට එරෙහිව ප්‍රතිචාර දක්වන මෙම වැඩසටහන පිළිබඳ (විනාඩි 15ක පමණ) කෙටි රූප රචනයක් (Video Clip) සකස් කිරීම. මෙම ව්‍යාපෘතිය හා සමඟ සම්බන්ධ වූ තරුණ කණ්ඩායමේ නායකත්ව ගුණාංග හා සන්නිවේදන හැකියාවන් වර්ධනය වීම. මෙම කෙටිකාලීන ව්‍යාපෘතිය හා සම්බන්ධ වීමෙන් පසු කණ්ඩායමේ තරුණ දරුවන් 35 දෙනාගෙන් දුම්වැටි, මද්‍යසාර ඇතුළු අනෙකුත් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට එරෙහිව ප්‍රතිචාර දැක් වූ සිද්ධිවලට මැදිහත් වූ දරුවන් ගණන 21කි. භාවිතකරන අයට ප්‍රතිචාර දැක්වීම 8ක් වන අතර මාධ්‍යට ප්‍රතිචාර දැක්වීම 13කි.

නිගමනය

වර්තමාන තරුණ ප්‍රජාව සමාජය තුළ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට එරෙහිව ප්‍රසිද්ධියේ ප්‍රතිචාර දැක්වීම සඳහා බලගැන්වීම සිදු කළ හැකි කාර්යයකි. තරුණ කණ්ඩායම් මේ සඳහා බලගැන්විය නොහැකිය යන්න හා එය ඉතා අසීරු කාර්යයක් බව සමාජගතවී තිබීම වැරදි මතයකි.

Empowering a youth group at the Galle Vocational Training Center to publicly respond against drug abuse in society.

Author : Kanchana Dhanasri Mapalagama

Background
Public response against drug use in today's youth community is very minimal. The reason is that they are not empowered to do so. As an answer to the said problem, the following programme was carried out to empower today's youth community to publicly respond against drug use in society.

Methodology
Selection of 35 girls and boys (between 18 and 24) from Galle Vocational Training Authority. Conducting 03 rounds of discussions with them to identify their attitude towards drug use and change that attitude to accustom them to publicly respond against drug use. To provide the knowledge, attitudes and skills needed to respond in a very simple and practical way. To explain comparatively the before and the after (current) status of their knowledge, attitudes and skills. Creating and maintaining a WhatsApp group for this purpose.

Challenges :
Having to work hard to break the youth group's superstitions about drugs. E.g. Valuing the use of drugs, that it is necessary to use them to build an attractive personality, that it is impossible to stop the use of drugs, that smoking is not a problem because smoking is not a drug, it is a misconception that drug use causes impotence etc.

Results :
Display of phrases, sayings etc. in the vocational training centre against the use of cigarettes, alcohol and other drugs. Preparation of a short video clip (about 15 minutes) about this programme that responds to drug abuse. Development of leadership qualities and communication skills of the youth group involved in this project. After joining this short-term project, out of the 35 young children in the group, the number of children who intervened in the incidents against smoking, alcohol and other drug use is 21. (responses to the users is 8 and responses to the media is 13)

Conclusion :
Empowering today's youth community to publicly respond against drug use in society is a task that can be done. It is a misconception that youth groups cannot be empowered for this and that it is a very difficult task.

දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිතය අවම කරලීමට ශ්‍රී පාද මධ්‍ය මහා විද්‍යාලයේ ප්‍රාථමික දරුවන්ගේ උත්සහය

කර්තෘ - පී.පී.එන්.වී.පැලෑදගේ

පසුබිම
වතු ආශ්‍රිත ගම්මාන කිහිපයක දරුවන් සමග ප්‍රාථමික ගුරුවරියක ලෙස කටයුතු කරන විට දෙමාපියන්ගේ දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිතය නිසා දරුවන් අසරණ වන අයුරු දැක ගත හැකි විය. එවැනි අවස්ථාවක ADIC ආයතනයෙන් මඟපෙන්වීම ඔස්සේ දරුවන්ගේ සිත් ධනාත්මකව සංවර්ධනය කරමින් දරුවන් මඟින් පියවරුන් දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිතයෙන් ඈත් කරලීමට සහ ඉහත ගැටළු වෙනස් කිරීමට යම් උත්සාහයක් ගැනීමට හැකි විය.

ක්‍රමවේදය
3 ශ්‍රේණියේ දරුවන් මූලික කර ගනිමින් වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කිරීම ආරම්භ විය. දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිතය නිසා ඇති වන අහිතකර ප්‍රතිඵල පිළිබඳ ව පාසැල් අධ්‍යාපනය තුළින් ම දරුවන් දැනුවත් කර සාකච්ඡා කරමින් අදහස් හුවමාරු කර ගන්නා විට දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිත කරන අය ඇති නිවාස හඳුනා ගැනීමට හැකිවිය. පසුව මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයට අදාළ කවි, සින්දු, කතන්දර ආදිය කියා දී ඒවායෙහි තොරතුරු නිවසට සම්ප්‍රේෂණය කිරීමට හා කියවීම් ශාලාවේ පොත් තබා තිබීම සහ පාසල තුළ පෝස්ටර් ඇලවීම තුළින් පාසලේ අනෙක් ප්‍රාථමික දරුවන්ට තොරතුරු සම්ප්‍රේෂණය කිරීම සිදුකරන ලදි.

අභියෝග
උදව් අවශ්‍ය අනෙක් පන්තිවල ප්‍රාථමික දරුවන්ටව සෘජුවම දැනුවත් කිරීමට කාලය නොමැති වීම හා කාර්ය බහුලත්වය නිසා නොහැකි වීම.

ප්‍රතිඵල
දරුවන්ගේ මාර්ගයෙන් නිවසට තොරතුරු යැවීම නිසාත් දරුවන්ගේ ඉල්ලීම් නිසා මද්‍යසාර භාවිතය අඩු කළ පුද්ගලයින් ගණන 2ක් ද, දරුවන්ට පෙනෙන්නට මද්‍යසාර භාවිත නොකරන නිවෙස් 3ක් බව දෙමාපියන්ගේ තොරතුරු ඇසුරෙන් වාර්තා විය. දුම්වැටි භාවිත කරන පුද්ගලයන් දුටුවිට නාසය වසාගෙන දරුවන් ප්‍රතිචාර දක්වන බව මට නිරීක්ෂණය වී තිබේ. දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිතය නිසා සිදුවන හානි ලෙස " මූණ කැතවෙනවා, ගඳ ගහනවා" වැනි දේ ප්‍රකාශ කිරීමට දරුවන්ට හැකිවී තිබේ.

නිගමනය
දරුවන්ට පාසැලේ ඉගැන්වෙන අභ්‍යස තුළින් ම මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ ක්‍රියාකාරකම් අඛණ්ඩව ක්‍රියාත්මක කළහොත් සාර්ථක ප්‍රතිඵල ලබා ගත හැකි බවයි.

The efforts of primary school children of Sri Pada Central College to reduce the use of cigarettes and alcohol

Author - P. P. N. V. Paladage

Background

When working as a primary teacher with children in several villages near plantations, I could see the children becoming helpless due to their parents' use of cigarettes and alcohol. In such a situation, with the guidance of ADIC institute, I was able to guide the children to make some effort to keep their fathers away from smoking and alcohol use and to change the above problems by developing the children's minds positively.

Methodology

The implementation of the programme started with 3rd-grade children as the primary focus. When educating, discussing and sharing opinions on the negative effects of smoking and alcohol use, through school education, it was possible to identify houses where there are people who use cigarettes and alcohol. Later, poems, songs, stories etc related to drug prevention were told and their information was transmitted to the homes. Furthermore, the information was transmitted to the other primary children of the school by placing books in the reading room and pasting posters in the school.

Challenges

Lack of time and busy schedules to directly educate elementary children in other classes who need help.

Results

It was reported from the information of parents that 2 people reduced the consumption of alcohol due to receiving information and the requests of the children, and 3 households have stopped using alcohol in front of the children. I have observed that children react by covering their noses when they see people using cigarettes. Children can express things such as "the face is ugly and smelly" as damages caused by the use of cigarettes and alcohol.

Conclusion

Successful results can be obtained if drug prevention activities are carried out continuously through the exercises taught to children at school.

පාසල තුළ මත්ද්‍රව්‍ය හා මද්‍යසාරවලට ඇති ප්‍රතිරූපය අවම කිරීමට සිසුන් බලගැන්වීම

කර්තෘ :- එල්.නිරෝෂා ප්‍රියංගිකා වික්‍රමසිංහ

පසුබිම

මත්ද්‍රව්‍ය හා දුම්වැටි භාවිතය පිළිබඳව සිසුන් ආකර්ෂණය කර ගැනීමට ව්‍යාපාරික ලෝකය උපක්‍රම යොදන අවස්ථාවක ADIC ආයතනයේ සහයෝගයෙන් මා තිස්සමහාරාමය දෙබරවැව හ / ජනාධිපති විද්‍යාලයේ විදුහල්පතිතුමා හා ආචාර්ය මණ්ඩලයේ සහයෝගය ද ඇතිව සිසුන් 4000ක් අතරින් 9,10,11 ශ්‍රේණිවලට අයත් සිසුන් 100ක ප්‍රමාණයක් සමග එයට එරෙහිව 2022-09-25 දින මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ පුහුණු තරුණ කඳවුරක් පැවැත්වීම හා මේ දක්වා එහි පසුවිපරම් කටයුතු සිදුකරමින් පවතී.

ක්‍රමවේදය

පළමුව සිසුන් 100 ක් පමණ සහභාගි කරගනිමින් එක් දින මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ නායකත්ව පුහුණු කඳවුරක් පැවැත්වීම සිදුකරන ලදි. ක්‍රියාකාරකම් හා දේශන මගින් සිසුන් සමග එනම් 9,10,11 ශ්‍රේණිවල සියලුම සිසුන් සමග ඒකරාශි කර ලැබූ දැනුම හා අත්දැකීම් හුවමාරු කර ගැනීම සඳහා පසුවිපරම් සම්බන්ධීකරණ වැඩසටහන් මේ වන විටත් ක්‍රියාත්මක වෙමින් පවතී.

අභියෝග

සිසුන්ගේ පවුල් පසුබිම් තුළ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතා කරන පිරිස අධික වීම, සිසුන්ට ඒ සඳහා ආකර්ෂණය ඇති කරවන පිරිස වැඩිවීම, ආර්ථික තත්වය මෙන්ම ඔවුන් ජීවත් වන පරිසරය තුළ බහුලව මත්ද්‍රව්‍ය මද්‍යසාර දක්නට ලැබීම මුහුණ දුන් අභියෝග විය.

ප්‍රතිඵල

මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ පුහුණු කඳවුර සඳහා 88ක් සහභාගී විය. මෙම පිරිසෙන් 40ක පිරිස පාසල තුළ මත්ද්‍රව්‍ය හා දුම්වැටි භාවිතා කර ගුරුවරුන්ගෙන් දඬුවම් ලැබූ පිරිසක් විය. එම සිසුන් කිසිවකුටත් ගෞරවාදරයෙන් නොසැලකූ නොහික්මුණු පිරිසක් ලෙස කඳවුරට සහභාගි වුවද අවසානයේ දී ඔවුන් බොහෝ සේ සංවේදි, හික්මුණු පිරිසක් වී තිබූ බව විදුහල්පතුමා හා පාසලේ විනය භාර ආචාර්යවරයා ප්‍රකාශ කරන ලදි. මත්ද්‍රව්‍ය දුම්වැටි භාවිතය නතර කිරීම මෙන්ම භාවිතා කිරීම සිදු කළේ නම් ඔවුන්ට සිදුවන හානිය පිළිබඳ තවදුරටත් දැනුවත් වූ ආකාරය ද සිසුන් ප්‍රකාශ කළ බව ඔවුන් පවසන ලදී. මෙම කදවුරෙන් පසුව පැවැත්වූ පසු විපරම් වැඩසටහන සඳහා 11 ශ්‍රේණියේ සියලුම සිසුන් එනම් 450 ක පමණ පිරිසක් සම්බන්ධ වූ අතර තරුණ කඳවුරට සහභාගි වූ සිසුන් අනෙකුත් සිසුන්ට මගපෙන්වන්නන් වශයෙන් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයට ක්‍රියාකරන බව විදුහල්පති තුමා විසින් ප්‍රකාශ කරන ලදි

නිගමනය

ඵලදායි මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සම්බන්ධයෙන් ආකර්ෂණීය බවකින් යුක්තව සිසුන් බලගැන්වීම නිසාවෙන් පාසලේ අනෙක් සිසුන් අතර මත්ද්‍රව්‍ය හා මද්‍යසාරවලට ඇති ආකර්ෂණය අවම කිරීමට හැකියාවක් ඇත.

Empowering students to reduce the image of drugs and alcohol in school.

Author:- L. Nirosha Priyangika Wickramasinghe

Background

At a time when the business world is using tactics to attract students to use drugs and cigarettes, a drug prevention training youth camp was conducted against it on 25-09-2022 with the participation of 100 students belonging to grades 9, 10, 11 out of 4000 students in the school with the support of ADIC Institute, the Principal and teaching staff of H/ Debarawewa Presidents' College in Tissamaharama, and its follow-up activities are being carried out till now.

Methodology

First, a one-day drug prevention leadership training camp was conducted with the participation of about 100 students. Follow-up coordination programmes are already underway to share the knowledge and experience gathered through activities and lectures with the grades 9, 10, and 11 students.

Challenges:

Having many drug users in the family backgrounds of the students, the high number of people who attract students to it, the economic situation as well as the prevalence of drugs and alcohol in their living environment were the challenges faced.

Results:

The group of 88 students who participated in the drug prevention training camp were a group of students who were punished by the teachers for using drugs and smoking in the school. The principal and the teacher-in-charge of discipline have told that although those students participated in the camp as an undisciplined group who did not treat anyone with respect, in the end, they had become a very sensitive and disciplined group. They said that the students also expressed how they stopped using drugs and cigarettes as well as how they became more aware of the harm that would happen to them if they continued using them. All 450 students of grade 11 participated in the follow-up programme and the principal stated that the students who participated in the youth camp are acting as role models and guiding other students to prevent drug addiction.

Conclusion:

Empowering students attractively on effective drug prevention has the potential to reduce the attraction to drugs and alcohol among other students in the school

மதுசாரம், சிகரட் தடுப்பு செயற்றிட்டங்களுக்கு மாற்றங்களை ஏற்படுத்தல்.

எழுத்தாளர் - நாகரட்ணம் நாகராணி

பின்னணி

இன்ஜஸ்றி தோட்டத்திற்கு உட்பட்ட 05 பிரிவுகளில் உள்ள இளைஞர்கள் பொதுவாக சிகரட், மதுசார பாவனைக்கு கவரப்படும் வீதம் அதிகமாகும். குறிப்பாக சிகரட், மதுசார உற்பத்தி நிறுவனங்களும் இளைஞர்களை மையமாக வைத்து பல விளம்பரங்களை மேற்கொண்டு ஏமாற்றி வருகின்றன. மேலும் இளைஞர்கள் சவால்களை வெற்றி கொண்டு தமது குழுவில் மாற்றங்களை ஏற்படுத்தும் வல்லமை உடையவர்கள் என்பதால் இச்செயற்திட்டம் இளைஞர்களுடன் மேற்கொள்ளப்பட்டது.

நோக்கம்

இளைஞர் குழுக்களை தெரிவு செய்து அவர்களின் திறமைகளுக்கு வழிவகுத்து சாராயம், சிகரட் பாவனையின் கவர்ச்சியை குறைத்தலும் பாவனையாளரின் பாவனையை குறைத்தல்.

வழிமுறை

தெரிவு செய்யப்பட்ட வளவாளர்களை பயிற்சிகள் மூலம் மயப்படுத்தப்பட்டு இன்ஜஸ்றி தோட்டத்தில் செயற்பாடுகள் மேற்கொள்ளப்பட்டது. முதல் கட்டமாக திறமைகள், ஆக்கபூர்வமான சிந்தனைகளின் அடிப்படையில் 15 தொடண்டர்கள் தெரிவு செய்யப்பட்டனர். தொண்டர்களுடன் குழுவான இணைந்து கலந்துரையாடிய பின் அனைவரும் சேர்ந்து சமூக வரைப்படம் வரைந்ததோடு தெரிவு செய்யப்பட்ட பீரட் பிரிவில் 80 குடும்பங்களுக்கான ஆய்வை தொண்டர்கள் ஆய்வினை மேற்கொண்டனர்.

குழுவின் ஆர்வத்தை அதிகரிக்கும் வகையில் இளைஞர்களிடையே போட்டி நிகழ்ச்சிகள் செயற்படுத்தப்பட்டன. மதுசாரம், சிகரட் பாவனையால் ஏற்படும் தாக்கங்கள், அது தொடர்பான மூடநம்பிக்கைகள், அந்நிறுவனங்களின் விளம்பர தந்திரோபாயங்கள் தொடர்பாகவும் குறு நாடகங்கள், பாடல்களும் தயாரிக்கப்பட்டது. ஒவ்வொரு நாளும் குழுவில் உள்ள ஒருவரை தெரிவு செய்து அந்நபரின் ஊடாக செயற்றிட்டங்கள் கண்காணிக்கப்பட்டது.

சவால்கள்

தொண்டர்களை (இளைஞர்கள்) ஒன்று திரட்டல், போதைப்பொருள் தடுப்பு தொடர்பில் தொண்டர்கள் மத்தியில் ஆர்வத்தை அதிகரித்தல் போன்றவற்றில் சவால்களை சந்தித்தேன்.

பெறுபேறுகள்

குறுந்திரைப்படம், நாடகம், பாடல்கள் போன்ற ஆக்கபூர்வமான படைப்புக்கள் இளைஞர்களினால் உருவாக்கப்பட்டுள்ளது. குறிப்பிட்ட தொண்டர் குழு பாவனையாளர்களிடம் கலந்துரையாடியமையால் 7 பேர் பாவனையை குறைத்துள்ளனர்.

முடிவுரை

முறையான தலைமைத்துவம், நெருக்கமான கலந்துரையாடல்கள் மூலம் குறிப்பிட்ட விடயங்களை அமுல்படுத்தும் போது முறையான பெறுபேறுகளை அடைந்துக் கொள்ள முடியும்.

Making changes in alcohol and cigarette prevention programmes

Author – Nagaratnam Nagarani

Background

The youth in 05 sections of Injasri estate are generally attracted to cigarette and alcohol consumption. Especially the cigarette and alcohol manufacturing companies are deceiving the youth by carrying out many advertisements. And the project was carried out with the youth as they have the power to overcome challenges and bring about change in their community.

Objective

Targeting youth groups and channeling their talents to reduce the attractiveness of alcohol and cigarette consumption and reduce consumer use.

Methodology

Empowerment of selected resource persons through trainings and activities were carried out in Injasri Garden. In the first phase, 15 volunteers were selected based on their skills and creative thinking. After group discussions with the volunteers, all of them drew a community map and the volunteers conducted a survey of 80 families in the selected Bret section through a survey form.

To increase the interest of the group, competitive programs were organized among the youth. Short plays and songs were also produced on the effects of alcohol and cigarette consumption, related superstitions and advertising tactics of the companies. Each day a member of the team was selected and the activities were monitored through that person.

Challenges

I faced challenges in mobilizing volunteers (youths), increasing interest among volunteers in drug prevention.

Results

Creative work has been developed by youth. 7 people reduced their usage due to the impact made by short film, drama, songs and discussions with specific volunteer group users.

Conclusion

Formal leadership can achieve formal results when specific issues are implemented through close discussions.

Theme 02

Collective effort in empowering communities to reduce usage and alcoholization, contributing to family/ community development.

රත්නපුර දිස්ත්‍රික්කයේ කිරිඇල්ල ප්‍රදේශයේ සන්නිවේදනය හා මාධ්‍ය අධ්‍යයනය උපකාරක පංතිය සඳහා සහභාගී වෙන සිසුන්ගේ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය අවම කිරීමට බල ගැන්වීම

කර්තෘ :- කේ. ඒ. චාමිකා දිල්හාරි

පසුබිම

සාමාන්‍ය පෙළ විභාගය අවසන් කිරීමෙන් පසුව පවුල් තුළ ඇති ආර්ථික අපහසුතා නිසා දරුවන් ප්‍රතිඵල පැමිණෙන තුරු රැකියා සඳහා යොමු වූ පසු මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට හුරු වී තිබීම. පවුල්වල පිරිමි දරුවන් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට නැඹුරු වී ඇත. 2022 ජුනි මස සිට ඔක්තොම්බර් දක්වා සිදු කළ දැනුවත් කිරීම.

ක්‍රමවේදය

සන්නිවේදනය හා මාධ්‍ය අධ්‍යයනය විෂය ඉගැන්වීම් සිදුකිරීමේ දී උදාහරණ සහිතව පැහැදිලි කිරීමේදී, මත්ද්‍රව්‍ය ප්‍රචාරණ විධි ක්‍රමවලට හසු නොවී සිටීමට දැනුවත් කිරීම. දැඩිව මත්ද්‍රව්‍යවලට ඇබ්බැහි වූ පිරිමි දරුවන් සමග ලෙන්ගතුව කතාබහා කරමින් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයේ අනිසි ප්‍රතිඵල පිළිබඳ දැනුවත් කිරීම. මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කිරීමේදී වැයවන මුදල් ගණනය කොට දැනුවත් කිරීම. මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය නිසා දැනට ශරීර සෞඛ්‍යයට සිදු වී ඇති හානිය පිළිබඳ අවබෝධයක් ලබා දී ඉදිරියේදී තමාගේ ශරීර සෞඛ්‍යයට සිදු වන හානිය පිළිබඳ දැනුවත් කිරීම. පෝස්ටර්, අත්පත්‍රිකා හා සමාජ මාධ්‍ය, නව මාධ්‍ය ඇසුරෙන් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය අවම කිරීමේ වැඩසටහන් පෙන්වීම.

අභියෝග

දරුවන් සමග ගුරු භූමිකාවෙන් මදක් ඉවත්ව හිතවත් සම්බන්ධතාවයක් පැවැත්වීමට සිදු විය. සන්නිවේදනය හා මාධ්‍ය අධ්‍යයනය විෂය තුළට මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය අවම කිරීමට ආදාළ උදාහරණ සකස් කිරීමට සිදු වීම. දරුවන් හුරු පුරුදු වූ ජීවන රටාවෙන් ඉවත් කිරීමට සිදු වීම ආදිය අභියෝග විය.

ප්‍රතිඵල

දැඩිව මත්ද්‍රව්‍යවලට අබ්බැහි වූ දරුවෙකු මාස හතරක කාලයක් තුළ දී මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කිරීම නතර කළ අතර, ඔහුගෙන් අනෙක් යාලුවන්වත් 60%ක ප්‍රමාණයක් දැනුවත් කිරීම. මත්ද්‍රව්‍ය ප්‍රචාරණ වැඩසටහන් දුටුවිට පසු ඒවායෙහි ව්‍යාංගාර්ථය තේරුම් ගැනීමට හැකිව තිබීම. මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන ස්ථානවලට නොයෑමට ඔවුන් පුරුදු වීම. මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය නිසා ශරීරයට සිදුවන හානිය හා මුදල් නාස්තිය පිළිබඳ අනෙක් පිරිසවත් දැනුවත් කිරීම.

නිගමන

පාසල්වල විෂය නිර්දේශය තුළින් දරුවන්හට මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ පාඩම් ඒකකයක් ඇතුළත් කරමින් දරුවන් දැනුවත් කළ හැකි වීම.

Empowering the students who attend the Communication and Media Studies tuition classes in the Kiriella area of Ratnapura district to reduce the use of drugs.

Author - K.A. Chamika Dilhari

Background

The children who have gone to work after completing the Ordinary Level Examination until the results come due to the economic difficulties in the families have become accustomed to drug use. Male children in families tend to use drugs. Awareness was held from June to October 2022.

Methodology

While explaining the examples of Communication and Media Studies, educating the students not to get caught in drug advertising methods. Talking closely with male children who are heavily addicted to drugs and raising awareness about the harmful effects of drug use. Calculating the money spent on drug use and raising awareness. Giving an understanding of the harm that had been caused to the health due to the use of drugs and informing about the harm that may happen to one's health in the future. Showing drug prevention messages through posters, leaflets and programmes through social media and new media.

Challenges

A good friendly relationship had to be maintained with the children leaving the teacher's role behind. Having to develop examples related to reduction of drug use within the subject of Communication and Media Studies, and having to remove the children from their lifestyles were the challenges.

Results

A child who was heavily addicted to drugs stopped using drugs within a period of four months and 60% of his other friends were educated through him. Being able to identify the underlined meanings when they see drug advertising programmes. Getting them to ignore going to places where drugs are used. Educating others about the harm caused to the body and the waste of money due to drug use.

Conclusions

Was able to educate children through the school syllabus by including a unit on drug prevention.

අඹන්පොල රෝහල අසළ ත්‍රීරෝද රථ රියදුරන් දස දෙනෙක් මද්‍යසාර හා සිගරට් භාවිතයෙන් නිදහස් කර ගැනීම

කර්තෘ :- එච්. එම්. ටී. සුභසිංහ

පසුබිම

මද්‍යසාර හා සිගරට් භාවිතය දිනෙන් දිනම නොයෙක් අකාරයෙන් ප්‍රචලිත කරන යුගයක මද්‍යසාර හා මත්ද්‍රව්‍ය තොරතුරු මධ්‍යස්ථානය හා එක්ව මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය අවම කිරීමේ අරමුණ ඇතිව කුරුණෑගල දිස්ත්‍රික්කයේ අඹන්පොල ප්‍රාදේශිය ලේකම් කොට්ඨාශයේ අඹන්පොල නගරයේ ත්‍රීරෝද රථ රියදුරන් 10 දෙනෙකු තෝරාගෙන ඔවුන්ගේ මද්‍යසාර හා සිගරට් භාවිතය අවම කිරීම සඳහා වැඩසටහනක් 2022 මාර්තු මාසයේ සිට 2022 ඔක්තෝබර් මස දක්වා ක්‍රියාත්මක කරන ලදි. මෙයට ඉලක්ක වූයේ දැනට කිසිවෙකුගේ අවධානයෙන් ගිලිහී ඇති, සමාජයේ වැදගත් මෙහෙයක් ඉටුකරනු ලබන ඇති ත්‍රීරෝද රථ රියදුරන්ය.

ක්‍රමවේදය

මුලින්ම අඹන්පොල නගරයේ රෝහල අසළ රියදුරු සංගමය මේ සඳහා තෝරා ගන්නා ලදි. එහි සාමාජිකයන් 10 දෙනෙකු සිටින ලද අතර මුලින්ම ඔවුන් සමග සුහදව සාකච්ඡාවක් පවත්වන ලදි. පසුව දෙවන මාසය වන විට එකිනෙකාගේ නිවැරදි තොරතුරු හුවමාරු කරගත් අතර, ඔවුන් 10 දෙනාම මා සමඟ සුහද විය. පසුව ඔවුන්ගේ මද්‍යසාර හා සිගරට් භාවිතය ගැන සාකච්ඡා කළ අතර එහිදී සියලුම දෙනා මා හට නිවැරදි තොරතුරු ලබා දුන් අතර එහිදී පෙනි ගියේ එම 10 දෙනාම මද්‍යසාර හා සිගරට් භාවිත කිරීමට පුරුදු වී සිටින බවයි. සමහරුන් දෛනිකවත්, තවත් අය සතියකට වරක් වශයෙන්ද, තවත් සමහරුන් උත්සව අවස්ථාවල දී පමණක් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කිරීමට පුරුදුව සිටියේය.

අභියෝගය

මා හට ඔවුන් දන්නා හඳුනන පිරිසක් වීම නිසා ලොකු අභියෝගයක් නොවුණත් කණ්ඩායමේ දෙදෙනෙකු පමණ කණ්ඩායමට දෙන උපදෙස් පිලිපැදීමට මැලිකමක් දැක්වීය. පසුව එය යථා තත්වයට පත්විය.

ප්‍රතිඵල

මුල් මාස දෙක තුළ දී එතරම් ප්‍රතිඵලයක් දක්නට නොලැබුණත් හතරවන මාසය තුළදී මෙම 10 දෙනාගෙන් 06 දෙනෙකු සිගරට් භාවිතයෙන් ඈත් වුණ අතර, ඔක්තෝබර් මස වන විට මෙම 10 දෙනාම මද්‍යසාර හා සිගරට් භාවිතයෙන් මුදවා ගැනීමට හැකි වීම. එපමණක් නොව මේ වන විට ඔවුන්ගේ ත්‍රීරෝද රථවල සහය ලබා ගන්නා පාරිභෝගිකයන්ව දැනුවත් කිරීමේ වැඩසටහනක් ඔවුන් දියත් කර ඇත. මෙම මාස 8 තුළ පාරිභෝගික ජනතාව 4000ක් දෙනා දැනුවත් කර ඇති බව ඔවුන් පවසයි. ඊට අමතරව ඔවුන්ගේ දෛනික කටයුතු පෙරට වඩා සාර්ථකව කරගෙන යනු ලබන අතර පවුලේ සමගිය වර්ධනය වී ඇති බවත් ඔවුන්ගේ මූල්‍ය අගහිඟකම් ද ක්‍රමයෙන් පහව ගොස් ඇති බව අප සමග පවසන ලදි.

නිගමනය

ත්‍රීරෝද රථ රියදුරන් වැනි පහසුවෙන් අපට ළඟා වීමට නොහැකි කණ්ඩායම් ද බලාත්මක කිරීම තුළින් ඔවුන්ගේ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය අවම කර ජීවත් වීමට සුදුසු පරිසරයක් නිර්මාණය කර මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සමාජගත කළ හැකි බවයි.

Freeing ten three-wheeler drivers near Ambanpola Hospital from using alcohol and cigarettes.

Author: H. M. T. Subhasingha

Background

In an era where the use of alcohol and cigarettes is popularized day by day in many ways, in collaboration with the Alcohol and Drug Information Center, with the aim of reducing the use of drugs, a programme was implemented for 10 selected three-wheeler drivers in Ambanpola town of Ambanpola Divisional Secretariat of Kurunegala district from March 2022 to October 2022 to reduce their alcohol and cigarette use. The targets of this programme were the three-wheeler drivers, who perform an important role in society, yet are ignored by society.

Methodology

First, the Drivers' Association near the hospital in Ambanpola city was selected for this purpose. First, a friendly discussion was taken with 10 members. By the second month, they shared each other's correct information and all 10 of them became friendly with me. Then a discussion was taken about their alcohol and cigarette use and all of them gave me the correct information. It was found that all 10 of them were used to consuming alcohol and cigarettes. Some used to use drugs daily, others once a week, and some only on festive occasions.

Challenge

Although it was not a big challenge for me as they were a group of acquaintances, about two people showed reluctance to follow the instructions given by the group. However, it changed later on.

Results

In the first two months, there was not much result, but in the fourth month, 06 of these 10 people stayed away from using cigarettes, and by October, all these 10 people were able to get rid of alcohol and cigarettes. Moreover, they have launched a programme to educate the customers who travel on their three-wheelers. They say that 4000 customers have been informed in these 8 months. In addition, we were told that their daily activities are being carried out more successfully than before, family harmony has grown and their financial privations have gradually disappeared.

Conclusion

By enforcing groups that we cannot reach easily, such as three-wheeler drivers, we can reduce their drug use and create a suitable environment for them to live in and socialize drug prevention.

மாறுவோம் மாற்றுவோம் குழுவின் செயற்பாடுகளும் முன்னேற்றமும்

எழுத்தாளர் : செல்லையா தேவராஜ், T. பாக்கியலட்சுமி

பின்னணி

கொட்டியாகலை தோட்டத்தில் ஏழு பிரிவுகள் இருப்பதுடன் அங்கு சுமார் 1361 குடும்பங்களில் 5985 பேர் வசிக்கின்றனர். இவ் ஏழு பிரிவுகளிலும், இயங்குகின்ற Mother Support Group, தாய்மார்கள் குழுவை இலக்கு குழுவாக கொண்டு மதுசார பாவனையை குறைப்பதற்கும், மதுசாரம் தொடர்பாக பெண்கள் மத்தியில் காணப்படும் போலியான மூடநம்பிக்கைகளை உணர செய்வதற்குமான செயற்றிட்டங்கள் மேற்கொள்ளப்பட்டது

நோக்கம்

சாராய பாவனையை முற்தடுப்பு செய்ய சிறந்த ஆளுமை மிக்க வளவாளர் குழுவை ஏற்படுத்தி அதன் மூலம் பெண்களிடையே காணப்படுகின்ற போலியான நம்பிக்கைகளில் இருந்து விடுபெற செய்தல்

வழிமுறை

வளவாளர ஞுழுவை சக்திமயப்படுத்தும் வகையான பயிற்சிகள் நடாத்தப்பட்டமை மாதாந்தம் இறுதி சனிக்கிழமை கலந்துரையாடலுடன் செய்த வேலைகள் தொடர்பான மீளாய்வு செய்து வருவதோடு, தெரிவு செய்யப்பட்ட 7 டிவிசன்களில் சுமார் 135 குடும்பங்களிலிருந்து கலந்துக் கொள்ளும் 135 குடும்பங்களின் பெண்களோடும் சாராயம் தொடர்பாக சமூகத்தில் நிலவும் மூடநம்பிக்கைகள் தொடர்பாக கலந்துரையாடப்பட்டது

மேலும்அவர்களின் அறிவு, எண்ணம், நடத்தை மாற்றத்தை ஏற்படுத்துவதோடு இத்திட்டத்தை நடைமுறைப்படுத்த வளவாளர்களை கொண்டு செயற்றிட்டத்தை முன்னெடுத்தல்.

சவால்கள்

பெண்களில் சிலர் இவ் போலியான விடயத்தை தனது கணவர்களுக்கு எடுத்து கூறுவதில் சிரமப்படல், சமூகத்தில் மூட நம்பிக்கைகள் அதிகமாக நம்பப்படுவதால் சாராயம் சிகரட் ஏனைய போதைப்பொருள் மீதான மூடநம்பிக்கைகளை களைவதற்கு ஆரம்பத்தில் முன்னுரிமை கொடுக்காமை

பெறுபேறுகள்

எமது இலக்ககுழுவில் கலந்துக்கொண்ட சுமார் 135 பெண்களிடையேயும் அறிவு ரீதியான மாற்றங்கள் ஏற்பட்டுள்ளதை அவதானிக்க முடிகின்றமை, சாராய பாவனை உடல் வலியை போக்கும், சுயநினைவு இன்மை, ஆகிய கருத்துக்களின் உண்மை தன்மையினை அறிந்து கொண்டனர். திரைப்படம், தொலைக்காட்சி நாடகங்களில் வெளிவரும் மதுசாரம், சிகரட், போதைப்பொருள் தொடர்பான காட்சிகளை கண்டு தெளிவுபெறும் திறனை வளர்த்துள்ளமை.

முடிவுரை

பயிற்றுவிக்கப்பட்ட வளவாளர்கள் இலக்குக் குழுவிற்கு ஏற்ற விதத்தில் திட்டங்களை மேற்கொள்வதால் அவர்களின் அறிவு, எண்ணம், நடத்தை என்பவற்றில் மாற்றங்கள் ஏற்படும்

Activities and progress of the 'Let's Change' group

Authors : Sellaiyah Devaraj, T.Pakyaletchumi

Background
Kotiyagala estate has seven divisions, 1361 families and a total population of 5985 people, where "Mother Support Group" operates in all seven divisions. With mothers as the main target group, activities were carried out to reduce alcohol consumption and to identify the false superstitions among women regarding alcohol.

Objective
To create a team of well-informed resource persons to reduce alcoholism and debilitate false beliefs among women regarding alcohol.

Methodology
Training was conducted with women from around 135 families in the selected 7 divisions, to empower the resource group to change their knowledge, attitude and behavior regarding the industry promotions and to carry out the program with the resource persons to implement the scheme. The work progress was reviewed through discussions on the last Saturday of the month.

Challenges
Some of the women found it difficult to explain the fake beliefs on alcohol to their husbands because superstitions are widely believed in the society.

Results
Around 135 women participated in our target group and were able to observe changes with their improved knowledge. They were able to learn the truth of the concepts of "Alcoholism leads to physical loss and lack of self-awareness" and developed a great capacity for clarity by watching scenes in movies and TV dramas.

Conclusion
Trained resource persons will undergo changes in their knowledge, attitude and behavior to carry out programs tailored to the target group.

මොණරාගල දිස්ත්‍රික්කයේ බුත්තල ග්‍රාමය කණ්ඩායම් මට්ටමින් ප්‍රජාව තුළ ඵලදායී වෙනසක් ඇති කිරීම

කර්තෘ :- කේ. එම් දිලානි මිහිරංගි බණ්ඩාර

පසුබිම

මොණරාගල දිස්ත්‍රික්කයේ බුත්තල ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාශයේ කුතුරම්පොල, මහසෙන්පුර, කෝංකැටිය, මිණිපුරගම යන ගම්මමානවල ප්‍රජාවගේ මද්‍යසාර, දුම්වැටි හා වෙනත් මත්ද්‍රව්‍ය අවම කිරීම හා නැවැත්වීමට ග්‍රාමයේ දෛනික රැකියාවල නිරතවන්නන්, ත්‍රීරෝද රථ රියදුරන්, බස් රථ රියදුරන් සහ සහයකවරුන්, කඩහිමියන්, තරුණ පිරිස ඉලක්ක කර කටයුතු ක්‍රියාත්මක කරන ලදි.

ක්‍රමවේදය

ගම් මට්ටමින් ප්‍රජාව හඳුනාගෙන ඔවුන් සතියකට සැරයක් මුණ ගැසීම. ඔවුන් සමඟ සුහදව කතා බස් කිරීමෙන් දවසට උපයන මුදලත් අනවශ්‍ය ලෙස වියදම් කරන මුදලත් අපට දැනගන්නට ලැබිණ. ඒ තුළින් අප දිනකට, සතියකට, මසකට, අවුරුද්දට යන වියදම් ඔවුන්ට දැනෙන සේ ඔවුන් සමග සාදන්නට වුණි. එය කොතරම් විශාල මුදලක්ද යනවග එම ප්‍රජාවට දැනිණි. ඔවුන් එයින් සුළු මුදලක් (දිනකට එක සිගරට්ටුවක) මුදල ඉතිරි කරන්නට විය. එය ආදායම් වියදම් පොතක සකස් කර බුද්ධි කැටය තුළ ඉතිරි කරන්නට විය.

අභියෝග

පියවරු නිතර මුණගැසීමට අමාරු නිසා මව්වරු සමග වැඩසටහන දිගටම පවත්වා ගෙන යාමට සිදුවුණි. පියවරු සමග සවස 5න් පසු වැඩසටහන් කිරීමට සිදුවීම.

ප්‍රතිඵල

කෝංකැටිය, ගෝනගංආර ප්‍රදේශයේ ආරියරත්න මහතා මාස 05ක මුදල් ඉතිරි කිරීමෙන් ඉඩමක් මිලදී ගෙන ඇත. සෝමපාල මහතා, විජේසිංහ මහතා, ආරියපාල මහතා විසින් රු.35000/= ඉතුරුම් සිදුකර ඇත. මේ ඉතුරුම් තුළින් නව ජීවනෝපාය මාර්ග ලෙස මිරිස් වගාව, ඉරිඟු වගාව ආරම්භ කිරීමට කටයුතු යොදා ඇත.

නිගමනය

නිවැරදිව භාවිතය නිසා සිදුවන ආර්ථික හානිය ඔවුන් සමග සාකච්ඡා කිරීම හා ඔවුන්ට වටහාදීම මගින් ගම තුළ සිටින පුද්ගල කණ්ඩායම් එම හානිය වළක්වා ගනිමින් ඉතුරුම් සඳහා යොමුකළ හැකිය. එම ඉතුරුම් ඵලදායි ආයෝජන කර ස්ථාවර ආර්ථික තත්ත්වයක් පවුල තුළ ඇතිකළ හැකිය.

Creating effective change in the community at the Buttala village group level in the Monaragala district.

Author : K.M. Dilani Mihirangi Bandara

Background

In the villages of Kuthurampola, Mahasenpura, Konketiya, and Minipuragama in Buttala Divisional Secretariat Division of Monaragala District, activities are being carried out targeting the daily workers, three-wheeler drivers, bus drivers and assistants, shopkeepers, youths to reduce and stop the consumption of alcohol, cigarettes and other drugs in the community.

Methodology

Identify the community at the village level and meet them once a week. By having a friendly conversation with them, we got to know the amount earned per day and the amount spent unnecessarily. Through that, I calculated their expenses for a day, a week, a month, and a year so that they could feel it. The community felt that it was a lot of money. They started saving a small amount of it (the amount of one cigarette a day). It was recorded in an income and expenditure book and kept in the intelligence till.

Challenges

Since it is difficult to meet the fathers often, the programme had to be continued with the mothers. Having to do programmes with father after 5 pm.

Results

Mr. Ariyaratne of the Gonaganara area, Konketiya has bought the land after saving money for 05 months. Mr. Somapala, Mr. Wijesinghe, Mr. Ariapala have made savings of Rs.35000/=. Through these savings, arrangements have been made to start chilli cultivation and corn cultivation as new means of livelihood.

Conclusion

By discussing and educating the community groups in the village about the economic damage caused by proper use, they can be led to savings. Those savings can be invested effectively and create a stable economic situation in the family.

සෑම සාමාජික පවුලකම සියලු උත්සව දුම්වැටි සහ මද්‍යසාරවලින් තොරව සිදුකිරීමේ පොදු ප්‍රතිපත්තිය ක්‍රියාත්මක කිරීම

කර්තෘ :- එම්. ඒ. බී. යූ. කේ. ආලෝක බණ්ඩාර

පසුබිම
ඕනෑම උත්සව අවස්ථාවක දී එනම් සාමාජික පවුලක අවමංගල කටයුත්තක දී මෙන්ම ආගමික ක්‍රියාදාමයන් වන දානමය කටයුතුවල දී, ගෙට ගෙවදීම්, උපන්දින සාද, මල්වර උත්සව සහ මංගල උත්සවවල දී මද්‍යසාර (මෙහිදී ගමේ කසිප්පු, බීඩි, සුරුට්ටු ආදිය නොව) සිගරට් ආදිය තුළින් සංග්‍රහ කිරීම සඳහා විශාල මුදලක් වැය කිරීම.

ක්‍රමවේදය
මේ සඳහා නිකවැරටිය ප්‍රාදේශීය බල ප්‍රදේශයෙහි 322, රන්දෙණිගම ග්‍රාම නිළධාරී වසමෙහි සක්‍රීය ලෙස ක්‍රියාත්මක වඩුපලෑව කාන්තා ගොවි සංවිධානය හා සුජාතා කුළඟන සමිතිය මේ සඳහා යොදා ගතිමි. 2022 වර්ෂයේ අප්‍රේල් මස සිට මෙම සියලු උත්සව කටයුතු සඳහා වඩුපලෑව කාන්තා ගොවි සංවිධානයේ 20 දෙනෙකුගෙන් සමන්විත සාමාජිකාවන් අතර මෙම ක්‍රියාදාමය සිදුකරගෙන මේ දක්වාම ඉදිරියට පැමිණ ඇත. මෙහිදී සිංහල අවුරුදු සමයේ ආදර්ශයක් දෙමින් සියලු කාන්තා ගෙවිලියන්ගේ නිවෙස් තුළ මතින් තොරව එම සතුට භුක්ති විඳිමින් මෙම කරුණු ක්‍රියාවට ප්‍රවිශ්ටයක් ගන්නා ලදී. මෙම වසම තුළ ක්‍රියාත්මක වීම ප්‍රචාරය වීම දුටු සහෝදර අනෙකුත් සුභසාධක සමිතියක් වන සුජාතා කුළඟන සමිතිය තුළ ද ක්‍රියාත්මක වේ. කාන්තා ගොවි සංවිධානය සෑම මසකම පවත්වන අතර පසුවිපරම් සඳහා සෑම සමිතිවාරයකදී ම සහභාගීවන අතර අතර දුරකතන ඇමතුම් තුළින් අදාළ නිලධාරීන් හා සාමාජිකාවන් අමතන අතර අහඹු ලෙස එම නිවෙස් වෙතට ද ගියෙමු.

ප්‍රතිඵල
මෙම ප්‍රතිපත්තිය ක්‍රියාත්මක කිරීමේදී කාන්තා ගොවි සංවිධානය තුළ එම සාමාජික පවුල්වල උත්සව සඳහා මතින් තොරව එම මුදල සෑම සාමාජිකාවකගේ ම උපන්දිනය සඳහා වටිනා ත්‍යාගයක් පිරිනැමීම සඳහා යොදාගනු ලබයි. තවද සුජාතා කුළඟන සමිතියෙහි සාමාජිකාවකගේ විවාහ උත්සවය, ප්‍රදේශයේ ප්‍රසිද්ධ අවන්හලක පැවැත්වුව ද (Hotel) 100% ක් මතින් තොරව සිදුකොට රසබර ප්‍රණීත ආහාර වේලක් සියලුදෙනා වෙත ප්‍රදානය කිරීමට ලක්ෂ එක හමාරක එලෙස ඇස්තමේන්තුගත මුදල යෙදවූ බවට ඇය ඉතා සතුටින් ප්‍රකාශ කළේය. ඊට අමතරව තවත් පවුල් කිහිපයකටම එලෙස උත්සව පවත්වා එම මුදල් වෙනත් ප්‍රයෝජනවත් ක්‍රියාවන් සඳහා යෙදවූ බවට සාක්ෂි පැවසීම ද සතුටට කරුණකි.

නිගමනය
ප්‍රදේශයේ මෙවන් වූ ආදර්ශමත් ස්වේච්ඡා සංවිධාන ඇගයීමට ලක් කිරීම තුළින් තව තවත් සාමාජිකාවන් දිරිගැන්වෙන අතර අනෙකුත් ප්‍රදේශවලට ද මෙහි ව්‍යාප්ත වීමට ඇති ඉඩකඩ බොහෝය යන්න නිගමනය කළ හැකිය.

Implementation of the general policy of making all events of every member family smoke and alcohol-free.

Author : M.A.B.U.K.Aloka Bandara

Background

A lot of money is spent on entertainment in the form of alcohol (not village kasippu, beedi, cigars etc.) cigarettes etc. on any festive occasion i.e. funeral of a family member as well as religious functions such as alms-givings, housewarmings, birthday parties, puberty festivals and weddings.

Methodology

For this purpose, I used Wadupalawa Women Farmers' Organization and Sujatha Kulagana Society, which are actively operating in 322, Randenigama Grama Noladhari Domain in Nikaweratiya Divisional Area. Since April 2022, this process has been carried out among 20 members of the Wadupalawa Women Farmers' Organization for all these events and has progressed till now. Here, by setting an example during the Sinhala New Year, all the women enjoyed pleasure in their homes without any alcohol, and these matters were put into practice. Sujatha Kulagana Society, a sister welfare society which has seen the spread of these activities in this domain, also implemented this. The Women Farmers' Organization is conducted every month and we have participated in every meeting for follow-up while contacting the relevant officials and members through phone calls and visiting those houses randomly.

Results

In the implementation of this policy, the money will be used to give a valuable gift to each member of the women farmers' organization on her birthday without spending it on alcohol. The member of Sujatha Kulagana Society also happily announced that the marriage ceremony of her daughter was held at a famous hotel in the area, but it was done 100% free of alcohol and she used the estimated amount of one and a half lakhs to provide a delicious meal to everyone. Apart from that, it is also a pleasure to testify that several other families have held similar ceremonies and used the money for other useful activities.

Conclusion

By evaluating such exemplary voluntary organizations in the area, more members will be encouraged and it can be concluded that there are many opportunities to expand to other areas.

පුද්ගලයාගේ අනවශ්‍ය වියදම් වන බුලත්විට, දුම්වැටි, මද්‍යසාර අනවශ්‍ය දුරකතන වියදම් සඳහා වූ වියදම් අවමකොට ජීවන තත්වය නංවාලීම

කර්තෘ :- එම්.ඒ.බී.යූ.කේ. ආලෝක බණ්ඩාර

පසුබිම

කොරෝනා වෛරස අර්බුදය හා ශ්‍රී ලංකාවේ වර්තමාන ආර්ථික අර්බුදය හමුවේ උපයාගන්නා ධනය අනිසි ලෙස භාවිත කිරීමෙන් බීඩි, සිගරට්, සුරුට්ටු, කසිප්පු හා බුලත්විට යනාදිය තුළින් සෞඛ්‍ය තත්ත්වය පිරිහීම පවුලේ සමඟිය, සතුට දරුවන්ගේ අධ්‍යාපනය ආදිය අඩාලවීමට ඇති අවකාශ වර්ධනය.

ක්‍රමවේදය

මේ සඳහා නිකවැරටිය ප්‍රාදේශීය ලේකම් බල ප්‍රදේශයෙහි 327, ග්‍රාමනිළධාරී වසමෙහි සක්‍රීය ලෙස ක්‍රියාත්මක මහසෙන් කාන්තා ගොවි සංවිධාන සාමාජිකාවක් ඉදිරිපත් විය. මෙම ක්‍රියාදාමය 2021 වර්ෂයේ නොවැම්බර්, දෙසැම්බර් හා 2022 වර්ෂයේ ජනවාරි දක්වා ද, ඉන් ඉදිරියට ද ක්‍රියාත්මක වේ. මෙහිදී ADIC අයතනය මැදිහත් වී මෙම වැඩසටහන දිරිගන්වනු වස් 25% ප්‍රසාද දීමනාවක් අදාළ කාන්තාවන්ට ලබා දීම සතුටට කරුණකි. මෙහිදී උදාහරණ ලෙස නොවැම්බර් මාසය තුළ අදාළ කාන්තාවගේ හෝ එම පවුලෙහි සැමියා, සීයා, සහෝදරයා හෝ දරුවා එදින බුලත්විට, දුම්වැටි (බීඩි, සුරුට්ටු හා සිගරට්) ආදිය සඳහා වැයකරන මුදල ක්‍රම ක්‍රමයෙන් ප්‍රමාණය අවම කරවා අනතුරුව නවතාලීම අරමුණු කරනු වස් එදින භාවිත කරන ප්‍රමාණය අඩුකොට එම මුදල ඉතුරුම් කැටය සඳහා දමා මාසයක් නිමා වූ පසු සමිතිය ඉදිරියේ විනිවිද බවින් යුතුව කැටය විවෘතකොට මුදල් පරික්ෂා කර බලා අනතුරුව එම මුදල 25% ප්‍රසාද දීමනාවද සහිතව එම මුදල් ගොවි කාන්තාවන්ගේ ගිණුමට ගිණුම්ගත කිරීම.

ප්‍රතිඵල

එම මුදල් ගොවිජන දෙපාර්තමේන්තුවෙහි ක්‍රියාත්මක දිවුල්ලෑගොඩ ගොවිජන බැංකුවෙහි නොකඩවා එම මාසවල තැන්පත් කිරීම. මෙහිදී 25 දෙනෙකුගෙන් යුතු කාන්තා ගොවි සංවිධාන සාමාජිකාවන් 2021 නොවැම්බර් මස කාන්තාවන් 19 දෙනෙක් රු.2150/=ක මුදලකුත්, 2021 දෙසැම්බර් මස කාන්තාවන් 22 දෙදෙනෙක් විසින් රු.6810/=ක මුදලකුත් 2022 ජනවාරි මස කාන්තාවන් 22 විසින් රු.7400/=ක මුදලකුත් ඉතිරි කළ බව සතුටින් ප්‍රකාශ කරමි.

නිගමන

අවම වශයෙන් අදාළ ගොවිජන බල ප්‍රදේශයෙහි කාන්තා ගොවි සංවිධාන තුළ අඛණ්ඩව ක්‍රියාත්මක කරවීම තුළින් ඉතුරුම් වර්ධනය සේම දුම්වැටි හා මධ්‍යසාර භාවිතය අවම වීම තුළින් සෞඛ්‍ය සම්පන්න, සමඟිය, සතුට සපිරි පවුලක් සමාජගත වන බව නිගමනය කළ හැකිය.

Improving the quality of life by reducing the unnecessary expenses of the person such as betel leaves, cigarettes, alcohol, unnecessary phone expenses and essential food.

Author : M.A.B.U.K. Aloka Bandara

Background

Due to the corona virus crisis and the current economic crisis in Sri Lanka, by misusing the wealth earned on beedis, cigarettes, cigars, kasippu and betel leaves etc., the development of space to disrupt health status, family harmony, happiness and children's education etc.

Methodology

For this purpose, a member of the Mahasen Women Farmers' Organization, which is active in the area of 327 Grama Niladhari domain in the Nikaveratiya Divisional Secretary area, came forward. This process has been implemented in November, and December 2021 and will be carried out in January 2022 and beyond. It is gratifying that ADIC intervened and encouraged this program by providing a 25% bonus to the women concerned. For example, during the month of November, the husband, grandfather, brother or child of the concerned woman or the family should gradually reduce the amount spent on betel leaves, cigarettes (bidi, cigars and cigarettes) etc. After a month of depositing the savings in the box, open the box transparently in front of society, check the money and then account the money to the farmer's account along with the 25% bonus.

Conclusions

It can be concluded that a healthy, harmonious and happy family will be socialized through the reduction of smoking and alcohol consumption as well as the growth of savings through the continuous implementation of women farmers' organizations in the relevant agricultural area.

மாற்றத்திற்கான செயற்றிட்ட குழுவின் செயற்பாடுகளும் முன்னேற்றமும்.

எழுத்தாளர் - அந்தோனிசாமி லூக்காஸ்மேரி

பின்னணி

பெருந்தோட்ட பகுதிகளில் மதுசார பாவனையினால் பல பிரச்சினைகள் ஏற்பட்டு வருகின்றன. பொருளாதார, சமூக, சுகாதார பிரச்சினைகள் போன்றவற்றை குறிப்பிடலாம். இங்கு வாழும் மக்கள் ஏற்கனவே பல பிரச்சினைகளுக்கு முகம் கொடுப்பதனால் மதுசார பாவனையால் மக்களின் வாழ்க்கைத் தரம் மிகவும் பாதிக்கப்பட்டிருக்கின்றது. இவ்வாறான நிலையே பட்டல்கல தோட்டத்திலும் காணப்பட்டது. அதனால் செயற்றிட்டங்கள் செயற்படுத்தப்பட்டன.

நோக்கம்

சாராயம், சிகரட், பாவனையாளர்கள் பாவனையை குறைத்தலும் அவர்களின் வாழ்க்கைத் தரத்தை உயர்த்துதல் உயர்வடைதல்.

வழிமுறை

இச் செயற்றிட்டங்களை மேற்கொள்ள தெரிவு செய்யப்பட்ட 10 தொண்டர்கள் பங்களிப்பினை செய்தனர். பட்டல்கல பிரதேசத்தில் சாராய, சிகரட் பாவனையாளர்கள் 10 பேர் தெரிவு செய்யப்பட்டனர். அவர்கள் தொடர்பான ஆரம்ப மதிப்பீடொன்று மேற்கொள்ளப்பட்டது. இச்செயற்றிட்ம் தொடர்பான ஆரம்ப கலந்துரையாடலொன்று மதுசார பாவனையாளர்களுடன் கலந்துரையாடப்பட்டது. தோட்ட தலைவர்களுடன் குழு கலந்துரையாடல் ஒன்றை மேற்கொண்டு அதனூடாக பாவனையாளர்களை தொடர்பு கொண்டேன். வீட்டுத்தரிசிப்பு மூலம் குடும்ப உறுப்பினர்களின் நேர்காணல்களை மேற்கொண்டு சுயமதிப்பீடு மேற்கொள்ளப்பட்டது. பாவனையாளர்களை தனியாக சந்தித்து வரவு, செலவு கணக்கு தெளிவுப்படுத்தப்பட்டு, பாவனையைக் குறைப்பதற்காகவும், பணம் வீணாக சாராயத்திற்கு செலவிடும் பணத்தை சேமிப்பதற்கும் உற்சாகம் வழங்கப்பட்டது. தெரிவு செய்யப்பட்ட பாவனையாளர்களுக்கு சமூகத்தில் ஒரு பொறுப்பை வழங்கி அதன் மூலமான பின்தொடரல்களும் இடம்பெற்றன.

சவால்கள்

தொடர்த் தேர்ச்சியான இயற்கை சீற்றம், சீரற்ற காலநிலையால் பாவனையாளர்களை அடிக்கடி சந்திக்க முடியாமல் இருந்தது.

பெறுபேறுகள்

5 பாவனையாளர்கள் குடிக்கும் மதுசாரத்தின் அளவைக் குறைத்திருந்தனர். 2 பாவனையாளர்கள் முற்றாக பாவனையை நிறுத்தியுள்ளனர். மூட நம்பிக்கையை பற்றி 10 குடும்பத்தினரும் தெரிந்து கொண்டனர்.

முடிவுரை

தொடர்ச்சியான உற்சாகமளிப்பு மற்றும் பின்தொடரல் செயற்பாடுகளின் மூலம் மதுசார பாவனையினை குறைக்கலாம

Activities and progress of the Task Force for Change

Author – Anthonysami Lucasmeri

Background

Many problems are arising due to the consumption of alcohol in plantation areas. Economic, social and health problems are some of those issues. The people living here are already facing many problems and the standard of living of the people has been greatly affected by the consumption of alcohol. A similar situation was observed in the Pattalgala garden. So the plans were implemented.

Objective

Alcohol and cigarette users reduce their consumption and increase their standard of living.

Methodology

10 volunteers were selected to carry out these programs. 10 liquor and cigarette users were selected in Pattalgala area. A preliminary assessment of them was carried out. An initial discussion regarding this program was held with the alcohol users. I conducted a group discussion with the plantation leaders and contacted the consumers through it. Self-assessment was done by conducting interviews of family members through home visits. Consumers were met individually and encouraged to budget, reduce consumption and save money wasted on alcohol and other drugs. Follow ups were also conducted, giving specific roles to selected users in the community.

Challenges

Issues related to weather often prevented users from meeting.

Results

5 users had reduced their alcohol intake. 2 users have stopped using it completely. All 10 families were able to improve their knowledge on superstition on alcohol.

Conclusion

Alcohol consumption can be reduced through continuous encouragement and follow-up activities.

මොණරාගල දිස්ත්‍රික්කයේ මද්‍යසාර, දුම්වැටි හා වෙනත් මත්ද්‍රව්‍යවලින් නිදහස් පරිසරයක් නිර්මාණයට ගම තුළ ප්‍රජාව බලගැන්වීම

කර්තෘ :- ආර්.වී. සමන්ත කුමාර

පසුබිම
මොණරාගල දිස්ත්‍රික්කයේ වැල්ලවාය ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාශයේ කූරුගම යන ගම්මානයේ සහ බුත්තල ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාශයේ මහසෙන්පුර, කුකුරම්පොල, වගුරුවෙල යන ගම්මානවල ප්‍රජාවගේ මත්ද්‍රව්‍ය හා දුම්වැටි භාවිතය අවම කිරීමට හා නැවැත්වීමට මෙම වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කරන ලදි. ඉලක්කගත කණ්ඩායම ලෙස ගොවියන්, ත්‍රීරෝද රථ රියදුරන්, බස් සහයකවරුන්, කඩ හිමියන්, දෛනික කුලී වැඩ කරන්නන් තෝරාගන්නා ලදි.

ක්‍රමවේදය
ගම් මට්ටමින් මිනිසුන් හඳුනාගෙන ඔවුන් දිනපතා සවසට මුණගැසී ඔවුන් සමඟ සුහද කතාබහක යෙදීමෙන් ඔවුන් දිනකට උපයන මුදලත් දිනකට මද්‍යසාර, දුම්වැටි, බීඩි, බුලත්විටවලට වියදම් කරන මුදලත් සාකච්ඡා කෙරිණි. එයින් දිනකට, සතියකට, මසකට, අවුරුද්දකට යන මුදල ගණනය කිරීමෙන් ඔවුන්ගේ පිටතට යන මුදල ඔවුන්ට දැනෙන්නට විය. එයින් දිනකට ඔවුන් සමග කතා කර දිනකට රුපියල් 150/= ඉතිරි කිරීමට සාකච්ඡා කළෙමු. බුද්ධි කැටය ආරම්භ කර ඉතිරි කිරීම් එයට දමන ලදි. තවද එම පවුල තුළ සතුටු කැලැන්ඩරය, රත්තරන් අප්පච්චි කැලැන්ඩරය, ආදායම් වියදම් පොත සෑදීම ආරම්භ කිරීමෙන් පවුල තුළ වෙනස්කම් ඇතිවීමට ඇරඹුණි.

අභියෝග
පියවරු මුණගැසීමට රාත්‍රී කාලය ගත කිරීමට සිදුවීම. පියවරු හමුවීම්වලට සහභාගී කරගැනීම දුෂ්කරවීම.

ප්‍රතිඵල
වගුරුවෙල ගම්මානයේ ආර්.එම්. ජනක කුමාර මහතා මත්ද්‍රව්‍ය ඉතුරුම් තුළින් අක්කර එකහමාරක් මිලදීගෙන ඇත. වගුරුවෙල අමරකීර්ති මහතා තම දුවගේ උත්සවයට මද්‍යසාර, සිගරට් ගෙන ඒමට වෙන්කර තිබූ 175000/= මුදලකින් ගේ කපරාදු කර වැඩ නිම කරන ලදි. කුරුගම ප්‍රදේශයේ සිසිර කුමාර මහතා තම නිවසේ පැවැත් වූ උත්සවයේ 195000/=ක මුදලක් මත්ද්‍රව්‍ය සඳහා වෙන්කර තිබුණත් එය ඉතිරි කිරීමෙන් ණය නොවී තම ඉඟුරු වගාව කරගෙන යන ලදි.

නිගමනය
මද්‍යසාර, දුම්වැටි සහ වෙනත් මත්ද්‍රව්‍ය වියදම් ඇතුළු අනවශ්‍ය වියදම් සැලසුම් සහගතව ඉතිරිකර ගැනීම තුළින් තමන්ට මෙන්ම පවුලට දියුණුව උදා කරගත හැකිය.

Empowering the community in the village to create an environment free from alcohol, tobacco and other drugs in the Monaragala district.

Author: R.V. Samantha Kumara

Background

This programme was implemented to reduce and stop the use of drugs and cigarettes by the community in Kurugama village of Wellawaya divisional secretariat division of Monaragala district and Mahasenpura, Kukurampola and Waguruvela villages of Buttala divisional secretariat division. Farmers, three-wheeler drivers, bus assistants, shopkeepers, and daily wage labourers were selected as the target group.

Methodology

By identifying the people at the village level and meeting them daily in the evening, having a friendly conversation with them, the amount they earn per day and the amount they spend on alcohol, cigarettes, beedis and betel leaves per day was discussed. By calculating the daily, weekly, monthly and yearly expenses, they could feel their outgoings. We talked to them and discussed saving 150 rupees/= per day. We introduce the intelligence till and put the savings into it. And by starting to make the Happy Calendar, Golden Daddy Calendar, and Income and Expenditure Book in the family, changes started to occur in the families.

Challenges

Having to spend the night to meet the fathers. It was hard to get the attendance of fathers.

Results

Mr.R.M.Janaka Kumara of Waguruwela village has bought one and a half acres using the money he had saved without buying drugs. Mr. Amarakirthi of Waguruwela finished the house with Rs.175,000/= allocated to bring alcohol, beer and cigarettes to his daughter's event. Mr. Sisira Kumara of the Kurugama area had an amount of Rs.195,000/= reserved for drugs in the ceremony held at his house, but by saving it, he continued his ginger cultivation without going into debt.

Conclusion

By planning and saving unnecessary expenses including alcohol, cigarettes and other drug expenses, one, as well as his family, can achieve success.

නොච්චියාගම ප්‍රදේශය හා ඒ අවට දුම්වැටි භාවිතය අවම කිරීම තරුණයින් වෙනුවෙන් තරුණයින් බලාත්මක කිරීම

කර්තෘ :- එස්. සුපුන් සුදර්ශන පැතුම් බණ්ඩාර

පසුබිම

අනුරාධපුර දිස්ත්‍රික්කයේ නොච්චියාගම ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාසයේ ප්‍රධාන වශයෙන් කෘෂිකර්මාන්තය ජීවනෝපාය කරගෙන ඇත. එහි ප්‍රදේශ වන 329 කටුපත් වැව හා 350 හල්මිල්ලෑව පුරා බල ප්‍රදේශය තුළ වෙළඳසැල්වල පාසල් පරිසරය තුළ මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය අධික ලෙස වර්ධනය වී ඇති අතර ඒ නිසාවෙන් ප්‍රදේශයේ දරුවන්ගේ අධ්‍යාපනයට ද විශාල බලපෑමක් එල්ල කරයි. මෙම නගරවල මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය සහ වෙළඳාම අවම කිරීම මෙහි අරමුණ විය.

ක්‍රමවේදය

2022 ජනවාරි මාසයේ සිට අප්‍රේල් මාසය දක්වා නොච්චියාගම නගරයේ වෙළඳසැල් හා හෝටල් 30 සහ 329 - කටුපත්ව තුලාන වෙළඳසැල් 05, 350 - හල්මිල්ලෑව තුලානේ වෙළඳසැල් 04 ග්‍රාම නිලධාරී තුලාන 10 අහඹු නියැදි පරීක්ෂණය කොට දුම්වැටි හා දුම්කොළ නිෂ්පාදන අධික ප්‍රදේශ ලෙස සොයා ගන්නා ලදි. සමාජය විසින් පාසල් ළමුන් සඳහා සිගරට් භාවිතය කිරීමට ආකල්ප නිර්මාණය කරන ලදි. එහිදී පළමුව පාසල් දරුවන්ගේ ආකල්ප වෙනස් කිරීමට හා අලුතින් සිතිමට හුරු කිරීම සිදුවිය. එහිදී පෝස්ටර් අදියර දෙකකින් මේ ප්‍රදේශවල හා අතිරේක පන්ති කරන ස්ථාන 02 ප්‍රදර්ශනය කරන ලදි. සෞන්දර්ය වැඩමුළු මගින් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ පිළිබඳ තරුණයන් දැනුවත් කරන ලදි. වට්ස්ඇප් කණ්ඩායම් මගින් ද දුම්වැටි හා දුම්කොළ නිෂ්පාදන හා ගංජා භාවිතය අහිතකර බලපෑම් පිළිබඳ දැනුවත් කරන ලදි. භාවිතය යොමුවන වැඩි ඉඩකඩ ඇති තරුණියන් තුන්දෙනෙකු පිළිබඳව නිරන්තරයෙන් සොයා බැලීම සිදු කරයි.

අභියෝග

ඇබ්බැහි වූ තරුණ ප්‍රජාව හා වැඩිහිටියන්ගේ හණමිටි අදහස්, 01 අදියර ප්‍රචාරය කිරීමේදී වෙළෙඳසැල් හා හෝටල් ආශ්‍රිතව ප්‍රදර්ශනය කිරීමට ඉඩ නොලැබීම.

ප්‍රතිඵල

ඇබ්බැහි වීමට ඉඩ ඇති තරුණයන් 27 දෙනෙක් ඉන් මුදවා ගැනීම හා මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට ඉඩ හරස් කරමින් ඒ හා තරුණයන් පිරිස් කණ්ඩායම් 03 ක්‍රීඩාවට යොමු කිරීම නගරය තුළ වෙළඳසැල් හා හෝටල් 10 දක්වා මුළුමනින්ම දුම්වැටි නතර කරන ලදි. දුම්වැටි භාවිතය සමාජයේ පිළිලයක් බව තරුණ තරුණියන් අවබෝධ කර ගන්නා ලදි.

නිගමනය

මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය වෙනුවෙන් වෙළඳසැල් හිමියන් සහ තරුණ ප්‍රජාව බලගැන්වීම තුළින් සාර්ථක ප්‍රතිඵල ලබාගත හැක.

Enforcement by the youth for the youth to reduce the use of cigarettes in and around Notchiyagama,

Author - S. Supun Sudarshan Pathum Bandara

Background
In the Nochchiyagama Divisional Secretariat of Anuradhapura District, agriculture is the main source of livelihood. Alcohol and drugs have been rampant in the school environment of the shops in the areas of 329 Katupatwewa and 350 Halmillewa and therefore have a great impact on the education of the children in the area. The aim was to reduce the use and trade of alcohol and drugs in these cities.

Methodology
From January to April 2022, after a random sampling research, 30 shops and hotels in Nochiagama town and 05 stores in 329- Katupatwa domain, 04 stores in 350- Halmillewa domain, 10 Grama Niladhari domains were found to be areas where smoking and tobacco products are high. Society created attitudes for school children to use cigarettes. There, first of all, the attitude of the school children had to be changed and they had to get used to a new way of thinking. Posters were displayed in two stages in these areas and 02 tuition class locations. The youth were educated about drug prevention through aesthetic workshops. WhatsApp groups also raised awareness about the negative effects of smoking and tobacco products and the use of cannabis. Three young women who are most likely to use it are regularly monitored.

Challenges
The traditional opinions of adults and addicted youth community, Not being allowed to display posters near the shops and hotels during the promotion of phase 01.

Results
Freeing 27 young people who might be addicted and preventing them from using drugs and directing the 3 young groups of people to sports, up to 10 shops and hotels in the city became completely smoke-free, young people realized that cigarette use is a parasite to the society.

Conclusion
Successful results can be achieved by empowering shopkeepers and the youth community in alcohol and drug prevention.

பெருந்தோட்ட பகுதிகளில் அதிகாரிகளின் தலையீட்டினால் மதுசார பாவனையினால் ஏற்பட கூடிய பிரச்சினைகளை குறைத்தல்.

எழுத்தாளர் - ஞானப்பிரகாரசம் த்ரிஷா

பின்னணி
பெருந்தோட்ட பகுதிகளில் மதுசார பாவனையினால் பல்வேறு பொருளாதார, சமூக, சுகாதார பிரச்சினைகள் ஏற்பட்டு வருகின்றன. இங்கு வாழும் மக்கள் ஏற்கனவே பல்வேறு பிரச்சினைகளுக்கு முகம் கொடுப்பதால் மதுசார பாவனையினால் ஏற்படும் பிரச்சினையினை குறைக்காவிடின் மக்களின் வாழ்க்கைத்தரம் மிகவும் பாதிப்படையும் மதுசார பாவனையை கட்டுப்படுத்துவதற்காக பல அதிகாரிகளும் அதிகமான செயற்பாடுகளை மேற்கொண்டாலும் மதுசார பாவனையின் அளவை குறைப்பது சவாலாகவே இருந்து வருகின்றது. இதற்கு பிரதான காரணங்களாக முறையான செயற்பாட்டு வழிமுறை, திட்டமிடல்கள், பின்தொடரல் செயற்பாடுகள் இல்லாமையே இதற்கான காரணங்களாகும். சமூகத்தில் மாற்றங்களை ஏற்படுத்துவதற்காகவே இச் செயற்றிட்டம் செய்யப்பட்டது.

நோக்கம்
தெரிவு செய்யப்பட்ட 27 நலன்புரி, சிறுவர் அபிவிருத்தி நிலைய அதிகாரிகளின் மதுசார பாவனை தொடர்பான தொழிநுட்ப அறிவை விருத்திசெய்வதன் மூலம் சமூகத்தில் மாற்றங்களை ஏற்படுத்தல்.

வழிமுறை
தெரிவு செய்யப்பட்ட அதிகாரிகளுக்கு ஆரம்ப பயிற்சி வழங்கப்பட்டது. புலனக்குழு தொழிநுட்பத்தின் மூலம் 110 நாட்கள், பயிற்சிகள் வழங்கப்பட்டது. ஒவ்வொரு நாட்களும் வினாக்கள் கேட்கப்பட்டு அவர்களின் விடைகளுக்கு ஏற்ற கலந்துரையாடல் இடம்பெற்றது. 02 முன்னேற்றக் கலந்துரையாடல்கள் நடத்தப்பட்டது. தெரிவு செய்யப்பட்ட அதிகாரிகளின் தோட்டத்திற்கு சென்று செயற்பாடுகள் தொடர்பான களபயிற்சி மேற்கொள்ளப்பட்டது. இக் குழுவில் இருந்து குறிப்பிட்ட சிலரை தெரிவு செய்து ணுழழஅ தொழிநுட்பத்தினூடாக 04 விஷேட பயிற்சிகள் மேற்கொள்ளப்பட்டன. 15 பின்தொடரல் செயற்பாடுகளை பங்குபற்றுனர்களுடன் தொலைபேசியினூ டாக மேற்கொண்டிருந்தமை குறிப்பிடத்தக்கது.

பெறுபேறுகள்
27 பேரில் 15 பேர் மதுசார பாவனையை குறைக்கும் வழிமுறை தொடர்பாக அறிந்து கொண்டனர். இதன் பிரதிலாபமாக 75 பேர் மதுசார பாவனையை குறைத்தனர். 61 பேர் மதுசாரத்திற்கு வீணாக செலவழியும் பணத்தொகையை சேமித்திருந்தனர். 166 பேர் மதுசாரம் தொடர்பான மூட நம்பிக்கைகள் பற்றி அறிந்து கொண்டனர். 26 குடும்பங்களில் வன்முறைகள் குறைந்துள்ளன. ஒரு குடும்பத்தினர் விஷேட தினங்களில் மதுசார பாவனையை நிறுத்தியுள்ளனர்.

சவால்கள்
செயற்பாடுகள் தொலைபேசியினூடாக செயற்படுத்தப்பட்டமையானது சில தொழிநுட்ப பிரச்சினைகள் சந்திக்க நேரிட்டன. சில அதிகாரிகளிடம் தொழிநுட்ப வசதிகள் இன்மையால் தொடர்ச்சியாக தொடர்பு கொள்ள முடியவில்லை.

முடிவு
செயற்பாடுகள் முடிவடையும் போது, பங்குபற்றுனர்களுக்கு இருக்கக்கூடிய பிரதிலாபத்தை தெளிவுப்படுத்தினால் பங்குப்பற்றுனரின் ஆர்வம் அதிகரிக்கும் தொடர் தேர்ச்சியான செயற்பாடுகளும், கண்காணிப்பு மதிப்பில் இன்றியமையாததாகும்

Reduction of problems caused by alcohol consumption in plantation areas through intervention of estate health team

Author - Gnanprakasam Thrisha

Background

Various economic, social and health problems are caused due to the consumption of alcohol in plantation areas. As the people living here are already facing various problems, if the problem caused by alcohol consumption is not reduced, the standard of living of the people will be greatly affected. Although many authorities have taken more steps to control alcohol consumption, reducing the level of alcohol consumption remains a challenge. The main reasons for this are the lack of proper operational procedures, planning and follow-up activities. This project was done to bring about changes in society.

Objective

To bring about changes in the society by developing the technical knowledge of the selected 27 welfare and child development officers on alcohol use.

Methodology

Selected officers were given initial training. A continuous training for a period of 110 days was provided through Whatsapp. Each day, questions were asked and a discussion was held based on their answers. 02 progress discussions were held. A field training was carried out related to the activities by visiting the estate of the elected officials. 04 special training sessions were carried out through Zoom by selecting certain people from this group. Also, 15 follow-up activities were conducted with the participants over the phone.

Challenges

Some technical issues were encountered as the operations were carried out over the phone. Some officials could not be contacted continuously due to lack of technical facilities.

Results

15 out of 27 people learned about ways to reduce alcohol consumption. As a result of this, 75 people saved the amount of money that was wasted on alcohol. 166 people learned about superstitions related to alcohol. Alcohol-related violence was reduced in 26 families. A family has stopped drinking alcohol on special occasions.

Conclusion

Stakeholder interest can be increased by clarifying the potential benefits to stakeholders upon completion of activities. Monitoring is essential for continuous improvement of interventions.

ර/ඇඹි/කොළඹගෙආර ජාතික පාසල අවට මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාර භාවිත නොකරන ප්‍රදේශයක් බවට පත් කිරීම

කර්තෘ:- එම්. තිළිණි සිසාරා මධුවන්ති, එම්. තේජානි අනුත්තරා, එම්. ඉෂාරා නෙත්මිණි, එස්. ජී. ආර්. සදිත්‍ය දිල්මිණ, එම්. ධනුෂ්ක ලක්ශාන්, ආර්. ඒ. චමල්කි දුලංජනා, ඒ. ජී. දමිත් චතුරංග ඩබ්ලිව්. දිපසිකා මධුෂානි

පසුබිම

රත්නපුර දිස්ත්‍රික්කයේ කොළඹගෙආර ග්‍රාමයේ පිහිටි ර/ඇඹි/කොළඹගෙආර ජාතික පාසල විශාල දරුවන් පිරිසක් ඉගනුම ලබන පාසලක් වන අතර මෙම පාසල පිහිටා ඇත්තේ රත්නපුර ඇඹිලිපිටිය ප්‍රධාන මාර්ගයේ ය. ඒ නිසා මෙම පාසල අසළ බස් නැවතුම්පොළෙහි විශාල සංඛ්‍යාව මිනිසුන් ගැවසෙන අතර යම් අවස්ථාවන්වල මෙම බස්නැවතුම්පොල තුළ දුම්වැටි භාවිත කරන පුද්ගලයන් දකින්නට ලැබුණි. එම නිසා ම පාසල අසළ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය වැළැක්වීමත්, ඒ සඳහා භාවිත කරන ස්ථාන අවම කරගැනීම මෙහි අරමුණ යි. ඒ සඳහා පාසලේ මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ කණ්ඩායම ක්‍රියාත්මක වූයේය.

ක්‍රමවේදය

2021 වර්ෂයේදී මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ කමිටුවක් අප පාසලේ ආරම්භ කරන ලදි. දැනුම පිරිපුන් බොහෝ සිසුන් පිරිසක් අතරින් අප හට එම කණ්ඩායම් සාමාජිකත්වය ලබා ගැනීම සඳහා වාසනාව හිමි විය. එහි ආරම්භය වශයෙන් පාසල අවට වූ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය සඳහා නිරතුරුවම යොදා ගන්නා ස්ථාන තුළ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයේ අහිතකර ප්‍රතිඵල ඇතුලත් ඡායාරූප ආදිය සහිත දැන්වීම් අලවන ලදි. එමෙන්ම පාසල අසළ දුම්වැටි අලෙවි වන වෙළඳසැල් 05ක දුම්වැටි අලෙවිය වැළැක්වීමට දැන්වීම් පත්‍රිකා භාවිතයෙන් වෙළඳසැල් හිමියන් දැනුවත් කරන ලදි.

අභියෝග

වෙළඳසැල් හිමියන්ගේ සෘණාත්මක අදහස් වෙනස් කිරීම, මිනිසුන්ගේ විවේචනයට ලක් වීම.

ප්‍රතිඵල

එසේ පාසලේ මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ වෙනුවෙන් ක්‍රියාත්මක වන සිසුන් පිරිස ඔවුන්ගේ පළමු මැදිහත්වීම සිදුකරමින් පාසල අවට මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන ස්ථාන අවම කිරීමට හැකියාව ලැබුණු අතර පාසැල තුළට විවිධ පුද්ගලයන් හරහා මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාර පැමිණීම ද සම්පූර්ණයෙන්ම නතර විය. පාසල් සිසුන් අතර මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාර අත්හදා බැලීම් ප්‍රමාණය අවම වීම මෙහි තවත් ප්‍රතිඵලයකි. පාසල අවට වෙළඳසැල්වල දුම්වැටි අලෙවිය ද අවම විය.

නිගමනය

පාසල් සිසුන්ට මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සම්බන්ධයෙන් නිවැරදි අවබෝධය ලබා දෙමින් ඔවුන්ව බලගැන්වීමෙන් සහ ඔවුන්ට නව අදහස් ක්‍රියාත්මක කිරීමට අවශ්‍ය පසුබිම ලබාදීම තුළ ඵලදායිව සමාජය තුළ මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය කළ හැක.

Making the vicinity of R/Ambi/Colombageara National School a drug and alcohol-free area.

Authors:- M. Thilini Sisara Madhuwanthi, M. Tejani Anuththara, M. Ishara Nethmini, S.G.R. Sadithya Dilmina, M. Dhanushka Lakshan, R.A. Chamalki Dulanjana, A.G. Damith Chathuranga, W. Dipasika Madhushani

Background

R/Ambi/Colombageara National School located in Colombogeara village in Ratnapura District is a school where a large number of children are studying and this school is located on the main road of Ratnapura-Ambilipitiya. Therefore, a large number of people hang around the bus station near this school and in some cases, people were seen using cigarettes in this bus station. Therefore, the purpose of this is to prevent the use of drugs near the school and to reduce the places where drugs are used. The school's drug prevention team took action for that.

Methodology

In the year 2021, a drug prevention committee was started in our school. We were lucky enough to be part of that group among many knowledgeable students. To begin with, notices with photos containing the negative effects of drug use were pasted in the places around the school that are regularly used for drug use. Also, the store owners were informed to use leaflets to prevent the sale of cigarettes in 05 shops selling cigarettes near the school.

challenges

Changing negative views of store owners, and being criticized by people.

Results

Thus, the group of students working for drug prevention in the school made their first intervention and were able to reduce the places where drugs are used around the school and the entry of drugs and alcohol into the school through various people was also completely stopped. Another result of this is that the number of drug and alcohol experiments among school students is minimal. The sale of cigarettes in the shops around the school was also minimal.

Conclusion

By empowering school students with the right understanding of drug prevention and giving them the background to implement new ideas, drug prevention in society can be effectively done.

උත්සව අවස්ථා සඳහා මද්‍යසාර භාවිතය අවම කිරීමට හා නැවැත්වීමට ආනපල්ලම "එකමුතු" මව් හවුලේ මව්වරුන්ගේ උත්සහය

කර්තෘ - ගෝතමී වික්‍රමගේ

පසුබිම

උත්සව අවස්ථා සිදුකිරීමේ දී මද්‍යසාර භාවිත කිරීම මූලික අරමුණක් බවට පත් කරගෙන එහි ආරම්භයේ සිට අවසානය දක්වාම මද්‍යසාර භාවිත කරමින් උත්සව අවස්ථා මද්‍යසාර සඳහාම වෙන් වූ කාලයක වැල්ලවාය ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාසයෙ ආනපල්ලම ග්‍රාම නිලධාරී වසමේ පහේ කණුව ග්‍රාමයේ මව්වරුන් සමඟ එය වෙනස් කිරීමට අඩිතාලමක් දමන ලදි. මෙය 2022 වසරේ අගෝස්තු මස 6 වන දින ආරම්භ කරන ලදි.

ක්‍රමවේදය

පළමුව වැඩිවියට පත්වීමේ වයසේ ගැහැණු දරුවන් සිටින මව්වරුන් පස් දෙනෙකු සම්බන්ධ කරගනිමින් උත්සව අවස්ථාවල දී මද්‍යසාර භාවිත කිරීම සම්බන්ධව ඔවුන්ගේ අදහස් විමසන ලදී. එවැනි අවස්ථාවල මද්‍යසාර භාවිත කළ යුතු බවට දක්වන හේතු මද්‍යසාර භාවිතය නිසා එම දරුවන්ට සිදුවන හානි ආදී කරුණු පිළිබඳව මව්වරුන් දැනුවත් කරන ලදි. එම මව්වරුන්ට තමන්ගේ දියණියන් ඒ පිළිබඳව දැනුවත් කිරීමට අවශ්‍ය කරුණු පැහැදිලි කර දුන් අතරම එවැනි අවස්ථාවක දරුවන් තුළින් අකමැත්ත ප්‍රකාශ කිරීමට ඔවුන්ව දිරි ගැන්වීම ද සිදු කරන ලදි.

අභියෝග

පවුල තුළ තමන්ට තනිවම තීරණ ගැනීමට නොහැකි වේ යැයි මව්වරුන් කීප දෙනෙකු තුළ ඇති වූ අවිශ්වාස ස්වභාවය ඔවුන් තුළ නැතිකර ධනාත්මක ආකල්ප ඇති කිරීමට වෙහෙසක් දැරීමට සිදුවිය.

ප්‍රතිඵල

අගෝස්තු මස ආරම්භයේ දී මව්වරුන් පස්දෙනකු පමණක් මේ සඳහා සම්බන්ධ වූ අතර සැප්තැම්බර් මස මුල වන විට තවත් තුන්දෙනකු මව් හවුල සඳහා එකතු කරගත හැකිවිය. නොවැම්බර් මස වන විට එම මව්වරුන් අටදෙනා විසින් ඔවුන්ගේ දරුවන්ගේ වයසේ තවත් දරුවන් සිටින මවුවරුන් විසිදෙනකු පමණ මෙය සම්බන්ධයෙන් දැනුවත් කර ඔවුන් ද සහභාගි කරවා ගැනීමට කැමැත්ත ලබා ගෙන ඇත. එමෙන්ම ඔක්තෝබර් මස 19 වන දින " එකමුතු" මව් හවුලේ පළමු සාමාජිකාවගේ දියණියගේ වැඩිවියට පැමිණීමේ උත්සවය පැවැත් වූ අතර ඒ සඳහා මද්‍යසාර භාවිත නොකරන ලදි. මවගේ තීරණය සඳහා පියා ද කැමැත්ත ලබා දුන් අතර එදින උත්සවය සඳහා මද්‍යසාර භාවිත නොකරන ලදි. මද්‍යසාර භාවිත නොකිරීම නිසා ඔවුන්ට රුපියල් ලක්ෂයක පමණ මුදලක් ඉතුරු වූ බව ඔවුන්ගේ අදහසයි. එමෙන්ම කිසිදු හිත් රිදවීමකින් තොරව ලස්සන උත්සවයක් පවත්වා ගැනීමට හැකි වූයේ මද්‍යසාර භාවිත නොකිරීම නිසා බව ඔවුන්ගේ විශ්වාසය විය.

නිගමනය

ක්ෂේත්‍රයේ එක් ගමක මව්වරුන් කීපදෙනෙකු සහභාගි කරවාගෙන ආරම්භ කළ මෙම උත්සාහය නිසා මාස දෙකක් වැනි කෙටි කාලයක දී එක් නිවසක පැවැත්වූ උත්සව අවස්ථාවක් මද්‍යසාරවලින් තොරව සිදුකිරීමට හැකිවිය. එලෙස සිදු කිරීමට හැකි වූ මෙම වෙනස සමාජය තුළ ව්‍යාප්ත කිරීම සිදුකළහොත් උත්සව අවස්ථා සඳහා මද්‍යසාර භාවිතය නැවැත්වීම සිදු කළ හැකි බව ස්ථිරය.

The attempt of the mothers of Anapallama "Ekamuthu" Mother's Union to reduce and stop the use of alcohol on festive occasions.

Author - Gothami Wickramage

Background
A foundation was laid with the mothers of the village of Anapallama Grama Niladhari domain of Wellawaya Divisional Secretariat Division, to change the practice of using alcohol from the beginning to the end of a function and making it the primary objective of the occasion. It was launched on 6th August 2022.

Methodology.
First, five mothers of adolescent girls were contacted and asked about their views on the use of alcohol on festive occasions. The mothers were informed about the reasons for using alcohol in such cases and the harm caused to the children due to the use of alcohol. The mothers were guided in how to educate their daughters about it, and they were also encouraged to express their disapproval through their children in such a situation.

Challenges
It was hard to develop positive attitudes eliminating the mistrust they had of not being able to make decisions on their own in the family.

Results
At the beginning of August, only five mothers joined for this purpose, and by the beginning of September, three more joined it. By November, those eight mothers were able to inform twenty mothers who have children of the same age as theirs about this and obtained their consent to participate. Also, on October 19, the puberty ceremony of the daughter of the first member of the "Ekumuthu" union was held, and no alcohol was used for it. The father also gave his consent to the mother's decision and alcohol was not used for the ceremony that day. They think that they saved about one lakh rupees by not using alcohol. And they believed that it was possible to maintain a beautiful ceremony without any heartache due to the non-use of alcohol.

Conclusion
Because of this effort, which started with the participation of a few mothers in one village in the field, in a short period of two months, it was possible to hold a celebration in one house without alcohol. It is certain that if this change is spread in society, it will be possible to stop the use of alcohol on festive occasions.

மதுசார பாவனையாளரை குறைப்பதற்கு / நிறுத்துவதற்கு தாய்மார்களை வலுப்படுத்தி செயற்பட வைத்தல்

எழுத்தாளர் - சேவியர் ஜெயமேரி

பின்னணி

பாத்போட் தோட்டத்தில் மதுசார பாவனையினால் கர்பிணி தாய்மார்கள், பாலூட்டும் தாய்மார்கள் உள, உடல், பொருளாதார ரீதியாக பெரிதும் பாதிக்கப்படுகின்றனர். மேலும் பெண்கள், தத்தமது பிள்ளைகளை மதுசார பாவனையிலிருந்து பாதுகாப்பதற்கும், உற்பத்தி நிறுவனங்களுக்கு ஏமாறாமல் இருப்பதற்கும் ஒரு சிறந்த அணுகுமுறையை கண்டறிந்து அதனை விரிவுப்படுத்துவதற்காக இச் செயற்றிட்டங்கள் மேற்கொள்ளப்பட்டது.

நோக்கம்

கர்பிணி தாய்மார்கள், பாலூட்டும் தாய்மார்களின் உடல், ஆரோக்கியத்திற்காக கணவன்மார்களின் மதுசார பாவனையை குறைத்தல்.

வழிமுறை

பாத்போட் தோட்டத்தில் தெரிவு செய்யப்பட்ட 15 தாய்மார்களுடன் ஆரம்ப மதிப்பீடொன்று மேற்கொள்ளப்பட்டது. நேரடியாக 02 தடவைகள் குழுக்கலந்துரையாடல்கள் தெரிவு செய்யப்பட்ட குழுவினருடன் மேற்கொள்ளப்பட்டது. கணவர்மாரிடம், மதுசார பாவனையினால் கர்ப்பிணி தாய்மார்கள் எவ்வாறு பாதிக்கப்படுகினறனர். வரவு செலவு கணக்கினை கணக்கிட்டு பார்த்தல், போசாக்கான உணவு வகைக்கான செலவு என்பன அடிப்படை தகவல்களாக கலந்துரையாடப்பட்டது.
கர்ப்பிணி தாய்மாரின் கணவன் மதுசாரம் அருந்தினால் தாயின் மகிழ்ச்சி குறைவடையும் விதம். மகிழ்ச்சி குறைவடைந்தால் ஏற்படும் விளைவுகளை வீட்டுத்தரிப்பின் போது கணவன், மனைவி இருவருக்கும் போதிய விளக்கமளிக்கப்பட்டது. எமது பிரதேசத்திற்கு பொறுப்பான மருத்துவமாது (PHM) உடன் சென்று பின்தொடர் செயற்பாடுகள் செய்யப்பட்டன.

சவால்கள்

தோட்டத்தில் செயற்பாடுகளை மேற்கொள்ளும் போது, கர்ப்பிணித் தாய்மார்கள், பாலூட்டும் தாய்மார்களை கணவருடன் ஒன்று சேர்த்து செயற்றிட்டங்களை மேற்கொள்வது கடினமாக அமைந்தது.

பெறுபேறுகள்

15 தாய்மார்களின் கணவன்மாரில் 7 பேர் குடிப்பதை குறைத்துள்ளனர். மதுசாரத்திற்கு செலவிடும் செலவீனம் 25 வீதமான வீடுகளில் குறைவடைந்தது. கணவன்மார் தாய்மார்களுக்கும் பிள்ளைகளுக்கும் ஆரோக்கியமான உணவினை பெற்று கொடுப்பதால் கர்பிணி தாய்மார்களினதும் பிள்ளைகளினதும் நிறை அதிகரித்துள்ளதாக மருத்துவமாது (PHM) குறிப்பிட்டுள்ளார்.

முடிவுரை

தந்தையர்கள் குழந்தை மீது அதிக அன்பு வைப்பதால் தாய்மாரின் கருத்துக்களை பாவனையாளர்கள் கேட்பதால் குறுகிய காலத்தில் சரியான பிரதிபலிப்புகள் கிடைக்கும்.

Empowering mothers to reduce alcohol abuse.

Author - Savier Jayamery

Background

Pregnant mothers and lactating mothers are affected psychologically, physically and economically due to the consumption of alcohol in Bathford Estate. Also, these programs were done to find and expand a better approach to protect women and their children from alcohol abuse and not to be cheated by the manufacturing companies.

Objective

Reducing alcohol consumption of husbands to ensure good health of pregnant mothers and lactating mothers.

Methodology

An initial assessment was carried out with 15 selected mothers at Bathford Estate. Two direct discussions were conducted with the selected group. How pregnant mothers are affected by alcohol consumption and the cost of nutritious food were discussed with husbands as basic information.

Explanations were done for both husband and wife during the home visit. The factors discussed were the rate of decrease in the mother's happiness if the husband is consuming alcohol, and the consequences of reduced happiness. Follow-up was done with the midwife in charge of our area (PHM).

Challenges

While carrying out activities in the estate, it became difficult for pregnant mothers and lactating mothers to carry out the activities together with their husbands.

Results

7 out of 15 mothers' husbands reduced their drinking. Expenditure on alcohol has decreased in 25 percent of households. Midwife mentioned that the weight of pregnant mothers and children has increased because husbands have provided healthy food for mothers and children.

Conclusion

As fathers have a lot of love for the child, they are willing to listen to the mothers' opinions and provide correct responses in a short time.

උත්සව අවස්ථාවල දී මද්‍යසාර භාවිතය අවම කිරීම සහ නැවැත්වීම සඳහා අක්මීමන, අමල්ගම, සියපත කාන්තා කාර්ය සංවිධානයේ මැදිහත් වීම

කතෘ - ඩබ්.ජී. චමදරී මේනකා

පසුබිම
අමල්ගම වසමේ දෙහිගහහේන යන ප්‍රදේශයේ පිරිමි පාර්ශවය වැඩි වශයෙන් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට හුරු වී ඇති අතර, උත්සව කාලවල දී එම තත්ත්වය බහුලව භාවිත වේ. කාන්තා සමිති සාමාජිකාවන් එක්ව උත්සව අවස්ථාවල දී මද්‍යසාර භාවිතය අවම කිරීම සහ නැවැත්වීම සඳහා මැදිහත් වීම සිදුවිය. 2022 වර්ෂයේ මාර්තු මස සිට මැයි මස දක්වා යෙදුණු උත්සව සඳහා විවිධ ක්‍රම හරහා මැදිහත් වීම් සිදු කෙරිණි.

ක්‍රමවේදය
පළමුව කාන්තා සංවිධානය සඳහා මූලික දැනුම්වත් කිරීම (උත්සවවලට මද්‍යසාර ගෙනාවිට සිදුවන හානි ගැන) වනිතා සංවර්ධන නිලධාරිනිය විසින් සිදු කරන ලදි. අනතුරුව ග්‍රාම නිලධාරිනිය සහ කාන්තා සංවිධානයේ සාමාජිකාවන් විසින් මරණාධාර සමිතිය සහ සිවිල් ආරක්ෂක කමිටුව දැනුවත් කිරීමක් සහ සාකච්ඡාවක් පැවැත්විය. තවද මද්‍යසාරවලින් තොරව උත්සව සැමරූ සාමාජිකාවක් මගින් අත්දැකීම් හුවමාරු කරවීම සමිතිය අවස්ථාවේ සිදුකරන ලදි. තවදුරටත් එක් එක් මාසවලට ආවේනිකව යෙදුණු උත්සව අවස්ථාවල කාන්තා සමිති සාමාජිකාවන් ගොස් දැනුවත් කිරීම කරන ලදි.

අභියෝග
උත්සවයක දී අනිවාර්ය අංගයක් ලෙස මත්ද්‍රව්‍ය අවශ්‍ය යැයි පිළිගත් පිරිසකට මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් තොරව කටයුතු සිදු කිරීමට එකඟ කරවා ගැනීම සහ කාන්තාවන් විසින් එම කටයුත්තට පෙළඹීම ද අභියෝගයක් විය. නමුත් මද්‍යසාරවලින් තොරව උත්සව සැමරූ සාමාජිකාවක් මගින් අත්දැකීම් හුවමාරු කිරීමක් සිදුකිරීමෙන් එම අභියෝගය ජයගැනීමට හැකිවිය.

ප්‍රතිඵල
මාර්තු සිට මැයි දක්වා මද්‍යසාර ලබාදීමට තීරණය කර තිබූ උත්සව 3ක් මද්‍යසාරවලින් නිදහස් කරගැනිමට හැකිවිය.

මාර්තු මස පැවති දානමය කටයුත්තකට සහභාගි වූ වැඩිහිටි පිරිස 150කි. ඉන් 85 දෙනෙක් පුරුෂයින් ය. අප්‍රේල් මස පැවති අවුරුද්ද වෙනුවෙන් ලබා දුන් දිවා භෝජන සංග්‍රහයට සහභාගි වූ වැඩිහිටි පිරිස 25කි. ඉන් 17 දෙනෙක් පුරුෂයින් ය. මැයි මස පැවති වැඩිවියටපත් උත්සවයට සහභාගි වූ වැඩිහිටි පිරිස 130කි. ඉන් 57 දෙනෙක් පුරුෂයින් ය.අරක්කු නොදුන්නා කියා පිරිමින්ගේ සහභාගීත්වය අඩුවක් වී නැත .

උත්සවයට මද්‍යසාර එක්කරගත්තේ නැති නිසා අනවශ්‍ය ප්‍රශ්නඇතිනොවීම, ගැටුම් සිදු නොවූ අතර, සතුට සහ උත්සවයන් සියල්ල සාමකාමීව අවසන් වීම ද සිදු විය.
උත්සවයට මද්‍යසාර එක්කරගත්තේ නැති පවුල්වලට ඉතිරිකරගත හැකි වූ මුදල් ප්‍රමාණය (දානමය උත්සවයෙන් 25,000ක් අවුරුදු භෝජන සංග්‍රහයෙන් 10,000ක් වැඩිවිය පැමිණීමේ උත්සවයෙන් 65,000ක් ලෙස 100,000ක මුදලක්)

නිගමනය
මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට විරුද්ධ සක්‍රීය කාන්තාවන් පිරිසක් සවිබල ගැන්වීම තුළින් සමාජයට යහපත් මෙන්ම දැනෙන වෙනසක් සිදු කළ හැකි බවත්, මෙම ව්‍යාපෘතිය ඉතාමත් යහපත්, වටිනා වැඩසටහනක් බවත් ප්‍රකාශ කළ හැක.

The intervention of Siyapatha" Women's Task Force in Akmeemana, Amalgama to reduce and stop alcohol consumption during festivals

Author - W.G. Chamadari Menaka

Background

In the Dehigahahena area of the Amalgama domain, the male party is mostly used to drug use, and that condition is high during festivals. The members of women's society worked together to intervene to reduce and stop the use of alcohol at festivals. Interventions were made through various methods for the festivals held from March to May 2022.

Methodology

First, the initial awareness for the women's organization (about the harm caused by bringing alcohol to festivals) was done by Women Development Officer. Then the Grama Niladhari Officer and the members of the women's organization held an awareness programme and discussion with the Burial society and the civil defence committee. Also, experience sharing was done by a member who celebrated festivals without alcohol at the time of the organization's meeting. Further, the members of the women's society went and spread awareness on special occasions each month.

Challenges

It was also a challenge to get a group of people who accepted that drugs are necessary as an integral part of a festival to agree to carry out the activities without the use of drugs and to motivate the women to do so. But by exchanging the experience of a member who celebrated the festival without alcohol, it was possible to overcome that problem.

Results

From March to May, 3 festivals that had been decided to provide alcohol were made free from alcohol.

150 adults participated in an almsgiving held in March. 85 of them were men. 25 adults participated in the luncheon given for the year held in April. 17 of them were men. 130 adults participated in the puberty ceremony held in May. 57 of them were men. Men's participation has not decreased because alcohol was not given.

As alcohol was not served at the festival, there were no unnecessary problems, no conflicts, and all the festivities happened peacefully with happiness.
The amount of money saved by the families who did not include alcohol in the ceremony (, Rs.100,000 as.25,000 from the almsgiving, Rs.10,000 from the New Year luncheon, Rs.65,000 from the puberty ceremony)

Conclusion

By empowering a group of active women against drug use, a positive and tangible change can be made in society, and this project can be said to be a very good and valuable programme.

සමාජ මාධ්‍ය හරහා සිදුවන මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය ප්‍රචාරණයන් වැළැක්වීම සඳහා මාසිකව වාර්තාවන් සකස් කරමින් ප්‍රචාරණයන් අවම කිරීමට අදාළ ආයතනවලට බලපෑම් කිරීම

කර්තෘ :- ඒ. ඩී. ඒ. රුචිර මදුෂාන්

පසුබිම

මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාර සමාගම් තරුණ තරුණියන් හසු කරගැනීමට විවිධ උපක්‍රම භාවිත කරමින් සමාජ මාධ්‍ය තුළ මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍යවල ආකර්ෂණය වැඩි කරමින් විවිධ ප්‍රචාරණ සිදුකරමින් පවතින අතර කෙසේ හෝ සමාජ මාධ්‍ය පරිශීලකයන් හට ඔවුන්ගේ නිෂ්පාදනය ළඟා කිරීම ඔවුන්ගේ අරමුණයි. මෙසේ ප්‍රචාරණ කටයුතු කිරීමෙන් දුම්කොළ හා මද්‍යසාර පිළිබඳ ජාතික අධිකාරියේ 2006 අංක 27 දරන පනත උල්ලංඝනය වන අතර එය දඬුවම් ලැබිය හැකි වරදකි. එම නිසාම එසේ ප්‍රචාරණ කටයුතු කොපමණ ප්‍රමාණයක් සිදුවනවාද යන්න සොයා බලා මාසික වාර්තාවක් අදාළ ආයතන වෙත යොමු කරන අතර එයින් සමාජ මාධ්‍ය හරහා මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය ප්‍රචාරණය කිරීම අවම කිරීම මෙහි අරමුණයි.

ක්‍රමවේදය

සමාජ මාධ්‍ය හරහා මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය නිෂ්පාදන ඍජුව හෝ වක්‍රාකාරව ප්‍රචාරණය කිරීම දුම්කොළ හා මද්‍යසාර පිළිබඳ ජාතික අධිකාරියේ 2006 අංක 27 දරන පනතේ 35.1 වගන්තිය උල්ලංඝනය වන නිසා මෙම උල්ලංඝනය වීම් පරික්ෂා කිරීමට facebook, Instagram, youtube, whatsapp යන සමාජ මාධ්‍ය තෝරාගත් අතර මේ සියල්ල පරික්ෂා කිරීමට සෑම දිනකම උදෑසන 7.00 සිට 9.00 දක්වාත් සවස 7.00 සිට 9.00 දක්වාත් කාලය තුළ මෙම වාර්තාවට තොරතුරු ලබාගන්නා ලදි. ඉන්පසු මාසිකව තෝරාගත් තොරතුරු එක් වාර්තාවකට සකස් කර දුම්කොළ හා මද්‍යසාර පිළිබඳ ජාතික අධිකාරිය වෙත යැවීමට කටයුතු කරන ලදි. මෙය 2021 වසරේ ජනවාරි සිට ආරම්භ කළ සමීක්ෂණයකි. ජනවාරි මාසයේ උල්ලංඝනය වීම් 100ක්, පෙබරවාරි 145ක් ලෙසත්, මාර්තු 114ක් ලෙසත් වාර්තා විය. එය එම වාර්තාවන්ගෙන් කිහිපයකි.

අභියෝග

රට තුළ ඇති වූ ආර්ථිකමය ගැටළු සහ අර්බුදකාරී තත්වය, විදුලි බිඳ වැටීම්, මේ පිළිබඳ වාර්තා සකස් කර යොමු කළ ද ඊට එරෙහිව නීතිය ක්‍රියාත්මක නොවීම.

ප්‍රතිඵල

මෙම වාර්තාවන් මාසිකව යොමු කිරීම නිසාවෙන් මේ සම්බන්ධයෙන් පාර්ලිමේන්තුව තුළ ද සාකච්ඡා කිරීම සහ ඒ වෙනුවෙන් අවශ්‍ය නීතිය බලාත්මක කිරීමට අදාළ නිලධාරීන්හට උපදෙස් දීමට කටයුතු කිරීම මෙහි එක් ප්‍රතිඵලයකි. තවද මෙම උල්ලංඝනය වීම් සොයා බැලීමට නිර්මාණය කර තිබූ NATA violation app නැවත ක්‍රියාත්මක කිරීම සහ එය බලාත්මක කිරීම ද මෙහි තවත් ප්‍රතිඵලයකි.

නිගමනය

නීති විරෝධිව මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය පිළිබඳ සමාජ මාධ්‍ය හරහා සිදුවන ඍජු සහ වක්‍ර ප්‍රචාරණයන් නව තාක්ෂණය යොදා ගනිමින් පරික්ෂා කර එය අවම කිරීමට සහ ඒ වෙනුවෙන් ඇති නීති බලාත්මක කිරීමට හැකියාව පවතින අතර ඒ සඳහා ද නව තාක්ෂණය යොදා ගැනීමට හැකියාව ඇත.

Preparing monthly reports and lobbying related agencies to prevent and reduce alcohol and drug advertisements through social media

Author - A.D.A. Ruchira Madhushan

Background

Drug and alcohol companies are using different tactics to attract the youth and are using various campaigns to increase the appeal of alcohol and drugs in social media and somehow they aim to take their product to social media users. Such advertising violates the National Authority on Tobacco and Alcohol Act No. 27 of 2006 and is a punishable offence. That's why a monthly report is sent to the relevant agencies to find out how much advertising is done and the aim is to reduce the advertising of alcohol and drugs through social media.

Methodology

Directly or indirectly advertising alcohol and drug products through social media is a violation of Section 35.1 of Act No. 27 of 2006 of the National Authority on Tobacco and Alcohol, so social media such as Facebook, Instagram, YouTube, and WhatsApp, were checked for such violations. The information for this report was obtained between 7.00 am to 9.00 am and 7.00 pm to 9.00 pm every day. After that, monthly selected information was prepared into one report and sent to the National Authority on Tobacco and Alcohol. This is a survey started in January 2021. 100 violations in January, 145 violations in February and 114 violations in March were recorded and these are only a few of the records.

Challenges

The economic problems and crisis in the country, power outages, and non-implementation of law against violations stated in the reports which were prepared and forwarded.

Results

As these reports were sent monthly, discussions were taken about this in the Parliament and the relevant officials were instructed to enforce the necessary laws. Another result of this was the re-implementation and enforcement of the NATA violation app, which was designed to track these violations.

Conclusion

New technology can be used to investigate and reduce the direct and indirect illegal advertising of alcohol and drugs through social media and also to enforce laws.

මද්‍යසාරවලට මුදල් වියදම් නොකර අවුරුදු සැමරීමට ගොන්නොරුව ගමේ ළමා සමාජවල ළමයින්ගේ උත්සහය

කර්තෘ :- කේ. එම්. සමන්මලී

පසුබිම
ගොන්නොරුව ගම දකුණු පළාතේ හම්බන්තොට දිස්ත්‍රික්කයට අයත් වේ. මෙම ගම්මානවල මද්‍යසාර භාවිතයට විශාල මුදල් ප්‍රමාණයක් වියදම් කරයි. ගැටුම් ද ඇතිවේ. ගොවිතැන් කරන පිරිස වැඩි ප්‍රමාණයක් ඇත. ගොන්නොරුව ජනශක්ති බැංකුවට අයත් ළමා සමාජ දෙකක් මෙම ක්‍රියාකාරකම සිදු කරන ලදී

ක්‍රමවේදය
පෙබරවාරි මාසයේ සිට සැලසුම් කරන ලදි. ඒ සඳහා වැලිපොකුණ ගම හා හැඩිල්ල ළමා සමාජ 2ක් තෝරා ගන්නා ලදි. ADIC ආයතනයෙන් ලබා දුන් දැනුම උපයෝගී කරගනිමින් ළමයින්ගේ දැනුම, අවබෝධය දියුණු කරන ලදි. උදා: "අරක්කු බිව්වම මුහුණට. ඇඟට වෙන දේ, සල්ලි වියදම් වන හැටි, මද්‍යසාර බීලා කරන්නේ බොරුවක්" බව අවබෝධ කර දෙන ලදි. පසුව ළමයි විසින් අත් පත්‍රිකාවක් සකස් කරන ලදි. "නැන්දේ, මාමේ මෙවර සිංහල අලුත් අවුරුද්දට මද්‍යසාර ගේන්නේ නැතුව සමරමු" යන්න සඳහන් කරන ලදි. 2022.09.01 දින ළමුන් 50ක් එකතු කරගනිමින් අත්පත්‍රිකා බෙදා දෙන ලදි. අත්පත්‍රිකාව ලබා දෙන විට මද්‍යසාරවලට වියදම් කරන මුදල්වලින් ළමයින්ට අවශ්‍ය දේ ලබාදෙන ලෙස ළමයි පවසන ලදි. තවද අවුරුදු උත්සවය පැවැත්වෙන ස්ථානවල පෝස්ටර් ප්‍රදර්ශනය කරන ලදි. "මෙම ස්ථානයට අරක්කු සිගරට් බීලා එන්න එපා" ලෙස ප්‍රදර්ශනය කරන ලදි. සිගරට් බොන අයට ඉතිරි කිරීම සඳහා කැට ලබා දෙන ලදි.

අභියෝග
කොවිඩ් ගැටළුව නිසා ළමයින් එකතු කර ගැනීමට අපහසුවීම. ළමයින්ට මෙම කාර්ය සිදු කිරීමට හැකිද යන්න දෙමව්පියන් පැවසීම.

ප්‍රතිඵල
නිවෙස් 100ක් සඳහා අත්පත්‍රිකා දෙන ලදි. ගමේ 60% ක ප්‍රමාණයක් අවුරුද්දට මද්‍යසාර නොගෙනා බව. වෙනත් අවුරුදුවලට වඩා මේ අවුරුද්ද ඉතා සාමකාමීව පැවැත්වීම. ළමයි සතුටින් සිටීම. රණ්ඩු කිසිවක් සිදු නොවීම. අවුරුදු උත්සව තිබෙන ස්ථානවල මද්‍යසාර සිගරට් භාවිතකර කිසිම කෙනෙක් නොපැමිණීම. මේ වන විට කැට 5ක රු.4233ක මුදලක් ඉතිරි කර ඇත.

නිගමනය
ළමයින් සදහා නිවැරදි දැනුම ලබාදී සරල ක්‍රමවේද හඳුන්වාදීමෙන් ප්‍රජාවේ ගැටළු පහසුවෙන් විසඳාගැනීමට දරුවන්ට හැකි බව තේරුම් ගතහැකි විය.

The attempt of the children of children's clubs in Gonnoruwa village to celebrate New Year without spending money on alcohol

Author : K.M Samanmali

Background

Gonnoruwa village belongs to the Hambantota district of the southern province. A lot of money is spent on alcohol consumption in these villages. Conflicts also occur. Most of the villagers are farmers. Two children's clubs belonging to Gonnoruwa Janashakthi Bank carried out this activity.

Methodology

This was planned since February. For that, 2 children's clubs in Welipokunagama and Hedilla were selected. The knowledge and understanding of the children were improved by utilizing the knowledge provided by ADIC. For example: "What happens to the face and body when drinking alcohol, how money is spent, and what is done after drinking alcohol is a lie." The children then prepared a brochure. "Aunty, Uncle, let's celebrate the Sinhala New Year this time without bringing alcohol." On 01.09.2022 distributed handouts gathering 50 children. While distributing handouts, the children requested the receivers to use the money spent on alcohol to fulfil the requirements of the children. Posters with messages such as "Do not come to this place with alcohol and cigarettes" were also displayed at the places where the New Year celebrations were held. Smokers were given tills to save money.

Challenges

Difficulty in gathering children due to the Covid problem. Parents were in doubt as to whether the children could perform these tasks.

Results

Handouts were given to 100 households. 60% of the village did not bring alcohol for theNew Year. This year was more peaceful than other years. Children being happy. No fighting. Nobody visited the New Year celebrations after using alcohol and cigarettes. So far an amount of Rs.4233 has been saved in 5 tills.

Conclusion

It was understood that by providing the right knowledge to the children and introducing simple methods, the children can easily solve the problems of the community.

மனிதன் மனிதனாக வாழ மதுசார பாவனையின் பிரச்சினையை வழிப்புணர்வு செய்தல்.

எழுத்தாளர்கள் - பரமேஸ்வரன் பரிக்ஷன், J.A.M. டில்ஷி அந்தோனி

பின்னணி

இன்ஜஸ்றி தோட்டம் பீரட் டிவிஷனில் இளைஞர்கள் மதுசார பாவனையாளர்ளின் பாவனை அளவு அதிகமாகவே காணப்பட்டது. விஷேட தினங்களின் போது எமது தோட்டத்தில் அதிகளவான மதுசார பாவனையினால் வன்முறைகள், அமைதியின்மை போன்ற பல்வேறு பிரச்சினைகள் ஏற்பட்டது. அதனால் தெரிவு செய்யப்பட்ட தொண்டர்களை கொண்டு மதுசார பாவனையினால் விஷேட தினங்களில் ஏற்படும் பிரச்சினைகளை குறைப்பதற்கு செயற்றிட்டம் மேற்கொள்ளப்பட்டது.

நோக்கம்

விஷேட தினங்களில் மதுசார பாவனையினால் ஏற்படும் பிரச்சினைகளை குறைத்தல்.

வழிமுறை

பீரட் டிவிஷனில் தெரிவு செய்யப்பட்ட தொண்டர்களுடன் தீபாவளி தினத்தன்று அனைத்து வீடுகளுக்கும் சென்று மதுசார பாவனையால் ஏற்படும் பிரச்சினைகள் உள்ளடக்கிய துண்டுபிரசுரத்தினை கையளித்தோம். பின்னர் தொண்டர்கள் இணைந்து மதுசாரத்தினால் ஏற்பட்டுள்ள மூடநம்பிக்கையினையும் பிரச்சினையையும் பிரதிபலித்து காட்டும் வண்ணமாக குறுந்திரைப்படம் ஒன்று காட்சிப்படுத்தப்பட்டது. வீட்டுத்தரிப்பு, களத்தரிப்புகள் மற்றும் கலந்துரையாடல்கள் ஆகியன இளைஞர்களுடனும், பாவனையாளர்களுடனும் மேற்கொள்ளப்பட்டது.

சவால்கள்

விஷேட தினத்தன்று தொண்டர்களை இணைத்து செயற்பாடுகளை, செய்வதற்கும் இளைஞர்கள் மத்தியில் ஆர்வத்தை அதிகரித்தல் போன்றவற்றில் சவால்களை சந்தித்தோம்.

பெறுபேறுகள்

தெரிவு செய்யப்பட்ட 15 தொண்டர்கள் ஒவ்வொருவரும் நெருங்கிய நண்பர்களுக்கு மதுசார பாவனையால் ஏற்படும் பிரச்சினை தொடர்பாக கலந்துரையாடியிருந்தனர். பின்னர் அவர்களின் அனுபவங்களை எம்முடன் பகிர்ந்து கொண்டனர்.

எமது டிவிஷன் மக்களின் கருத்துப்படி, விஷேட தினத்தன்று துண்டுபிரசுரங்கள் வழங்கியமையால் அன்றை தினம் மதுசார பாவனை 35 வீதமாக குறைவடைந்திருந்தது.

முடிவுரை

முறையான தலைமைத்துவம், பயிற்சிகள், ஆக்கபூர்வமான செயற்பாடுகள், கலந்துரையாடல்கள் மூலம் குறிப்பிட்ட விடயங்களை அமுல்படுத்தும் போது முறையான பெறுபேறுகளை அடைந்துக் கொள்ள முடியும்.

Awareness of the problem of alcohol consumption for human survival.

Authors - Parameswaran Parikshan, J.A.M. Dilshi Anthony

Background

In the Injasri Estate, Bret division, there was a high alcohol consumption level among youth. Due to excessive consumption of alcohol in our estate during special days, various problems like violence and unrest occurred. So a program was developed to reduce the problems caused by alcohol consumption on special days with selected volunteers.

Objective

Minimizing problems caused by alcohol consumption on special occasions.

Methodology

On Diwali day, we went to all the houses along with the volunteers and handed over a pamphlet to everyone about the problems caused by alcohol consumption. Later, the volunteers made a short film depicting the superstitions and problems caused by alcohol and showed it to the youth. Interviews, field visits and discussions were conducted with youth and consumers.

Challenges

On special days, we faced challenges in mobilizing volunteers for activities and increasing interest among the youth.

Results

Each of the 15 selected volunteers discussed the problem of alcohol consumption with close friends. Then they shared their experiences with us.

Due to the distribution of leaflets on the special day, the consumption of alcohol on that day decreased by 35 percent.

Conclusion

Proper leadership, training, constructive activities, and discussions can achieve proper results when specific interventions are implemented.

ජයවික්‍රමපුර ළමා සමාජයේ දරුවන් වැඩිහිටියන්ගේ මත්ද්‍රව්‍ය හා දුම්වැටි භාවිතය අවම කිරීමට පෙළගැසීම

කර්තෘ :- එච්.ජී.ඩී. හෂන්ති / කේ.කේ. ස්වර්ණකාන්ති

පසුබිම

වර්තමානය වන විට මත්ද්‍රව්‍ය හා දුම්වැටි භාවිතයට දරුවන් ආකර්ෂණය කර ගැනීමට එකී සමාගම් උත්සහ දරමින් සිටී ඒ සඳහා කලින් කලට අලුතින් ක්‍රමවේදයන් අනුගමනය කරමින් සිටින අතර ඒ සෑම දෙයක්ම දරුවන් ඉලක්ක කර ගනිමින් සිදු වන බව පෙනී යයි. එවැනි පසුබිමක දී ADIC ආයතනයේ සහයෝගය ඇතිව වැලිපිටිය ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාසයේ ජයවික්‍රමපුර ග්‍රාම නිලධාරී වසමේ රන්තරු ළමා සමාජ දරුවන් ඒකරාශී කොට ගෙන මත්ද්‍රව්‍ය හා දුම්වැටි භාවිතයට එරෙහිව කටුයතු කිරීමට 2022 වසරේ උත්සහ ගන්නා ලදි.

ක්‍රමවේදය

පළමුව රන්තරු ළමා සමාජයේ දරුවන් 22ක් රැස්කර ගන්නා ලදි. එහි දී එම දරුවන්ට වැටහෙන පරිදි මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයේ හානිය පිළිබඳ දැනුවත්වීම් සිදු කරන ලදි. එහිදී දරුවන් ද යම්තාක් දුරකට ඒ සම්බන්ධයෙන් දැනුවත් බවක් ඇති බව ද හඳුනාගන්නා ලදි. එවැනි භාවිතයක් සහිත පුද්ගලයන් සිතට නඟාගනිමින් චිත්‍ර ඇඳීමට අවස්ථාව ලබා දී ඒ සම්බන්ධ අදහස් හුවමාරු කර ගන්නා ලදි. ඊට අමතරව පෝසටර් නිර්මාණය කර මෙහි ඇති කුඩා කඩ දෙපස ඒවා ප්‍රදර්ශනය කරන ලදි. එමෙන්ම කැටවලට මුදල් එකතු කිරීමේ ක්‍රමය සහ සතුටු කැලැන්ඩරය මඟින් නිවසේ සතුට මැනීමට හැකි ආකාරය පිළිබඳවත් දරුවන් දැනුවත් කරන ලදි.

අභියෝග

දරුවන් තම පියාට, වැඩිහිටියන් එරෙහිව මෙම ක්‍රියාකාරකම් සිදු කිරීම නිසා ඊට යොමු වීමට මැළිකමක් මුලදී දරුවන් තුළ පැවතුණි. එසේම පිරිමි පුද්ගලයන් හමුවීමේ දුෂ්කරතාවයක් ද පැවතුණි.

ප්‍රතිඵල

මුල් අවස්ථාවේ දරුවන් මෙම ක්‍රියාකාරකම්වලට සම්බන්ධ වීම මන්දගාමී වුවද දිගින් දිගටම සිදු කරන ලද හමුවීම් හා දැනුවත් කිරීම් හමුවේ දරුවන්ගේ උද්යෝගය වැඩිවුණි. එහිදි දරුවන් 8දෙනෙකු සතුටු මුහුණු කැලැන්ඩරය ක්‍රියාත්මක කිරීම නිසා පියවරුන් 5 දෙනෙක් මත්පැන් භාවිතය අවම කර තිබුණු අතර එම පවුල්වල අඬදබරවලට යොමු වීම ද අඩු වී ඇත. බොහෝ පියවරුන් තම නිවසට මද්‍යසාර රැගෙනවිත්, යහළුවන් ඒකරාශී කරගනිමින් දරුවන් ඉදිරියේ ඒවා භාවිත කිරීම අවම කර තිබුණි. එසේම සැමියාගේ බීමත්කමට එරෙහිව කතා කිරීමට බිරිඳට ලැජ්ජාව හා බිය පැවතුණ ද, දරුවන් හරහා ඊට සුදුසු පසුබිමක් ඇති කිරීම මඟින් කාන්තාව ද ඊට එරෙහිව ප්‍රතිචාර දැක්වීමට ද යොමු වී තිබුණි. කැටයට මුදල් එකතු කිරීම දරුවන් 12 දෙනෙකු විසින් සිදු කරන ලදි.

නිගමනය

මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය වෙනුවෙන් දරුවන් සඳහා පහසු නිවැරදි ක්‍රම කියාදී මගපෙන්වීමක් කළහොත් තම නිවසේ හෝ ප්‍රජාවේ ඇතිවන ගැටළු පහසුවෙන් එලදායී ලෙස විසඳාගත හැකි බව පැහැදිලිය.

Mobilization of children of Jayawickramapura Children's Club to reduce the use of drugs and cigarettes by adults.

Authors: H.G.D. Hashanthi, K.K. Swarnakanthi

Background
Currently, those companies are trying to attract children to use drugs and cigarettes. For that, new methods are being adopted from time to time and it appears that everything is aimed at children. In such a background, with the support of ADIC, an attempt was made in 2022 to gather the children of Rantharu Children's Society in Jayawickramapura Grama Niladhari domain of Welipitiya Divisional Secretariat and fight against the use of drugs and smoking.

Methodology
First, 22 children from Rantharu Children's Club were gathered. There, the children were made aware of the harm of drug use. It was also recognized that the children were aware of it to some extent. Children were given the opportunity to draw pictures by thinking of people who use cigarettes or alcohol and exchanging ideas about it. In addition, posters were created and displayed on the sides of the small shops here. The children were also educated about the method of collecting money in the tills and how to measure the happiness of the house through the happy calendar.

Challenges
As the children carried out these activities against their fathers and adults, there was a reluctance in the children to resort to it at first. There was also difficulty in meeting men.

Results
Although the children were slow to join these activities at the beginning, their enthusiasm increased due to the continuous meetings and awareness. There, as 8 children implemented the happy face calendar, 5 fathers have reduced the use of alcohol and the family conflicts have also decreased. Many fathers have reduced bringing alcohol into their homes, gathering friends and using it in front of their children. Although the wife was shy and afraid to speak out against her husband's drunkenness, she also found a way to respond to it by creating a suitable background through her children. Saving money in a till was done by 12 children.

Conclusion
It is clear that if children are taught easy and correct methods for drug prevention, they can easily and effectively solve problems in their homes or community.

මද්‍යසාර, දුම්වැටි භාවිතය අඩුකිරීමට හා නවතාලීමට හක්මන කොහුලියද්ද ශ්‍රී සරණංකර දහම් පාසලේ දරුවන් කළ මෙහෙවර

කර්තෘ :- ඒ.වී. විමලාවතී

පසුබිම
දුම්වැටි හා මද්‍යසාර සමාගම් නොයෙකුත් උපක්‍රම යොදමින් දරුවන් රවටාගෙන මෙයට යොමුකර ගැනීමට ප්‍රයත්න දරන මෙවන් යුගයක ADIC ආයතනය මගින් කළ දැනුවත් කිරීම්වලින් පසුව මා හක්මන කොහුලියද්ද ශ්‍රී සරණංකර දහම් පාසලේ දරුවන් සමඟ 2022 වර්ෂයේ මාර්තු මස සිට 2022 සැප්තැම්බර් දක්වා මද්‍යසාර හා දුම්වැටි නිවාරණ වෙනුවෙන් කටයුතු කරන ලදි.

ක්‍රමවේදය
දහම් පාසලේ 8 - 9 ශ්‍රේණිවල දරුවන් 20 දෙනෙක් පමණ මේ සදහා සහභාගී කරගත් අතර දරුවන් හසුකර ගන්නා උපක්‍රම පිළිබඳව දැනුම අවබෝධය ලබාදීමෙන් පසු තම ගෙදර හා අවට සමාජයට එය දියත් කිරීමට දරුවන්ට අවස්ථාව ලබා දුනිමි. ප්‍රජාව තුළ පෝස්ටර් ඇලවීම් සිදුකළ අතර කැට ක්‍රමය මගින් මුදල් ඉතිරි කිරීම ද, බිත්තියේ වැකි ලියා ප්‍රදර්ශනය කිරීම ද, කතිකත්වය ඇති දරුවන් මගින් දෙමාපිය රැස්වීම්වල දී දැනුවත් කිරීමට ඉඩ සලස්වමින් මෙය ක්‍රියාත්මක කිරීමට හැකිවිය.

අභියෝග
කොවිඩ් ප්‍රශ්නය නිසා මුල්කාලයේ දහම් පාසල් නිවාඩුව බලපෑ අතර එහිදී වට්ස්ඇප් සමූහයක් සකස්කර ක්‍රියාත්මක වූ අතර සමහර මව්වරු මේ වැඩසටහනට අකමැති වූයේ දරුවන් මේ සඳහා ක්‍රියාත්මක වෙද්දී මද්‍යසාර අලෙවි කරන්නන්ගෙන් කරදර ඇති වියහැකි බව පවසමිනි. මව්වරු දැනුවත් කිරීමෙන් පසු එය නිරාකරණය කරගත හැකි විය.

ප්‍රතිඵල
මෙම වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක වූයේ 8 - 9 ශ්‍රේණිවල දරුවන් 24 දෙනෙකු සමග වුවත් පසුව 10 ශ්‍රේණියේ දරුවන් 08දෙනෙක් ද මේ සඳහා යොමුකර ගැනීමට හැකිවිය. එම ශ්‍රේණිවල දරුවන් සමාගම්වල උපක්‍රම පිළිබඳ හොඳ දැනුමක් ලබා ඇති බවත් කිවහැක. මෙමගින් දෙමාපියන්ට මේ පිළිබඳව පහදාදිය හැකි දරුවන් 20ක් පමණ සිටින අතර කැටවලට මුදල් එකතුකරන දරුවන් 22ක් පමණ සිටී. ගෙදර වැකි ලියා ප්‍රදර්ශනය කිරීමෙන් පසු පියවරු 08 දෙනෙක් නිවසේ දී දුම්වැටි භාවිතයෙන් බැහැර වී ඇති බවත් දුම්වැටි භාවිතය අවම කර ඇති බවත් දැනගන්නට ලැබිණි.

භාවිතය අවම කරගත් පියවරුන්ගෙන් ලබාගත් මුදල් කැටවල තැන්පත් කළ අතර එක් කැටයක රු. 2000/- රු. 2500/- ක පමණ මුදල් ඉතිරි කළ බවත්, සියලුදෙනාගේම කැටවල රු. 50000/- මුදලක් තිබූ බවත් දැක ගැනීමට හැකිවිය. ගමේ එක් කඩයකින් දරුවන්ට දුම්වැටි අලෙවි කිරීම නවතා ඇති බවත් දැකගත හැකිවිය. මෙම වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කිරීමෙන් පසු පවුල්වල දරුවන් සතුටින් සිටින බවත් ඉතිරි කරගත් මුදල් අධ්‍යාපනික කටයුතු සඳහා යොදා ගන්නා බවත් පෙනී යයි.

නිගමනය
දරුවන්ගේ මෙම ක්‍රියාකාරකම් තුළින් කළ වෙනස දිගින් දිගටම සිදු කිරීමෙන් දහම් පාසල් මගින් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයට කටයුතු කළ හැකි බව සනාථ වී ඇත.

The mission of the children of Hakmana Kohuliyedda Sri Sarankara Dhamma School to reduce and stop the use of alcohol and cigarettes

Author: A.V. Wimalawathi

Background

In this age where tobacco and alcohol companies are trying to deceive children by using various tactics, after the awareness made by ADIC institute, I worked with the children of Hakmana Kohuliyedda Sri Sarankara Dhamma School from March 2022 to September 2022 for the prevention of alcohol and tobacco.

Methodology

About 20 children of the 8th - 9th grades of the Dhamma School participated in this and after imparting knowledge and understanding about the tricks that trap the children, I gave the children the opportunity to launch it in their home and surrounding society. Posters were put up in the community and saving money through the till system, displaying phrases on the walls, and allowing children with eloquence to raise awareness in parent-teacher meetings made it possible to implement this.

Challenges

Due to the covid problem, Sunday school holidays were affected at the beginning. Therefore, a WhatsApp group was set up and operated. Some mothers did not like this programme, saying that there might be trouble from the sellers of alcohol when their children were engaged in this. It was resolved by educating the mothers.

Results

This programme was implemented with 24 children in grades 8-9, but later 08 children in grade 10 were also able to be referred for this purpose. It can be said that the children of those grades have acquired good knowledge about the tactics of companies. As a result, there are about 20 children who can explain this to their parents and about 22 children who collect money in the tills. It was learned that 08 fathers have stopped using cigarettes at home and have reduced the use of cigarettes after seeing the messages displayed by the children at home. The money received from the fathers who reduced the use was deposited in tills and a till contained about Rs. 2000/- to Rs. 2500/-, and altogether everyone has saved Rs.50,000/-. It was also observed that one shop in the village has stopped selling cigarettes to children. After implementing this programme, it is seen that the children of the families are happy and the saved money is used for educational purposes.

Conclusion

It has been confirmed that by continuing to produce the difference made through these activities of children, Dhamma schools can prevent drug addiction.

පාසල අවට හා තම පවුල්වල මද්‍යසාර හා දුම්වැටි භාවිතය අවම කිරීමට හා නැවැත්වීමට මිහිඳු දරුවෝ පෙළ ගැසෙති

කර්තෘ :- ජී.එච්.ඒ. වික්‍රමසිංහ

පසුබිම

පාසල් දරුවන් දුම්වැටි, මද්‍යසාර ඇතුළු අනෙකුත් මත්ද්‍රව්‍යවලට දරුවන් යොමුකරවා ගැනීමට විවිධ ක්‍රමවේද ක්‍රියාත්මක වන අතර ම සමාජය විසින් ද ළමුන්ට වැරදි ආකල්පයන් ගොඩනැංවීමට සමාජයක දරුවන් ඒ කෙරෙහි දක්වන දැඩි රුචිකත්වය හා නැඹුරුව නිසාම ADIC ආයතනයේ මගපෙන්වීම මත මාර /තල්පාවිල මිහිඳු ආදර්ශ විද්‍යාලයේ දරුවන් බලගන්වමින් ඊට එරෙහිව කටයුතු ආරම්භ කරන ලදි. මෙම වැඩසටහන 2022 වර්ෂයේ මැයි මස සිට අගෝස්තු දක්වා ක්‍රියාත්මක කරන ලදි.

ක්‍රමවේදය

මුලින්ම හතරවන ශ්‍රේණියේ දරුවන් 36 දෙනෙකුගෙන් සමන්විත එක පන්තියක් තෝරා ඔවුන් ක්‍රියාකාරකම් පාදකව දැනුම්වත් කළ අතර ලබා ගත් දැනුම, කුසලතා, ආකල්ප දරුවන් මගින් දෙමාපියන් අතරට ගෙන යාමට සැලැස්වීම, දරුවන් තුළින් ප්‍රතිචාර දැක්වීමට හුරු කිරීම තවද පාසල් මාධ්‍ය ඒකකය මගින් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය පිළිබඳ විශේෂාංගයක් ප්‍රචාරය කිරීම, පෝස්ටර් නිර්මාණය කර පාසල් ප්‍රජාවේ ප්‍රදර්ශනය කිරීම සතුටු කැලැන්ඩරයට හා කැට ක්‍රමයට දරුවන් යොමු කිරීම සිදු කරන ලදි.

අභියෝග

"මේවා කරලා කොහොමද අපේ දරුවෝ ශිෂ්‍යත්වය සමත් වන්නේ?" දෙමාපියන්ගේ ආකල්පය විය. විභාග ඉලක්කගත අධ්‍යාපන ක්‍රමයක් තිබීම ම අභියෝගයක් විය. එසේම දරුවන් කණ්ඩායම් දෙකකට පාසලට කැඳවීම විටින්විට පාසල් නිවාඩු ලබා දීම මුහුණදුන් අභියෝග විය.

ප්‍රතිඵල

මුලින් දරුවන් 36 දෙනෙකු සම්බන්ධ කරගෙන වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කළ අතර අගෝස්තු මාසය වන විට අනෙකුත් සමාන්තර පන්ති පහේම දරුවන් 180ක් සම්බන්ධ කර වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කළ හැකි විය. එහිදී දරුවන්ගේ සක්‍රිය දායකත්වය මත පාසල ඉදිරිපිට ඇති බස් නැවතුම්පළේ දුම්බීම සම්පූර්ණයෙන්ම නතර කිරීමට හැකි වූ අතර පාසල අසළ ඇති ක්‍රීඩා පිටියට හවසට රැස්වන තරුණ පිරිස එහි මද්‍යසාර පානය ද සම්පූර්ණ නතර කර ඇත. දුම්වැටි හා මද්‍යසාර භාවිත කරන පියවරු 10 දෙනෙකුගෙන් පියවරු 8 දෙනෙක් ම මද්‍යසාර භාවිතය අවම කර ඇති අතර පියවරු දෙදෙනෙක් භාවිතය සම්පුරණයෙන් නතර කර ඇති බවත් දරුවෝ පවසති. ඉන් 8 දෙනෙක් කැටවලට මුදල් එකතු කරති. (මද්‍යසාර භාවිතය අවම කළ පියවරුන්ගේ දරුවන් 8 දෙනා රු 20000 /= ක මුදලක් කැට වල එකතු කර තිබේ.)

නිගමනය

ප්‍රාථමික පාසලක දරුවෝ එක්ව කළ මෙම වෙනස දිවයිනේ සියලු ප්‍රාථමික පාසල් තුළ ක්‍රියාත්මක කළහොත් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් ඇතිවන ගැටළු අවම කරගත හැකි බව පැහැදිලිය.

Mihindu children rally to reduce and stop alcohol and cigarette use around school and in their families

Author :- G.H.A. Wickramasinghe

Background

Various methods are being used to get children to take drugs such as cigarettes, alcohol and other drugs and society also develops wrong attitudes in children. Because of the strong interest and tendency shown by the children in society towards alcohol and drugs, on the guidance of the ADIC Institute, the Mara / Talpawila Mihindu Model School has started activities against it by empowering the children. This programme was implemented from May to August 2022.

Methodology

First, a class consisting of 36 children in the fourth grade was selected and they were educated based on activities. The knowledge, skills, and attitudes gained by the children were made to be transferred to the parents, and the children were accustomed to responding. Furthermore, the school media unit publicized a feature on drug prevention, created posters and displayed them in the school community. The till system and the happy calendar were introduced to the children.

Challenges

"How can our children pass the scholarship doing these things? ” was the attitude of the parents. Having an exam-oriented education system was a challenge. Also, calling children to school in two groups and giving school holidays from time to time were challenges.

Results

Initially, 36 children were involved in the programme and by August, 180 children from the other five parallel classes were involved and the programme. There, due to the active contribution of the children, it was possible to completely stop smoking at the bus stop in front of the school, and the young people who gather in the evening at the playground near the school have also completely stopped drinking alcohol there. Children say that out of 10 fathers who use cigarettes and alcohol, 8 fathers have reduced the use of alcohol and 2 fathers have stopped using it completely. 8 of them add money to the tills. (The 8 children of the fathers who reduced the use of alcohol have collected an amount of Rs. 20,000/= in tills.)

Conclusion

It is clear that if this change made by the children of a primary school is implemented in all the primary schools on the island, the problems caused by the use of drugs can be reduced.

சாராயம், சிகரட் ஏனைய போதைப்பொருள் சார்ந்த மூடநம்பிக்கைகளை களைத்து உண்மையை தெளிவடைய செய்வோம்.

எழுத்தாளர் - ராமன் உஷாநந்தினி

பின்னணி

போடேஸ் பிரதேசத்தில் சாராயம், சிகரட் பாவனையாளர்கள் மற்றும் இளைஞர்கள், பெண்கள் மத்தியில் மதுசாரம் மற்றும் சிகரட் பாவனை தொடர்பாக கவர்ச்சிகரமான எண்ணங்கள் காணப்பட்டன. மேலும் குறிப்பிட்ட பிரதேசத்தில் பாவனையாளர்கள் மதுசாரம், சிகரட் தொடர்பாக பல மூடநம்பிக்கைகளை தன்னகத்தே கொண்டிருந்ததுடன் இவர்களின் பாவனையால் பிள்ளைகளின் கல்விக்கு பாரிய அச்சுறுத்தலாகவும் காணப்பட்டது.

நோக்கம்

மதுசாரம், சிகரட் பாவனையாளர்கள், இளைஞர்கள் மத்தியில் மதுசாரம் சார்ந்த மூட நம்பிக்கைகளை குறைத்தல்.

வழிமுறை

எமது தோட்டத்தில் 3 பிரிவிலும் 2706 பேர் வசிக்கின்றனர். அதில் ஒரு பிரிவை தெரிவு செய்து 20 குடும்பங்களுக்கு இச் செயற்றிட்டங்கள் மேற்கொள்ளப்பட்டது. அவர்களுடனான ஆரம்ப மதிப்பீடு மேற்கொள்ளப்பட்டு மதுசார பாவனை தொடர்பாகவும், மதுசாரம் தொடர்பாக காணப்படுகின்ற எண்ணங்கள் ஆராயப்பட்டது. குறிப்பிட்ட குடும்பங்களுடன் வாரத்திற்கு மூன்று தடவை கலந்துரையாடல்கள் நடாத்தப்பட்டது. இக் கலந்துரையாடல்களின் மூலம் மதுசார பாவனைக்கு சமூகத்தில் காணப்படும் மூடநம்பிக்கைகள் மற்றும் அதன் உண்மைத் தன்மை ஆகியன ஆழமாகக் கலந்துரையாடப்பட்டன. பின்னர் முன்னேற்ற கலந்துரையாடல்கள் மேற்கொள்ளப்பட்டு, இறுதி மதிப்பீடு செய்யப்பட்டது. தனித்தனியே தெரிவு செய்யப்பட்ட குடும்பத்தினரின் வாயிலாக பாவனையாளரினை பின் தொடரல் செயற்பாடடினால் அவதானிக்கப்பட்டது.

சவால்கள்

ஆரம்பத்தில் பாவனையாளர்கள் சாராயம், சிகரட் சார்ந்த மூட நம்பிக்கைகளை ஏற்றக் கொள்ளாது. தர்க்கம் புரிந்தனர் குழுக் கலந்துரையாடலின் போது குறிப்பிட்ட நேரத்திற்கு ஒன்றிணைக்க கடினமாக இருந்தது.

பெறுபேறுகள்

ஆரம்ப மதிப்பீட்டில் 10 வீதமானோர்களுக்கு மாத்திரமே மதுசார பாவனையில் மூடநம்பிக்கைகள் தொடர்பான அறிவு காணப்பட்டது. இறுதி மதிப்பீட்டின் போது 93 வீதமானோர்களுக்கு அறிவு ரீதியான மாற்றங்கள் ஏற்பட்டிருந்தன. முறையான கலந்துரையாடலினால் எனக்கும் அக்குடும்பத்தாருக்கும் சுமூகமான உறவு ஏற்பட்டதோடு மதுசாரம், சிகரட் பாவனையாளர்கள் 20 பேரில் 10 பேர் குறைந்துள்ளனர்.

முடிவுரை

குடும்ப அங்கத்தவர்களையும் ஒரு வளவாளராக இணைத்துக் கொள்ளும் பட்சத்தில் மிக விரைவாக பாவனையாளர்கள் மத்தியில் மாற்றங்களை ஏற்படுத்த முடியும்.

Let's clear the truth about alcohol, tobacco and other drug related norms

Author - Raman Ushanandini

Background

Alcohol and cigarette use in the Bodes region were found to be high among youth and women were facing many issues due to alcohol use in their families. Also, users in certain areas had many superstitions regarding alcohol and cigarettes and their use was seen as a huge threat to children's education.

Objective

Reducing alcohol-related superstitions among alcoholics, cigarette users, and youth.

Methodology

2706 people live in all 3 sections of our estate. A section was selected and these activities were carried out for 20 families.. An initial assessment was carried out with them and their thoughts regarding alcohol consumption were examined. Discussions were held three times a week with selected families. Through these discussions, the superstitions in the society regarding the consumption of alcohol were identified and its reality was discussed in depth. Then progress discussions were carried out and final evaluation was done. Activities of the users in individual households were monitored throughout the period.

Challenges

Some of the selected people refused to accept the truth behind the superstitions related to alcohol and cigarettes. It was difficult to get together at times, to hold a discussion.

Results

At the initial assessment, only 10 percent had cognitive changes related to superstitions with alcohol use. Due to proper discussion, my family and I have a good relationship and alcohol and cigarette users have reduced by 10 out of 20.

Conclusion

If family members are included as a resource, changes can be made among users very quickly.

සිගරට් භාවිතය අවම කිරීම සහ නැවැත්වීම සඳහා වඳුරඹ, තිරිවානකැටිය ළමා සමාජය සහ කාන්තා සමිති දෙකක් ගත් උත්සහය

කර්තෘ :- නාමල් ගමගේ ගීතානි

පසුබිම

ගාල්ල දිස්ත්‍රික්කයේ වඳුරඹ ප්‍රදේශයේ තිරිවානකැටිය ග්‍රාමයේ පවුල් 350ක් පමණ ජීවත් වේ. දුප්පත්කම, ආර්ථික අපහසුතා ආදි දුෂ්කරතා හේතුවෙන් ප්‍රදේශයේ පිරිමි පාර්ශවයේ බොහෝ දෙනෙක් දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිතයට හුරු වී සිටියි. මේ නිසාම කාන්තාවන් හා දරුවන් වැඩි පිරිසක් ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයට, විවිධ අපයෝජනයන්ට ලක් වී ඇත. මෙම හේතු නිසා කාන්තාවන් හා ළමුන් එකතුව 2022 වසරේ ගම තුළ මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ ක්‍රියාකාරකම් සිදුකරන ලදි.

ක්‍රමවේදය

ළමා සමාජයේ ළමුන් 10ක් සමඟ පළමුව මෙම ක්‍රියාවලියට සම්බන්ධ විය. අනතුරුව කාන්තා සමිති දෙකකට මා සහභාගි වීම නිසා අප ලබා ගත් දැනුම ඔවුන්ට ලබා දීමෙන් ඔවුන්ගේ සහයෝගය ද මේ සඳහා ලබා ගන්නා ලදී. මෙම කාන්තා සමිති දෙක තුළ සාමාජිකාවන් 130කට වැඩි පිරිසක් සිටින අතර ඔවුන්ට දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිත කිරීම හේතුවෙන් ඇතිවන හානි පිළිබඳ දැනුවත් කිරීමත් දුම්වැටි, මද්‍යසාර සඳහා වැය වන මුදල තමාට ඉතිරි කිරීමට හැකි බව පවසමින් කාන්තාවන් දහතුන් දෙනෙකුට කැට ලබාදුන් අතර මාස දෙකකට වරක් සමිතිය තුළ දුම්වැටි, මද්‍යසාර පිළිබඳ ප්‍රශ්න අසා හතර දෙනකුට තෑගි ලබාදීමට කටයුතු කරන ලදි. සතුටු කැලැන්ඩරය සකස් කරන ආකාරය ආරම්භයේ ඔවුන්ට නොතේරුණු බවත්, පසුව කියා දෙන විට පසුව තේරුම්ගන්නා ලදි.

අභියෝග

"විකුණනවා නම් අපි පාවිච්චි කරාම මොකද?", "කාටවත් කරදරයක් නොවන ලෙස බිව්වම කමක් නෑ නේද?", ලෙස ප්‍රකාශ කරමින් සමහරුන් මේ ක්‍රියාවලිය හෙළා දැකීම. විශේෂ වරප්‍රසාද බලාපොරොත්තුවෙන් මා මෙවැනි වැඩසටහන්වල නිරත වනවා යැයි ගමේ අය සිතීම අභියෝග වීය.

ප්‍රතිඵල

දුම්වැටි භාවිතය අඩුකළ පුද්ගල සංඛ්‍යාව 10කි. "දුම්වැටි මද්‍යසාර භාවිතය නිසා මූණ කැතවෙනවා, ලස්සන නැතිවෙනවා" වැනි ආසන්න හානි ගැන ප්‍රකාශ කරන ළමුන් ගණන 25/40කි. සමාගම් උපක්‍රම පිළිබඳ ව හඳුනාගත හැකි ළමුන් ගණන 22/40කි. කැටවලට මුදල් ඉතිරිකරන ළමුන් ගණන 23කි. ඉතුරුම් ප්‍රමාණය රුපියල් 16,350කි. මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය වෙනුවෙන් ක්‍රියාකාරී ළමුන් ගණන 23ක් වන අතර ක්‍රියාකාරී කාන්තාවන් සංඛ්‍යාව 28කි. වෙළඳසැල් 6ක දුම්වැටි ප්‍රචාරක දැන්වීම් ඉවත්කිරීමට හැකිවිය. ප්‍රසිද්ධියේ දුම්වැටි භාවිතය අඩුවී ඇත.

නිගමනය

ළමුන් හා කාන්තාවන් එකතුවීමෙන් නිවැරදි ලෙසට මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ ක්‍රියාකාරකම් සිදුකළහොත් වඩාත් හොඳ ප්‍රතිඵල ලබාගත හැකිවනු ඇත.

Efforts made by the Wanduramba, Thiriwanaketiya children's society and two women's societies to reduce and stop cigarette use

Author: Namal Gamage Geethani

Background
About 350 families live in Thiriwanaketiya village in the Wanduramba area of the Galle district. Due to poverty, economic difficulties etc., many of the men in the area are addicted to smoking and alcohol. Because of this, more women and children have been subjected to domestic violence and various cases of abuse. For these reasons, women and children together conducted drug prevention activities in the village in 2022.

Methodology
First, 10 children from the Children's Club got involved in this process. Later, I participated in two women's societies and gained their support by giving them the knowledge we gained. There are more than 130 members in these two women's societies and they were informed about the harm caused by the use of cigarettes and alcohol and given tills to thirteen women saying that they can save the money spent on cigarettes and alcohol. Questions were asked and gifts were given to four people. In the beginning, they did not understand how to prepare the Happy Calendar, but later understood when they were taught.

Challenges
Some people condemned this process saying, "If we sell it, why not use it?" It was challenging as the people of the village thought that I was engaged in such programmes hoping for special privileges.

Results
The number of people who reduced the use of cigarettes is 10. 25/40 of the children declare the imminent damages such as "faces become ugly, lose beauty due to the use of cigarettes and alcohol". 22/40 children can identify company strategies. The number of children saving money in tills is 23. The amount of savings is 16,350 rupees. 23 children and 28 women are actively engaged in drug prevention. It was possible to remove smoking advertisements in 6 stores. Smoking in public has decreased.

Conclusion
Better results can be obtained if both children and women engage in drug prevention activities correctly.

දුම්වැටි සහ මද්‍යසාරවලින් ගම නිදහස් කරගැනීමට රන් සමනල ළමා සමාජය ගත් උත්සාහය

කර්තෘ :- පි.ජී.ඒ. රම්‍යා

පසුබිම

දික්වැල්ල ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාශයේ දොඩම්පහල මධ්‍යම ග්‍රාම නිලධාරී වසමේ උඩවෙළ ගම්මානයේ ධීවර කටයුතු ජීවනෝපාය කරගත් ගම්මානයකි. එදිනෙදා කුලී වැඩ සහ ප්‍රධාන වශයෙන් ධීවර කටයුතුවල නිරත වන පුද්ගලයන් වැඩි ප්‍රමාණයක් මද්‍යසාර භාවිතය හා දුම්පානය ට ඇබ්බැහිවූවෝ වෙති. කොතරම් ආදායමක් ලබා ගත්තද ඔවුන්ගේ ජීවන තත්වය පහළ මට්ටමක තිබීමට මෙම මද්‍යසාර හා දුම්පානය හේතු වී ඇති බව එම පවුල්වල දරුවන්ගේ ගැටළුවලින් මූලිකව අනාවරණය වුණි.

ක්‍රමවේදය

ඉහත ගැටලුවලට විසඳුම් ලබා ගැනීමට මෙම ගම්මානයේ රන් සමනල ළමා සමාජයේ දරුවන් සමග එක්කව ක්‍රියාකරන ලදි. දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිතය නිසා සිදුවන හානි පිළිබඳව දරුවන් සමග මූලිකව සාකච්ඡා කරන ලදි. "සිගරට් බිව්වම මුහුණ කැත වෙනවා, අරක්කු බොන අය එන්න එන්නම කැතවෙනවා, කොච්චර නෑවත් සිගරට් ගඳ යන්නේ නෑ" වැනි සම්බන්ධ පෝස්ටර් දරුවන් විසින් නිර්මාණය කර, ගම තුළ ප්‍රදර්ශනය කරන ලදි. ඒ තුළින් ගමේ ප්‍රජාව දැන්වත් වූ නිසා ගමේ සිටින මව්වරුන් තුළ ද මේ පිළිබඳව උනන්දුවක් ද ඇති විය. මද්‍යසාර භාවිතය, දුම්පානය වැළැක්වීමේ අරමුණ ළමයින් තුළ උනන්දු කරවමින් ප්‍රදේශයේ කාන්තාවන්ගේ සහය මේ සඳහා ලැබුණි. මේ හැරුණුවිට ළමා සමාජ දරුවන් ඔවුන්ගේ ළමා සමාජ ක්‍රියාකාරකම් අතරට දැනුම මිනුම තරගයක් පවත්වන ලද අතර එම තරගයේ ප්‍රශ්නාවලියට වැඩිපුරම යොදාගෙන තිබුණේ මෙම මද්‍යසාර හා දුම්පානය නිසා වන හානිය පිළිබඳව සහ සමාගම්වලින් සිදුකරන උපක්‍රම පිළිබඳ ප්‍රශ්නයි. මේ හැරුණුවිට මෙම ප්‍රදේශය ධීවර වරායන් ආශ්‍රිතව පවතින නිසා දරුවන් ගමේ පමණක් නොව වරායේ ඇති බෝට්ටුවල පවා පෝස්ටර් ප්‍රදර්ශනය කිරීමට පෙළඹෙන ලදි. එම ක්‍රමවලින් නොනවතින ලද දරුවන් එම වරායන් ආශ්‍රිතව පවතින වෙළඳසැල්වලින් සිගරට් අලෙවි කිරීම නවතන ලෙස දරුවන් වශයෙන් ඉල්ලීමක් කරන ලදි.

අභියෝග

ප්‍රදර්ශනය කරනු ලබන පෝස්ටර් ඉරා දැමීම, ළමා සමාජ ක්‍රියාකාරකම්වලට දරුවන් එකතු වන නිවෙසට පැමිණ දොස් කීම, ළමා සමාජ අනුශාසිකාවට බැණ වැදීම, තම නිවෙස්වල දරුවන්ට ළමා සමාජයට නොයන ලෙස තර්ජනය කිරීම මුලින් තිබුණ ද, ළමුන්ගේ ක්‍රියාත්මක වීම අඛණ්ඩව සිදුවීම මත එම ගැටළු නැති විය.

ප්‍රතිඵල

වෙළඳසැල් 02ක සිගරට් අලෙවිය නතර වීම, පෝස්ටර් ඉරා දැමීම නතර වී ඇත. ළමා සමාජ දරුවන් 05කගේ නිවෙස්වල අඬදබර නතර වී සාමකාමී පරිසරයක් ඇතිවීම හේතුවෙන් දරුවන්ගේ අධ්‍යාපන කටයුතු ක්‍රමවත්ව පවත්වා ගැනීමට හැකිවීම. එම නිවාස 05ක පියවරුන් මත්ද්‍රව්‍යවලට වැය කරන ලද මුදල් ඉතිරි කිරීම. එම මුදල්වල වටිනාකම මසකට රු.33000/= පමණ වේ.

නිගමනය

දරුවන් කණ්ඩායමක් සමග එක්ව දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිතය නිසා ඇති වී තිබුණ ගැටළු යම් තරමකට අවම කර ගැනීමට දරුවන්ට හැකි වී තිබීම සතුටට කරුණක් බව කිව හැකිය.

The attempt of Ran Samanala Children's Society to free the village from smoking and alcohol

Author: P.G.A. Ramya

Background

Udawela village of Dodampahala Central Grama Niladhari Domain of Dikwella Divisional Secretariat Division is a village whose livelihood is fishing. Most of the people who are engaged in daily wage work and mainly fishing are addicted to alcohol and smoking. The problems of the children of those families primarily revealed that alcoholism and smoking have caused their living conditions to be at a low level regardless of how much income they get.

Methodology

To find solutions to the above problems, we worked together with the children of the Ran Samanala Children's Club of this village. The harm caused by the use of cigarettes and alcohol was initially discussed with the children. Posters carrying the messages such as "Cigarettes make faces ugly, people who drink alcohol get uglier and cigarettes smell doesn't go, no matter how much they bathe" were created by the children and displayed in the village. As a result of this, the village community became more informed, and the mothers in the village also became interested in this matter. The women of the area supported this by encouraging the children to prevent the use of alcohol and smoking. Apart from this, the children's club conducted a quiz competition among their children's club activities and the quizzes of the competition mostly used questions about the harm caused by alcohol and smoking and the tactics of companies. Apart from this, children were encouraged to display posters not only in the village but also on the boats in the harbour as this area is near the fishing ports. Not stopping by those methods, they also requested the shops around those ports to stop selling cigarettes.

Challenges

Tearing the displayed posters, coming to the children's club activities and blaming them, scolding the children's club patron and threatening the children in their homes not to go to the children's club were the challenges. However, those problems disappeared due to the continuation of the children's activities.

Results

have stopped selling cigarettes and the tearing of posters has also stopped. Being able to maintain the education activities of children in an orderly manner due to the creation of a peaceful environment in the homes of 05 children of Children's Club. Saving the money spent on drugs by the fathers of those 05 houses. The value of that money is about Rs.33,000/= per month.

Conclusion

It is commendable to see that the children have been able to reduce the problems caused by the use of cigarettes and alcohol together with a group of children.

කාන්තා සංවිධානයක් සාමුහිකවගත් ප්‍රතිපත්තිමය තීරණයක් නිසාවෙන් සාමාජිකයන්ගේ නිවෙස් දුම්වැටි සහ මද්‍යසාරවලින් නිදහස් විය

කර්තෘ :- සරත් කේ. ගමගේ, යසස් බිම්සර කොඩිතුවක්කු, ජේ.කේ. සචිත් අනුශ්ක

පසුබිම

බද්දේගම බොරළුකඩ ග්‍රාම නිලධාරි වසමේ ගෙවතු වගාව කරන කාන්තාවන් 20 දෙනෙකු එකතු වී මිහිකත ගොවි කාන්තා ව්‍යවසායක සංසදය නමින් සංවිධානයක් සාදා ගනු ලැබීය. සාමාන්‍ය ආදායම් තත්ත්වයක සිටින කාන්තාවන් පිරිසක් මෙලෙස ගෙවතු වගා වැඩසටහනක් පටන්ගනු ලැබීය. ස්වාධීන සංවිධානයක් ලෙසට පවත්වා ගෙන යනු ලබන සාමාජිකයන්ගේ පවුල්වල සුබසාධනය වෙනුවෙන් ද කටයුතු කරනු ලබයි.

ක්‍රමවේදය

සමිති රැස්වීමේ දී දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිතයේ ඇත්ත පැහැදිලි කර දීම සමාගම්වල උපායන් පෙන්වා දීම කාන්තාවන් දුම්වැටි මද්‍යසාරවලට ස්වභාවයෙන්ම විරුද්ධත්වය දැක්වුව ද භාවිත කරන ස්වාමි පුරුෂයන් එකවර පිළිගැනීමට සුදානම් නොවීම. විශේෂයෙන් උත්සව අවස්ථාවල නිවසට පැමිණෙන මිතුරන් ඥාතීන් අතර මද්‍යසාර බලාපොරොත්තුවෙන්ම එන සමීපතමයන් සිටීම වඩා ගැටළුවක් විය. රටේ පැවති වාතාවරණය ද වරෙක යහපත්ව බලපෑවේය.

ප්‍රතිඵලය

සිංහල අලුත් අවුරුද්දට මෙන්ම මංගල - අවමංගල උත්සව අවස්ථාවක් සිදු විය. එහි දී වුවත් දුම්වැටි මද්‍යසාර නිවසට රැගෙන නොඒමටත් කිසිවෙකුටත් ලබා නොදීමටත් ප්‍රතිපත්තිමය තීරණයක් ගැනීම. එය අවබෝධයෙන් ක්‍රියාවට නැගීමට සාමාජිකාවන් එකඟවීම. ඉන් පසු කිසිදු අවස්ථාවක සාමාජිකාවන්ගේ නිවෙස්වලට දුම්වැටි මද්‍යසාර රැගෙන නොඒමට සාමාජිකාවන් වගබලා ගැනීම. මෙම තීරණයෙන් පසු සිංහල අවුරුද්දට පවුල් 17ක ම මද්‍යසාර රැගෙන නොඒම මෙන්ම ජූලි මාසයේ එක් සාමාජිකාවකගේ නිවසෙහි අවමංගල්‍යය අවස්ථාවක් පැවැති අතර අවසන් කටයුතු පවුලේ සුසාන භූමියේ සිදු වුවත් ඒ අවස්ථාවට ද දුම්වැටි හෝ මද්‍යසාර ගෙනැවිත් නැත. මේ නිසාවෙන් වෙනත් අවුරුදුවල මෙන් ගැටුම් ඇති වී නැත. ඉන්පසුව කීඹිය සුමංගල දහම් පාසල බද්දෙගම මහගොඩ කන්ද සුචරිතෝදය දහම් පාසල ගුරුවරුන් අතර මේ වගේ ප්‍රතිපත්තියක් සාදා ගැනීමට බලාපොරොත්තු වේ. ඊට අමතරව ගැමි කාන්තා පෙරමුණෙහි ග්‍රාමීය සංවිධානවලට හඳුන්වා දීමට එහි අධ්‍යක්ෂ මණ්ඩලය යෝජනා කර ඇත. ඒ අනුව දැනට ඔවුන්ගේ බෝපෙ පෝද්දල සහ අක්මීමණ සමිති දැනුවත් කර ඇති අතර මේ මාසයේ රැස්වීමේ දී ඒ පිළිබඳ ප්‍රතිපත්තියක් සාදා ගැනීමට බලාපොරොත්තු වෙයි. ශ්‍රී ලංකා කැනඩා ජාත්‍යන්තර මිත්‍රත්ව සංවිධානය ගාල්ල දිස්ත්‍රික්කය තුළ ක්‍රියාත්මක කරන කුඩා තේ ඉඩම් හිමියන්ගේ කමිටු 100ක් සඳහා මෙවන් ප්‍රතිපත්තියක් හඳුන්වාදීමට සහය ඉල්ලා තිබේ.

නිගමනය

ප්‍රජා සංවිධානයක් තුළ ඇතිකර ගන්නා සාමුහික තීරණ මගින් එය ක්‍රියාත්මක කිරීම තුලින් විශාල ප්‍රමාණයකට බලපෑමක් සිදුකළ හැකි බව.

A collective policy decision by a women's organization makes the members' homes smoke-free and alcohol-free.

Authors : Sarath K. Gamage, Yasas Bimsara Kodituwakku, J.K. Sachith Anushka

Background

20 women engaged in home gardening in Boralukada Grama Niladhari domain, Baddegama, got together and formed an organization called 'Mihikatha Farmer Women Entrepreneurs' Association'. A group of women with average income started a home gardening programme like this. It is maintained as an independent organization and works for the welfare of the families of the members.

Methodology

Explaining the truth of smoking and alcohol use in the union meeting, pointing out the strategies of the companies.

Challenges

Women are naturally opposed to smoking and alcohol, but their husbands who use alcohol were not ready to accept the truth immediately. It was more of a problem to have friends and relatives who visit the houses, especially on festive occasions expecting alcohol. The atmosphere in the country also affected the programme.

Result

Sinhalese New Year celebrations, weddings and funerals took place in the village. In such instances, a policy decision was made not to bring cigarettes and alcohol to the house and not to give them to anyone. The members agreed to take action with understanding. After that, the members made sure not to bring cigarettes or alcohol to the members' homes. After this decision, 17 families did not bring alcohol during the Sinhala New Year. There was a funeral at one member's house in July, and although the last rites took place in the family cemetery, nobody brought cigarettes or alcohol to the event. Because of this, there have been no conflicts like in other years. After that Keembiya Sumangala Dhamma School and Baddegama Mahagoda Kanda Sucharithodaya Dhamma School hope to make such a policy among the teachers. In addition, its board of directors has proposed to introduce the village women's front to rural organizations. Accordingly, their Poddala in Bope and Akmeemana Societies have been informed and a policy is expected to be made in this month's meeting. The Sri Lanka-Canada International Friendship Organization has requested support for the introduction of such a policy for 100 small tea landowners' committees operating in the Galle district.

Conclusion

Collective decisions made in a community organization and their implementation can have a great deal of impact.

சாராயத்தினூடாக ஏற்பட்டுள்ள மூடநம்பிக்கையினை பலமிழக்கச் செய்தல்.

எழுத்தாளர் - மெய்யப்பன் மோகனாம்பால்

பின்னணி
சாராயம், சிகரட் ஏனைய போதைப் பொருட்களை உற்பத்தி நிறுவனங்கள் தமது உற்பத்தியினை அதிகரிக்கும் முகமாக கவர்ச்சிகரமான விளம்பரங்கள், திரைப்படங்கள், ஏனைய சமூக ஊடகங்களினூடாக விளம்பரப்படுத்துவதால் சிறுவர்கள், இளைஞர்கள், பாவனையாளர்களிடையே ஈர்ப்பும் தூண்டலும் அதிகரிக்கின்றது. மேலும் மதுசாரம், சிகரட் தொடர்பான மூடநம்பிக்கைகளும் அதிகளவு மக்கள் மத்தியில் காணப்படுகிளது

நோக்கம்
சாராயம், சிகரட் சார்ந்த மூட நம்பிக்கைகளை இளைஞர்கள், பாவனையாளர்களிடம் குறைத்தல்.

வழிமுறை
15 பாவனையாளர்கள் இச்செற்பாட்டிற்காக தெரிவு செய்யப்பட்டனர். அவர்களுடனான ஆரம்ப மதிப்பீடு மேற்கொள்ளப்பட்டது. மதுசார பாவனை தொடர்பாகவும், மதுசாரம் தொடர்பாக அவர்களிடம் காணப்படும் மூடநம்பிக்கை, எண்ணங்கள் ஆகியன ஆராயப்பட்டது. தெரிவு செய்யப்பட்ட ஆய்வுப் படிவத்தினால் மேலதிக தகவல்கள் திரட்டப்பட்டது. தெரிவு செய்யப்பட்ட பாவனையாளர்களுடனும் தொண்டர்களுடனும் மதுசார பாவனையினால் சமூகத்தில் காணப்படும் மூடநம்பிக்கைகள் மற்றும் அதன் உண்மைத் தன்மை ஆகியன ஆழமாகக் கலந்துரையாடப்பட்டன. பாவனையாளரின் பிள்ளைகளின் ஊடாக சிறுவர் தினத்தன்று மூடநம்பிக்கைகள் தொடர்பான வாசகங்கள், சுவரொட்டிகள், கையேடுகள் தயாரித்து வழங்கியதன் ஊடாக தந்தையர்களிடம் அது தொடர்பான தகவல் கிடைக்கப்பெற்றமை. குடும்பத்தாருடன் முன்னேற்ற கலந்துரையாடல்கள் மேற்கொள்ளப்பட்டது. ஒவ்வொரு வாரமும் பின்தொடரல் செயற்பாடுகள் மேற்கொள்ளப்பட்டது.

சவால்கள்
ஆரம்ப கட்ட கலந்தரையாடலை மெற்கொள்ளும் போது தொண்டர்களின் ஆர்வம் குறைந்தளவு காணப்பட்டது. பாவனையாளர்களை ஒரு குழுவாக இணைத்து ஒரே நேரத்தில் செயற்றிட்டங்களை செய்வது கடினமாக இருந்தது.

பெறுபேறுகள்
15பேரில் 13 பேர் மூடநம்பிக்கை தொடர்பான தெளிவனை பெற்றுக் கொண்டனர். சிறுவர்களின் ஊடாக செயற்றிட்டங்களை மேற்கொண்டமையினால் சாராய பாவனையினை 4 பேர் குறைத்துள்ளனர்.

முடிவுரை
அதிக நேரம் செலவழித்து தொண்டர்களுடன் செயற்பாடுகளை மேற்கொள்ளக்கூடாது. சரியான பின்தொடரலை மேற்கொண்டால் பயன்தகு மாற்றங்களை பாவனையாளர்கள் மத்தியில் ஏற்படுத்த முஎயும்.

Let's defeat the alcohol related norms

Author : Meiyappan Mohanadass

Background

Alcohol, cigarettes and other drug manufacturing companies increase their production by promoting their products through attractive advertisements, films, and other social media, which increases the attraction of children, youth, and users towards their products. Superstitions related to alcohol and cigarettes such as drinking alcohol can relieve anxiety, bring happiness, and relieve physical pain have been seen as a challenge by the youth and consumers.

Objective

Reducing alcohol and cigarette related superstitions among young users

Methodology

15 users were selected for this intervention. An initial assessment with them was carried out. Superstitions and thoughts related to alcohol consumption were investigated. The superstitions found in the society and its reality due to the consumption of alcohol were discussed in depth with the selected users and volunteers. Information about superstitions was made available to fathers through the user's children by preparing slogans, posters and handouts related to superstitions on Children's Day. Progress discussions were held with the family. Follow-up procedures were carried out every week.

Challenges

During the initial discussion, the interest of the volunteers was minimal. It was difficult to get users together as a team and do projects at the same time.

Results

13 out of 15 received superstition clarification. 4 people reduced their consumption of alcohol due to doing activities through children.

Conclusion

Proper follow-up can lead to beneficial changes among users.

හක්මන වි.සේ.ස. සමිතියේ සේවය කරන රියදුරන්, කම්කරුවන් දුම්වැටි, බීඩි භාවිතය නතර කිරීම හා අවම කිරීම.

කර්තෘ :- එස්.අයි.ජේ. හේමමාලි

පසුබිම
සමූපකාර සමිතියේ Co-Op පෙර පාසලේ මම සේවය කරමි. ආයතන පරිශ්‍රයේ එක් කොටසක පෙර පාසල පිහිටා ඇත. මෙම ආයතනයේ සේවය කරන රියදුරන් හා කම්කරුවන් කණ්ඩායම් එකට ගැවසෙන ස්ථානය මම නිරීක්ෂණය කළෙමි. ඔවුන් එම ස්ථානය තුළ දී එකතු වී දුම්වැටි භාවිතය, බීඩි භාවිතය හා බුලත්විට කෑමට එකතු වන බව දැකගන්නට ලැබුණි. පෙර පාසලේ දරුවන්ට මෙය දැකීමට සිදුවීම ගැටළුවක් බව මට හැඟුණි. මෙය වෙනස්කිරීමට රියදුරන්, කම්කරුවන් ඇතුළු සේවකයින් 19ක් සමග 2022 වසරේ ක්‍රියාකාරකම් ආරම්භ කරන ලදි.

ක්‍රමවේදය
වි.සේ.ස. සමිතියේ සේවය කරන රියදුරන්, කම්කරුවන් සමග පෙරපාසලට යන එන අතර සුහදව කතාබහ සිදුකරන ලදි. ටික දිනක් ගියපසු පවුලේ විස්තර දරුවන්ගේ අධ්‍යාපනය ගැන විස්තර විමසන ලදි. පවුලේ විස්තර කියන අතර ආර්ථික අපහසුතා ගැන කතාබහ කරන ලදි. නිකරුණේ ගත කරන කාලය ඔවුන් දුම්වැටි, බීඩි භාවිතයට බුලත්විට කෑමට යොදාගෙන තිබුණ නිසා පෙර පාසලේ කටයුතු සඳහා ඔවුන්ගෙන් සහාය ලබාගැනීමට මා උත්සාහා කරන ලදි. සුහදතාවය ගොඩනැගුණු නිසා ඔවුන් පෙරපාසලේ මිදුල ලස්සන කරන්න සහය ලබාදෙන ලදි. මේ අතරතුර පුංචි දරුවන් සමග මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයට අදාළ කවි දරුවන් සමග මා ගායනා කරන ලදි. පෙරපාසලේ මිදුල ලස්සන කිරීමෙන් පසු ඔවුන් නිකරුණේ කාලය ගතකරන එම ස්ථානය වෙනස්කිරීම කළහොත් ඔවුන්ගේ දුම්වැටි, බීඩි භාවිතය හා බුලත්විට කෑම සඳහා එම ස්ථානය යොදා නොගනියි මාහට හැඟුණ නිසා එම ස්ථානයේ පොකුණු දෙකක් සෑදීම, මල් වැවීම, කහ පාත්ති වැවීම කරන ලදි. පසුව ඔවුන් නිකරුණේ කාලය ගත නොකර එළවළු වැවීම ද සිදුකරන ලදි.

අභියෝග
මද්‍යසාර ඖෂධයක් බව පැවසීම. ගංජා නරක දෙයක් නොවන බව පැවසීම. රියදුරන් නිදිමත එන නිසා දුම්වැටි, බීඩි, බුලත් කෑම කරන බව, ඇතැම් අයට පුරුද්ද නතර කරගැනීමට නොහැකි බව පැවසීම.

ප්‍රතිඵල
රාජකාරී වේලාවේ දුම්වැටි භාවිතය නැවත්වූ පුද්ගල ගණන 9කි. නිකරුණේ කාලය ගත නොකර එළවළු පාත්තිවල, මල් පාත්තිවල වැඩකටයුතු කරන අය බවට වෙනස්විය. ඔවුන් වෙනදාට වඩා පිරිසිදුව රාජකාරියට පැමිණේ. පිරිස එක්වී දුම්පානය කිරීමට යොදාගෙන තිබුණ ස්ථානය නිදහස්වීම.

නිගමනය
මැදිහත්වීම සදහා ළංවීමට අපහසු කණ්ඩායමකට සුහදශීලිවීමෙන් සුහදව කතාබහ කිරීමෙන් ඔවුන් තුළ පැහැදිලි වෙනසක් කර ගැනීමට පහසුවිය.

Quitting and reducing the use of cigarettes and beedis by the drivers, labourers working in the Hakmana V.E.A. association

Author : S.I.J. Hemamali

Background

I am working in a Co-Op Preschool of the Cooperative Society. The preschool is located in one part of the institute premises. I observed the place where groups of drivers and workers working in this institute hang out. They were seen gathering inside the place to smoke cigarettes, drink beedis and eat betel leaves. I felt it was a problem for preschoolers to see this. To change this, activities were started in 2022 with 19 employees including drivers and labourers.

Methodology

I had friendly discussions with the drivers and labourers working in the V.E.A. association on my way to and from preschool. After a few days, I asked about their family details and children's education. While talking about the family, their financial difficulties were also discussed. I tried to get help from them for the preschool activities as they used their free time to smoke cigarettes, beedi and eat betel leaves. Because of the good rapport I had with them, they helped to beautify the yard of the preschool. Meanwhile, I sang poems related to drug prevention with the children. I thought to construct two ponds and change the place where they spend their free time after beautifying the yard so that they will not use that place for smoking, drinking beedi and eating beetle leaves. Flowers and turmeric were planted. Later they also planted vegetables without wasting time.

Challenges

Saying that alcohol is a medicine. Saying that cannabis is not a bad thing. Saying that the drivers smoke cigarettes and beedi and eat betel leaves because they might get sleepy, and the others are unable to stop the habit.

Results

The number of people who stopped smoking during working hours is 9. Instead of spending time in vain, they now work in vegetable beds and flower beds. They come to work cleaner than usual. The place used by the group to gather and smoke was freed.

Conclusion

It was easier to make a clear difference in a group that was difficult to approach for intervention by having friendly conversations

ප්‍රජාවේ මද්‍යසාර, දුම්වැටි භාවිතය අවම කිරීමට සහ තරුණ පරපුර එයට යොමු වීම වළක්වා ගැනීමට බැංකු සංගම්වල සජීවීකරණ සහකාර කළමණාකාරවරියන් බලගැන්වීම

කර්තෘ :- ආර්. එම්. චමිලා පද්මි

පසුබිම

පල්ලෙමළල කලාපයේ සජිවිකරණ සහකාර කළමණාකරවරියන් 4 දෙනෙක් සම්බන්ධ කර ගනිමින් පවුල් 4538කින් ඉලක්ක පවුල් 2590කගෙන් 51%ක් එකතු කර ගනිමින් ප්‍රජාවේ මද්‍යසාර, දුම්වැටි භාවිතය අඩු කරමින් අලුතෙන් බිහිවන නව පරපුර වළක්වා ගැනීම සඳහා මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කිරීම

ක්‍රමවේදය

ADIC ආයතනයේ පුහුණුව ඇතිව සජිවිකරණ සහකාර කළමණාකාරවරියන් හරහා ප්‍රජාවෙ කාන්තාවන්, පිරිමි පුද්ගලයන්, තරුණ දූ දරුවන් බලගැන්වීම සිදු කිරීම, දුම්වැටි හා මද්‍යසාරවලට යන වියදම ගණන් සාදා පෙන්වීම, මිථ්‍යා මත වෙනස් කිරීම, අනුබල දීම, වර්ණනා කිරීම, අවම කිරීම සහ මද්‍යසාර සමාගම් දුම්වැටි සමාගම් තරුණ පරපුර යොමු කර ගැනීමට දරන උත්සහයන් අවබෝධ කර දීම සහ නිවැරදි ප්‍රතිචාර දැක්වීමට ළමයි බල ගැන්වීම.

අභියෝගය

මිථ්‍යා මත වෙනස් කිරීමට ඇති අපහසුව, සමාජ පිළගැනීමක් නොමැති බව, නිවසින් ගන්නා ආදර්ශ නිසා දරුවන් ගලවා ගැනීමට ඇති අපහසුව.

ප්‍රතිඵලය

මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතකරන්නන්ට විරුද්ධව ක්‍රියාත්මක වීමට හැකි වීම, ළමා ඉතුරුම් වර්ධනය වැඩි වීම, ගිණුම් 150කින් රුපියල් 86758ක මුදලක් ඉතිරි කිරීමට හැකි වීම, ළමා සමාජ දරුවන් සම්බන්ධ කර ගනිමින් ඔවුන්ගේ කුසලතා වර්ධනය කිරීම. චිත්‍ර ඇඳීම, සජීවි කාරකවරියන් බලගැන්වීම, කොට්ඨාශ මට්ටමින් තරුණ කඳවුරු සැළසුම් කර පැවැත්වීම, පළමු අදියර ලෙස තරුණ තරුණියන් 20 දෙනෙකු තෝරා ගනිමින් එක් නිවසකින් සිගරට් සඳහා වියදම් වන මුදල එකතු කර එම මුදලින් ක්‍රිකට් තරගාවලියක් පැවැත් වීමට සැලසුම් කිරීම.

නිගමනය

විධිමත් සැලැස්මකට අනුව කාර්යන් සිදු කිරීමෙන් හා පුද්ගලයින්ට සංවේදීව කටයුතු කිරීම හා කාන්තා සමිති සාමාජික, ළමා සමාජ, තරුණ පිරිස් අඛණ්ඩ උත්සාහයන් සහ කැපවීම තුළින් සාර්ථක සමාජ වෙනසක් කර ගැනීමට හැකි වීම.

Empowerment of animation Assistant Managers of Banking Associations to reduce the consumption of alcohol, and smoking in the community and prevent the youth from resorting to it.

Author : R. M. Chamila Padmi

Background
Implementing drug prevention programmes to prevent the new generation by reducing the use of alcohol and cigarettes in the community by involving 4 female animation assistant managers in the Pallemala zone and collecting 51% of 2590 target families from 4538 families.

Methodology
Empowering women, men, and young children in the community through animation assistant managers with training from ADIC Institute, showing the cost of alcohol and cigarettes, changing myths, supporting, praising, minimizing and making the youth understand the tactics of the alcohol and cigarette companies to lure them and empowering children to respond appropriately.

Challenges
Difficulty in changing myths, lack of social acceptance, difficulty in raising children due to role models at home.

Results
Being able to act against drug users, increasing the growth of children's savings, being able to save 86758 rupees in 150 accounts, and developing the skills of the children of children's clubs by getting their involvement. (painting, empowering female animators, planning and conducting youth camps at the divisional level. As the first step, 20 youths will be selected to collect the amount spent on cigarettes from one household and plan to hold a cricket tournament with that amount.

Conclusion
A successful social change can be created through the efforts and dedication of women's society members, children's clubs and youth groups and by carrying out tasks according to a formal plan and dealing with people sensitively.

මත්ද්‍රව්‍ය හා දුම්වැටි භාවිත කරන පවුල් තෝරා ගෙවතු සකස් කිරීම හා දැනුවත් කිරීම

කර්තෘ :- A.C.K ප්‍රියදර්ශනී

පසුබිම

සේනපුර ජනශක්ති බැංකු සංගමයේ රබර් වත්ත ග්‍රාම නිලධාරී වසමේ පවුල් 186ක් සිටී. එයින් වතු 33 කාන්තා සමිතියට බැඳී ඇති පවුල් 68කි. එයින් මද්‍යසාර හා දුම්වැටි භාවිත කරන පවුල් 10ක් තෝරා ගෙන ADIC ආයතනයෙන් දෙන දැනුම් ඔවුන් දැනුවත් කර අප ලබාගන්නා දැනුමෙන් ගෙවතු වගා සකස් කිරීමට හුරු කිරීම.

ක්‍රමවේදය

කාන්තා සමිති දැනුවත් කිරීම තුළින් පළමුව මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පවුල් 10 තෝරා ගැනීම. ඔවුන්ට මත්ද්‍රව්‍ය හා දුම්වැටි භාවිත කිරීමෙන් ඇතිවන හානි රෝග වැළඳෙන ආකාරය, හිංසනයට පත් වීම ගැන, දරුවන්ගේ අධ්‍යාපන ගැටලු, ආර්ථික හානිය සම්බන්ධව දැනුවත් කිරීම. එම පවුල් 10 තෝරා ගෙවතු වගා කිරීමට උපදෙස් ලබා දී ස්වේච්ඡා කාර්ය මණ්ඩලය සමග එකතු වී ඒ අයට බීජ ඇට ලබා දී ආරම්භ කිරීම. හැකි සෑමවිටම ඔවුන් හමුවීම හා සොයා බැලීම.

අභියෝගය

සාමාජිකාවන්ගේ ආකල්ප වෙනස් කිරීමට නොහැකිවීම, ස්වාමිපුරුෂයා හා දරුවන් උදව් කරාවි ද යන වග, ගෙවතු සාර්ථක නොවීම හා ඉතිරි කිරීමට හැකිවේද, සමාජයේ පවතින මිථ්‍යා මත දුරු කිරීමට හැකි ද යන වග.

ප්‍රතිඵල

මද්‍යසාර හා දුම්වැටි භාවිත පවුල් 10 ගෙවතු ආරම්භ කිරීම. ගෙවත්තේ පල නෙළා එය සමිතියට ගෙනැවිත් විකිණීම, එයින් ඉතිරි කිරීමට හුරු වීම ළමා වැඩිහිටි සාමාජික නොවන දේ ගිණුම් සඳහා නිවසට අවශ්‍ය භාණ්ඩයක් මිලදී ගැනීමට හැකි වීම, දරුවන්ගේ අධ්‍යාපනය සඳහා පවුලේ සමගිය වැඩි වීම, මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් තොර ආගමික කටයුතු කිරීම, පවුලේ දරුවන් සමග එකතු වී ගෙවතු වගා කිරීම, කුඩා දරුවන්ට එයට හුරු වීම. තවද ගමෙන් පිට වන මුදල් මාසිකව 60000කට වඩා මුදල් පවුලේ ඉතිරි කිරීම තුළින් පවුලට එක්වීම, සතුටු පවුලක් බවට පත්වීම.

නිගමනය

දුර්වල තැන් හඳුනා ගැනීමෙන් සියලුම දෙනා එකම මාර්ගයට ගැනීම, භාවිත කරන අන් අයද මෙම පවුල් ආදර්ශයට ගෙන ආදර්ශමත් වීම. තවද මද්‍යසාර සහ දුම්වැටි ජීවිතයට අවශ්‍ය දෙයක් නොවන බවට ඉගැන්වීමට හැකි වීම.

Selecting families with drug users and smokers, educating them and creating home gardens

Author: A.C.K Priyadarshani

Background
There are 186 families in the Rubberwatta Grama Niladhari domain of the Senapura Janashakthi Bank Association. Out of 33 estates, 68 families have joined the women's society. 10 families with alcohol or cigarette users were selected from it and educated them through the information provided by ADIC and familiarize them to prepare home gardens using the knowledge we have gained.

Methodology
Selection of 10 families with drug users by informing the women's societies. Educating them about the harms and illnesses caused by drugs and smoking, about being abused, children's educational problems and economic harm. Instructions were given to those 10 families to prepare home gardens and seeds were distributed with the support of the volunteer staff. Meet and look after them whenever possible.

Challenge
Not being able to change the attitude of the members, the doubts on whether the husband and children will help, whether the garden will be successful or not, whether it is possible to save and whether it is possible to dispel the myths in the society.

Results
10 families with alcohol or cigarette users started home gardens and sold their harvest to the Society, learning to save, being able to purchase a household item for children and adult non-member Devi accounts, increasing family harmony for children's education, doing religious activities without the use of drugs, Gardening together with the children of the family, getting the little ones used to it. And becoming a happy family by saving more than Rs.60,000 money that goes out from the village monthly.

Conclusion
Getting everyone on the same path by identifying weak points, and others following these families as role models. And to be able to teach that alcohol and cigarettes are not necessities in life.

எமது தோட்டத்தில் சாராய பாவனையாளர்களிடத்தே பாவனையை குறைத்தல்.

எழுத்தாளர் - கவிதா ஜெயராமன்

பின்னணி

போர்டேஸ் தோட்டத்தில் சாராய பாவனையால் அதிகமான குடும்பங்கள் பல்வேறு பிரச்சினைகளை எதிர்நோக்கி வருகின்றன. இப்பிரதேசத்தில் பணிபுரியும் போது எமது தோட்ட மக்களுடன் இப்பிரச்சினை தொடர்பாக அதிகமாக கலந்துரையாடினேன். அப்பிரச்சினையை மக்களிடம் தீர்க்க வேண்டும் என்கின்ற தேவை மக்கள் மத்தியில் காணப்பட்டது. சாராயம் சார்ந்த பிரச்சினைகளை குறைப்பதற்கான வழிமுறையை அறிந்து அப்பிரச்சினைகளை தோட்டத்தில் குறைப்பதற்கும் 20 பாவனையாளர்களை தெரிவு செய்து இச் செயற்திட்டத்தை ஆரம்பித்தேன்.

நோக்கம்

தெரிவு செய்யப்பட்ட 20 பாவனையாளர்களின் சாராய பாவனையை குறைத்து, சாராயத்தினால் ஏற்படுகின்ற பிரச்சினைகளை குறைத்தல்.

வழிமுறை

தெரிவு செய்யப்பட்ட பாவனையாளர்களுடனான ஆரம்ப மதிப்பீடொன்று மேற்கொள்ளப்பட்டது. பாவனையாளர்களுக்கு குடும்ப வரவு செலவு திட்டம் தொடர்பாக கலந்துரையாடப்பட்டு அது தொடர்பான தெளிவு வழங்கப்பட்டது. வீணாக சாராயத்திற்கு செலவாகும் பணத்தை சேமிப்பதற்கும் வீட்டின் ஏனைய தேவைகளை சந்திப்பதற்கும் பாவனையாளர்களின் குடும்பத்தினரும் என்னுடன் இணைந்து உற்சாகப்படுத்தினர். பாவனையாளரின் மனைவிமார்களுடன் கலந்துரையாடல்கள் மேற்கொள்ளப்பட்டது. வாரத்திற்கு இரண்டு முறை பாவனையாளரின் வீட்டிற்கு சென்று கலந்துரையாடல்கள் மேற்கொள்ளப்பட்டதுடன் தினமும் பாவனையாளர்களுடன் சிறிய தனிகலந்துரையாடல்கள் மேற்கொள்ளப்பட்டது. வீட்டுத்தரிசிப்புக்களின் மூலம் பின்தொடரல் செயற்பாடுகளை மேற்கொள்ளப்பட்டது.

சவால்கள்

செயற்பாடுகளை மேற்கொள்ளும் போது பாவனையாளர்களின் சமயோசிதமான கேள்விகளும், பதில்களும் வித்தியாசமாக இருந்தமை. ஆரம்பத்தில் அவர்களுடன் கலந்துரையாடும் போது பயமுணர்வு காணப்பட்டது.

பெறுபேறுகள்

தெரிவு செய்யப்பட்ட 20 பேரில் 13 பேர் சாராயம் குடிக்கும் அளவைக் குறைத்துள்ளனர். வீட்டில் வன்முறை நிறுத்தியவர் 5 பேர். 09 மதுசார பாவனையாளர்கள் சாராயத்திற்கு வீணாக செலவழியும் பணத்தொகையை சேமித்து வீட்டுத்தேவைகளை நிறைவு செய்வதற்கு ஆரம்பித்துள்ளனர்.

முடிவுரை

மாற்றமடைந்த ஒரு பாவனையாளரைக் கொண்டு ஏனைய பாவனையாளர்களை மாற்றுவதற்கு முயற்சி எடுத்தால் அதன் பிரதிபலன் அதிகம். தொடர்த்தேர்ச்சியான செயற்பாடுகள் முறையாக இருந்தால் மாற்றம் ஏற்படும்.

Reducing consumption among alcohol users in our estate

Author : Kavita Jayaraman

Background
More and more families are facing various problems due to alcohol consumption in Portes Estate. While working in this area, I discussed this issue a lot with our estate workers. There was a demand among the people that the problem should be solved by the people. I started this project by selecting 30 users to identify the method for reducing alcohol related problems and reduce the problems in the estate.

Objective
Reduction of alcohol consumption and alcohol-related problems among 20 selected users.

Methodology
An initial evaluation with selected users was carried out. Discussions were held with consumers regarding family budgeting. The families of the users joined me for encouragement in saving the money wasted on liquor and meeting other household needs. Discussions were held with the spouses of the users. Interviews were conducted twice a week at the user's home and daily small individual discussions were conducted with the users. Follow-up activities were conducted through home visits.

Challenges
User resourceful questions and answers were different when performing activities. In the beginning, there was a sense of apprehension when interacting with them.

Results
13 out of 20 respondents reduced their alcohol intake. 5 people stopped domestic violence. 09 alcohol users have started saving the amount of money wasted on alcohol to meet their household needs.

Conclusion
If you try to convert other users with one converted user, the results are quite high.

මද්‍යසාර හා දුම්වැටි යන වියදම් ළමයි විසින් ඉතිරි කිරීම

කර්තෘ :- චම්පිකා මල්කාන්ති අධිකාරි

පසුබිම
වලව ගොඩවාය ජනශක්ති බැංකු සංගමයට අයත් ගොඩවාය ගම්මානයේ මුළු පවුල් 521ක් ජීවත් වන අතර මෙයින් පවුල් 19% පමණ මද්‍යසාර සහ දුම්වැටි භාවිතය සඳහා යොමු වී ඇත. ඒ හේතුවෙන් දරුවන්ගේ අධ්‍යාපන කටයුතු හා ගෙදරදොර ආර්ථිකයට ඉමහත් සේ ගැටළු බලපා ඇත.

ක්‍රමවේදය
2022/03/08 වන දින මෙම වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කිරීම ආරම්භ කරන ලදි. ප්‍රථමයෙන් ළමයි සමග මද්‍යසාර හා දුම්වැටි භාවිතය නිසා ඇතිවන අහිතකර බලපෑම් හා සිදුවන ආර්ථික හානිය, දරුවන්ට ඇතිවන ගැටළු ගැන අවබෝධය ලබා දෙන ලදි. ගෙදර තාත්තා මද්‍යසාරවලට, දුම්වැටිවලට වියදම් කරන මුදල් උපක්‍රමශීලීව කැට වලට ඉතිරි කිරීම පිළිබඳව කතා කරන ලදී. මේ සඳහා ළමයි 20 දෙනෙක්ට කැට ලබා දෙන ලදී. මීට අමතරව බැංකු පොත් බලා මාසිකව ඉතිරි කිරීමට උපදෙස් ලබා දෙන ලදී.

ප්‍රතිඵල
2022/03/08 දින සිට 2022/10 මාසය දක්වා ළමයි ඉතිරි කළ මුදල (කැටවල)19600/=කැට 20 ලබාදුණි. අවසානයේ ළමයි 28 දෙනෙකු කැට 28 ඉතිරි කිරීම් සිදු කර ඇත. මාසිකව බැංකු පොතේ ළමයි 28 දෙනෙකු 17100/= මුදලක් ඉතිරි කර ඇත.

අභියෝග
ළමයි කියන දෙයට තාත්තා එකඟ නොවීම, ළමයිනුත් තාත්තලත් එක්ක කතා කිරීමට බය වීම.

නිගමනය
ළමයට සරිලන සේ නිර්මාණශීලීව වැඩ සිදු කිරීම තුළින් මුදල් ඉතිරි කිරීමට හැකි බව.

Children save on alcohol and cigarettes

Author : Champika Malkanti Adhikari

Background
A total of 521 families live in Godawaya village belonging to Walawa Godavaya Janasakthi Bank Association and 19% of these families are addicted to alcohol and smoking. As a result, children's education and household economy have been greatly affected.

Methodology
The implementation of this programme was started on 08/03/2022. Firstly, an understanding was given about the economic damage and negative effects caused by the use of alcohol and cigarettes with children, and the problems caused to children. The money spent on alcohol and cigarettes being strategically saved by the father of the house was also discussed. For this, 20 children were given tills. Apart from this, they were advised to check their bank books and save money monthly.

Results
From 03/08/2022 to 10/2022, the amount saved by the children in 20 tills was Rs.19,600/=. In the end, 28 children made savings in 28 tills. 28 children have saved Rs. 17,100/= in the bank books monthly.

Challenges
Fathers not agreeing with what the children say and children being afraid to talk to their fathers.

Conclusion
Money can be saved by doing creative work that suits the child.

දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිතය අවම කිරීමට හා නැවැත්වීමට බුත්තල අපේ දරුවන්ගේ උත්සාහය හා ජය ගැනීම

කර්තෘ :- කේ. එම්. දිලානි මිහිරානි බණ්ඩාර

පසුබිම

මොණරාගල දිස්ත්‍රික්කයේ බුත්තල ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාශයේ කෝංකැටිය වසම ගම්මාන විශාල ප්‍රමාණයකින් සමන්විත වේ. එහි ජනතාව ගොවිතැන් කටයුතුවල වැඩිපුරම ජීවත්වෙමින් ජීවනෝපාය කරගෙන යයි. එම දෙමව්පියන්ගේ දරුවන් ඒකරාශී කරගෙන කෝංකැටිය 17 කණුව ළමා සමාජය ආරම්භ කරන ලදි. මෙම ගම්මානයේ මත්ද්‍රව්‍ය, මද්‍යසාර හා දුම්වැටි නතර කිරීම හා අවම කිරීම සදහා මද්‍යසාර හා මත්ද්‍රව්‍ය තොරතුරු මධ්‍යස්ථානය හා එක්ව 2022 වර්ෂය ආරම්භයේ දී දරුවන් 45ක් සමඟ ක්‍රියාකාරකම් ආරම්භ කරන ලදි.

ක්‍රමවේදය

පළමුව ළමුන් 25 දෙනෙකුගෙන් මෙම ළමා සමාජය කෝංකැටිය වසම තුළ ආරම්භ කරන ලදි. මේ වනවිට ළමුන් 45 ඉක්මවා ඇත. අප දරුවන්ගේ මානසික සතුට ගැන කතා කරගෙන යන විට පවුලේ සතුට ගොඩක් අඩුවීගෙන යන බව දරුවන්ගෙන් දැන ගන්නට ලැබිණ. පියවරුන්, දරුවන් හා බිරිඳ සමග ගතකරන කාලය අඩු බවත් දරුවන්ගෙන් අපට දැන ගන්නට ලැබිණි. දරුවන් සමඟ කතා කර තාත්තලාගේ දිනක ආදායම කොපමණද? වියදම් කරන්නේ මොනාටද? යන්න කතා කෙරිණි. එහිදී දිනකට, සතියකට, මසකට තාත්තා එක දුම්වැටියක් භාවිත කළහොත් ගෙදරින් කොපමණ මුදලක් වියදම් වෙනවාද? යන්න දරුවාට තාත්තා ඉදිරියේ ගණන් සාදන්නට යෝජනා කෙරිණි. තවද එම වියදම තාත්තාට දැනෙන පරිදි බිත්තියේ ගැසුවෙමි. අනතුරුව දරුවන් දිනකට තාත්තාගේ මද්‍යසාර, දුම්වැටිවලට යොදවන මුදල බුද්ධි කැටය නමින් කැටයක් සාදා තාත්තට එම කැටයට දැමීමට ඉල්ලන ලදි. මෙයට අමතරව අපි සතුටු කැලැන්ඩරය, රත්තරන් අප්පච්චි කැලැන්ඩරය, දායකත්ව කැලැන්ඩරය, ගතිගුණ කැලැන්ඩරය, තාත්තලා සමඟ එක්වී, පවුල තුළ නිර්මාණශීලීව කරගෙන යයි.

අභියෝග

තනිව කිරීමට නොහැකි දේ ළමා සමාජයේ දරුවන් එක්වීමෙන් ජය ගැනීමට හැකිවීම. මිනිසුන්ගේ මත වෙනස් කිරීමට කැලැන්ඩරයක් තුළින් කිරීමට හැකිවීම.

ප්‍රතිඵල

පළමුව කෝංකැටිය ළමා සමාජයේ ආරම්භ කළ මෙම ක්‍රියාවලිය මත්ද්‍රව්‍ය ඉතුරුම් (රු.5000/=) තුළින් ළමා සමාජයට පොත් ලබා ගැනීම. තවද කුකුරම්පොල, මහසෙන්පුර, මිණිපුරගම ළමා සමාජය තුළ මෙම ක්‍රියාවලිය ආරම්භ කර ළමුන් 150 ක් පමණ මුදලින් ලක්ෂ 2කට වැඩි ප්‍රමාණයක් ඉතුරු කර තිබීම. මේ ඉතුරුම් තුළින් ළමා සමාජය තුළ අප ලෝක ළමා දින උළෙල පවත්වන ලදි. තවද පවුල තුළ සතුට වැඩි වී ඇත.

නිගමනය

දරුවන් ක්‍රියාත්මක වීමෙන් පවුල තුළ සතුට ඇතිවීම, මුදල් ඉතිරිවීම තුළින් යහපත් මිනිසෙකු වී වැඩි කාලයක් ජීවත් විය හැක.

The effort and victory of our children in Buttala to reduce and stop the use of cigarettes and alcohol

Author : K.M. Dilani Mihirani Bandara

Background

Konketiya Domain of Buttala Divisional Secretariat of Monaragala District consists of a large number of villages. Its people live mostly in agriculture. The children of those parents were gathered and Konketiya 17 Post Children's Club was started. Activities were started with 45 children at the beginning of 2022 together with the Alcohol and Drug Information Center to stop and reduce the use of drugs, alcohol and cigarettes in this village.

Methodology

Initially, this children's club was started by 25 children in the Konketiya domain. By now there are more than 45 children. When we continued to talk about the mental happiness of the children, we learned from the children that the happiness of the family is decreasing a lot. We also learned from the children that the time spent by fathers with their children and wives is less. The children were inquired about how much their fathers earn in a day and on what they spend the money. The children were suggested to calculate how much their fathers will spend on one cigarette per day, week and month, in front of their fathers. They were also asked to display that on the wall so that their fathers could feel the cost. Then the children were guided to make a till called Intelligence till and to request their fathers to put the amount they spend on alcohol and cigarettes per day. Apart from this, the Happy Calendar, Golden Dad Calendar, Contribution Calendar, and Good Qualities Calendar are maintained creatively with the help of fathers.

Challenges

The children of the children's society are able to overcome what cannot be done alone by working together. Being able to change people's minds through a calendar.

Results

Books were bought for the children's club through drug savings (Rs. 5000/=) done under this process, which started in Konketiya Children's Club. Also, about 150 children have started this process in Kukurampola, Mahasenpura, and Minipuragama Children's Clubs and have saved more than 2 lakhs. Through these savings, we held a World Children's Day festival in the children's club. Furthermore, the happiness in the family has increased.

Conclusion

Happiness in the family can be achieved through the active involvement of children and saving money can make a better person who can live longer.

ஒழித்து மாற்றத்தை ஏற்படுத்தும் குழுவின் செயற்பாடுகள்

எழுத்தாளர் - கோபால் பரமேஸ்வரன்

பின்னணி

மேற்படி இன்ஜஸ்றி தோட்டத்திற்கு உட்பட்ட 8 பிரிவுகளில் 1773 குடும்பங்களும் 6855 சனத்தொகையையும் கொண்டுள்ளது. இதில் 8 பிரிவுகளிலும் தெரிவு செய்யப்பட்ட வளவாளர்களை கொண்டு மதுசார பாவனையால் ஏற்படும் பிரச்சினைகளை குறைப்பதற்கு செயற்றிட்டம் ஒன்று செயற்படுத்தப்பட்டன.

நோக்கம்

மதுசார பாவனையை தடுத்து குறைக்க கூடிய திறமைமிக்க வளவாளர்களையும், தொண்டர் குழுவையும் தெரிவு செய்து தெரிவு செய்யப்பட்ட பிரிவுகளில் மாற்றத்தை ஏற்படுத்துதலாகும்.

வழிமுறை

தெரிவு செய்யப்பட்ட பிரிவில் 80 குடும்பங்களை ஆய்வு படிவத்தின் மூலம் தொண்டர்கள் ஆய்வினை மேற்கொண்டனர். மேலும் பாவனையாளர்களின் வீடுகளுக்கு சென்று அவர்களின் குடும்ப அங்கத்தவர்களுக்கான கலந்துரையாடப்பட்டதுடன் சாராய பாவனையினால் ஏற்படும் வீண் செலவுகள் மற்றும் மூட நம்பிக்கையால் ஏற்படும் விளைவுகள் என்பன எடுத்து கூறப்பட்டதுடன் தொழிலாளர்கள் வேலை செய்யும் இடங்களுக்கு கலந்துரையாடப்பட்டது. அத்தோடு தெரிவு செய்யபட்ட 80 குடும்பங்களில் முதற்கட்ட நடவடிக்கை மற்றும் இறுதிக்கட்ட நடவடிக்கைகள் பகுப்பாய்வு மேற்கொள்ளப்பட்டது. அத்தோடு தெரிவு செய்யப்பட்ட வளவாளர்களிடம் (Whatsapp) புலனம் மூலம் கையேடுகள், குரல் பதிவுகள் மூலம் தொடர்பு கொண்டு பூரண விளக்கமளிக்கப்பட்டது. நேரடியாக கலந்துரையாடல் மற்றும் கையேடுகள் மூலமும் வளவாளர்களுக்கு பூரண விளக்கமளித்ததுடன் வளவாளர்களின் பங்களிப்பும் அறிவும், திறமையும் மேலும் அதிகரிக்க வாய்ப்பாக அமைந்தது.

சவால்கள்

பாவனையாளர்களை நேரில் சந்தித்து கலந்துரையாடும் போது முதல் தடைவை தயக்கமாக இருந்ததுடன் பயிற்சியின் பின் இந்த சவால்களையும், பிரச்சினைகளையும் சாதாரணமாக சந்திக்க கூடியதாக இருந்தது.

பெறுபேறுகள்

15 பேர் மதுபாவனையை குறைத்துள்ளதுடன் 2 பேர் முற்றிலம் நிறுத்தியுள்ளனர். 3 பேர் சேமிப்பில் (சீட்டு பிடிப்பில்) ஈடுபட்டுள்ளனர். 2 பேர் விவசாயத்திலும், 2 பேர் கால் நடை வளர்ப்பிலும் மேலும், ஒருவர் புதிதாக தோட்டத்திற்கு வேலைக்கு வந்துள்ளார். தோட்ட தலைவர்களின் கூட்டத்தின் பின்னர் அவர்களின் ஒத்துழைப்பும் சாதகமாக உள்ளது.

முடிவுரை

- ☐ பாவனையாளர்களை சுயத்தொழில் முயற்சிகளில் ஈடுபட செய்தல்.
- ☐ புதிய இளைஞர் குழுக்களையும் தொண்டர் குழுக்களையும் அவர்களின் திறமையை மேம்படுத்தும் வகையில் செயற்பாடுகளை அமைத்தல்.
- ☐ போன்றன இவ்வெற்றிக்கு வழிவகுத்தன

Actions of the Abolition and Transformation Committee

Author : Gopal Parameswaran

Background

There are 1773 families and a population of 6855 in the 8 divisions under the said Injasri estate. It includes Injasri Upper Division, Injasri Lower Division, Bathford, Reed, Honsi, Apakarni, Podri, Pilingiponai etc. In this, a program was implemented to reduce the problems caused by the consumption of alcohol with the resource persons selected in all the 8 divisions.

Objective

Making changes in the units to select skilled resource persons and volunteers who can prevent and reduce alcohol consumption.

Methodology

Brett Division was selected for empowering selected resource persons through trainings. In addition, the volunteers conducted a survey of 80 families in the selected section through a survey form. Also, the details of alcohol users were collected through resource persons in other sections. Visits to the homes of the users and discussions with their family members were made and the wasteful expenses and superstitions caused by alcohol consumption were highlighted and discussions were held at the workplaces of the workers. In addition, pre-action and post-action analysis was carried out in 80 selected families. Also, the selected resource persons were contacted through WhatsApp. Manuals, voice recordings and explanations were used to provide knowledge regarding this subject. Through direct discussion and manuals, complete explanation was given to the resource persons and it became an opportunity to further increase the contribution, knowledge and skills of the resource persons.

Challenges

Initially the users were hesitant to meet in person. During discussions and after training these challenges and issues became normal.When we met an alcohol user in the Bathford division and discussed it, the concerned person came to an issue with us because he said that the photograph of the concerned person had been pasted in the liquor shop. After that, the assistant estate manager and the concerned were called and the problem was resolved smoothly.

Results

15 people reduced their alcohol consumption and 2 people stopped it completely. 3 people are involved in saving. 02 people have invested their money in agriculture, 2 people in animal husbandry and one is newly employed in plantation. Their co-operation is also positive after the meeting of plantation leaders.

Conclusion

- Setting up new groups with such data in future
- Engaging in self-employment is an effective method to divert consumers
- Setting up activities for new youth groups and volunteer groups to develop their skills is crucial in creating behavioral change.

බහුදින ධීවර යාත්‍රාවල රැකියාවේ නිරත මද්‍යසාර හා දුම්වැටි එදිනෙදා භාවිත කරන පිරිසකගේ භාවිතය අවම කිරීම

කර්තෘ :- එම්.එම්. රෝහිණී

පසුබිම

ධීවර රැකියාවේ නිරත ධීවර ප්‍රජාව බහුතරයක් ජීවත්වන හම්බන්තොට දිස්ත්‍රික්කයේ තිස්සමහාරාම ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාශයේ අංක 19 කිරින්ද වසමේ ධීවර පවුල් 1400ක් පමණ කණ්ඩායමක් සමඟ වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක වන අතර එම පවුල්වල ධීවර තනි පුද්ගලයින් හමුවී සාකච්ඡාවට ගන්නා අතරම තමන්ගේ රැකියාව අනුව ඔවුන් සිතනුයේ මද්‍යසාර හා දුම්වැටි ඔවුන්ටම ආවේණික දෙයක් ලෙසත් රැකියාව අනුව මද්‍යසාර හා දුම්වැටි අත්‍යවශ්‍යම දෙයක් බවත්ය. ඔවුන්ගේ පවුල්වල සාමාජිකයන් ද ඒ සඳහා අනුග්‍රාහකත්වය ලබා දීම වාසිසහගත තත්වයක් උදාකර තිබේ. ඔවුන් උපයන අසීමිත දෛනික ආදායම ද මේ සඳහා යම් රුකුලක් ලබා දී ඇත.

ක්‍රමවේදය

මද්‍යසාර හා දුම්වැටි භාවිතයේ ආර්ථික හා පුද්ගල හානිය තේරුම් කරදීමට උත්සාහ දැරීම. පවුල තුළ සම්බන්ධතාවන්ගේ දියුණුවක් ඇති කිරීම හා විශ්වාසය දියුණු කිරීම. තනි පුද්ගලයන් ලෙස සාකච්ඡාවට ගැනීම. එනම් එතරම් මුදලක් දෛනිකව උපයන ඔබ අද සිටින්නේ ස්ථාවර තත්වයක බව අවබෝධ කරවීම. මද්‍යසාර හා දුම්වැටි භාවිත කළ කාල සීමාව කොපමණ ද අසා දැන ගැනීම. වියදම ගණනය කිරීම. භාවිතයට පදනම් වූ හේතුව හඳුනා ගැනීම. භාවිත කර බලාපොරොත්තු වූ දේ ඉෂ්ඨ වුණේද යන්න විමසීම හා අවාසිය පෙන්වා දීම. පුද්ගල පිරිසිදුභාවයේ වටිනාකම පැහැදිලි කරවීම. විශ්වාසය ඇති කිරීම සාකච්ඡා කරන විට කතාකරන දේ ඇසීමට යොමුවන ආකාරයට සාකච්ඡාව නිර්මාණය කරගැනීම. ඔවුන්ගේ දුර්වලතාවය තව කෙනෙකු ඉදිරියේ පෙන්වා නොදීමට වගබලා ගැනීම. ඉලක්කගත කණ්ඩායම ලෙස ගම තුළ ධීවර ප්‍රජාව තනි පුද්ගල 40ක් හමුවී සාකච්ඡාව කරගෙන ගිය අතර ක්ෂණික ප්‍රතිඵල ළඟාකර ගැනීමට බලාපොරොත්තු නොවී කටයුතු කිරීම සිදුකළ යුතු විය.

අභියෝග

මාධ්‍ය සාකච්ඡාවන් හසුරවන්නා සේ ඔවුන් සමඟ සාකච්ඡා කිරීම සිදු නොකළ යුතු දෙයක් වීම. අවේලාවේ රැකියාවට පිටත් වීම. රැකියාවට පුද්ගල පිරිසිදුකම අදාළ නොවීම. රැකියා ස්ථානයත් නිවසත් අතර දුරස්ථභාවය. දෛනික උපයන ආදායම ඉහළ වීම. වටපිටාවේ සිටින වැඩි පිරිසක් ඔවුන් හා සමාන පිරිස් වීම. සමාජයෙන් නිවසින් ලැබෙන අනුග්‍රාහකත්වය හා සමාව.

ප්‍රතිඵලය

සාකච්ඡා සිදුකරගෙන ගිය තනි පුද්ගලයින් 40ක් අතරින් 10ක් සම්පූර්ණයෙන්ම භාවිතය නතර කළ අතර, අවම මට්ටම පවත්වා ගැනීමට 16ක් එකඟතාවය පල කර ඇත. සම්පූර්ණයෙන් නවතා දැමූ 10 දෙනාගෙන් මසකට රු.10000 බැගින් මුදල් ඉතිරිකර ගෙන යන අතර, දැනට මාස 3ක මුදල් රු.90000/= ක් ඉතිරිකර ඇත.

නිගමනය

මද්‍යසාර හා දුම්වැටි භාවිත කරන්නන් අවතක්සේරුවට පත්නොකර අපහසුතාවයට පත්නොකර අවාසිය පෙන්වාදීම තුළින් කැපීපෙනෙන වෙනසක් කාලයත් සමඟ උදාකර ගත හැකි බව ස්ථිරය.

Minimizing the daily use of alcohol and tobacco by people employed on multi-day fishing vessels.

Author: M.M. Rohini

Background

Programmes are being implemented with a group of about 1400 fishing families in the No. 19 Kirinda domain of Tissamaharama Divisional Secretariat Division of Hambantota District, where the majority of the fishing community lives. It was clear from the discussions with the individual fishermen of those families that according to their work, they think that alcohol and cigarettes are unique to them and according to their work, alcohol and cigarettes are essential. Their family members also sponsoring it has created an advantageous situation. The unlimited daily income they earn has also given some support to this.

Methodology

Taking efforts to make them understand the economic and personal harm of alcohol and tobacco use. Improving relationships and trust in the family. Taking individual discussions. Making them realize that they are in a stable situation today, earning so much money daily. Asking about the duration of alcohol use and smoking. Calculating the cost. Finding the reasons for their usage. Asking whether the expected results of consuming alcohol or tobacco were achieved and pointing out the disadvantages. Explaining the value of personal cleanliness. Creating trust. Designing the discussion in such a way that it leads to listening to what is being said when discussing. Being careful not to show their weakness in front of someone else. As the target group, 40 individuals from the fishing community were met and discussions were taken with them. The work was carried out without expecting immediate results.

Challenges

Negotiating with them like handling press conferences should not be done. Leaving for work at odd hours. Irrelevance of personal hygiene to work. Distance between workplace and home. high daily income. Most of the people around them are similar to them. Privileges and forgiveness from society and home.

Results

Out of the 40 individuals interviewed, 10 completely stopped the use and 16 have agreed to maintain a minimum level. 10 people who stopped the use are saving Rs.10000/= per month, and currently Rs.90000/= have been saved for 3 months.

Conclusion

A significant change can certainly be made over time by pointing out the disadvantages of alcohol and tobacco to the users without underestimating or embarrassing them.

කිරුළපන දෙල්කඳ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරමින් සිටින පුද්ගලයින්ගේ හැසිරීම් රටා හා ආකල්ප දියුණු කිරීම

කර්තෘ :- සිංහ එස්. වික්‍රමසිංහ

පසුබිම

හෙරොයින්, ගංජා භාවිත කරන, කිරුළපන දස දෙනෙකු සහ දෙල්කඳ දොලොස් දෙනෙකු මුල්කර ගනිමින් ඔවුනගේ භාවිතය පිළිබඳව සහ භාවිතය හේතුවෙන් ඇති වී ඇති රෝගී තත්වයන් පිළිබඳව සොයා බැලීම, දැනුවත් කිරීම හා ප්‍රතිකාර යොමු වීමට ඇති ඉඩකඩ බැලීම. පවුල් පසුබිම කඩා වැටීම රැකියා හා ආදායම් මාර්ග අවම වීම. එමගින් සාමාන්‍ය සමාජයෙන් කොන්වී මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය සහ වෙනත් අකටයුතුකම්වල යෙදීම.

ක්‍රමවේදය

සමාජීය මට්ටම, රැකියාව, හැසිරීම් රටාව, ආකල්ප පිළිබඳව මැන බැලීම. දැනට පවතින තත්වය රකිමින් කුඩා කුඩා කණ්ඩායම් වශයෙන් එදිනෙදා ජීවිතයේ පිළිවෙල සහිත බවක් සහ ක්‍රමවත් බවක් ඇති කිරීම. ක්‍රමානුකූලව කතාබහ හැසිරීම සහ ඇඳුම් පැළඳුම් පිරිසිදුව තබා ගැනීමත් දිනය, සතිය, මාසය අනුව යම් දෙයක් කරගෙන යාමට නිවැසියන් හෝ සමීපතමයන් සමඟ එකතුව කටයුතු කිරීමටත් ලැබෙන මුදලින් තම සමීපතමයන් වෙනුවෙන් යමක් කිරීමටත් සෞඛ්‍ය ගැටළු ඇති අය නොකඩවා ප්‍රතිකාරවලට යොමු කිරීමටත් (හෙපටයිටිස් C ආසාධිතයින්) එය නොකඩවා කරගෙන යාමත්, පවුලේ සමීපතමයන් සමඟ සතුටු වීමට දිනයක් වෙන්කර ගැනීමටත්, භාවිතය නොකරන පුද්ගලයින්ගේ ඇසුර ලබා ගැනීමටත්, සමීපතමයන් හට වැඩදායි පුද්ගලයකු ලෙස ජීවත්වීමට හැකියාව ඇති කිරීම.

අභියෝග

සාමාන්‍ය සමාජයට භාවිත කරන පුද්ගලයින් පිළිබඳව යම් තරමකට සහයෝගය ලබා ගැනීමට නොහැකිවීම. අප ලබා දෙන ක්‍රමවේදයේ ප්‍රතිඵල තාවකාලික යැයි සිතීම, භාවිත කරන්නන්ගේ අවට සමාජයේ වෙසෙන ජනතාවගේ සහයෝගය නොලැබීම.

ප්‍රතිඵල

කිරුලපන ප්‍රදේශයේ දස දෙනෙකු භාවිතය දිනකට දෙවතාවක් දක්වා අඩුකර ඇත. ඒ අතරින් කාන්තාවන් තිදෙනෙකු ඔවුන්ගේ භාවිතයට විදගැනීම අඩුකර නිවෙස් තුළ පිරිසිදු බව සහ පිළිවෙල පවත්වාගනිමින් ජීවත් වේ. දෙල්කඳ දෙලොස්දෙනා දිනකට ඉතා සුළු වශයෙන් දෙවතාවක් පමණක් දක්වා භාවිතය අඩුකර ඇත. එය 60% පමණ අඩුවීමකි. මේ අතරින් එක අයෙක් සියළුම මත්ද්‍රව්‍යවලින් ඉවත්ව හොඳින් රැකියාවක නිරත වෙමින් සිටියි.

නිගමනය

කෙටි කාලීන සහ දිගු කාලීන වශයෙන් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් ඉවත්වීම සඳහා හැසිරීම් රටා වල නිරතවීමට, උත්සහගැන්වීම සහ අවට පිරිසගේ සහයෝගය හිමිකරදීම තුලින් සිදුකල හැකිය.

Improving the behaviour patterns and attitudes of people in Delkanda, Kirulapana who use drugs

Author: Sinha S. Wickramasinghe

Background

Ten people from Kirulapa and twelve people from Delkanda who use heroin and ganja were selected, investigated about their use and the medical conditions caused by the use, educated and checked on the possibility of seeking treatment. Disruption of family background, Decrease in employment and income streams. Thus becoming ostracized from normal society and engaging in drug use and other vices.

Methodology

Measurement of social status, occupation, behaviour pattern and attitudes. Creating order and regularity in daily life in small groups while maintaining the current conditions. Enable them to speak properly, keep clothes clean and work together with residents or close ones, do something according to the day, week, and month, do something for their close ones with the money received, reserve a day to be happy with close family members, get the company of people who do not use drugs and live as a beneficial person to the close ones; and send those with health problems to continuous treatment (hepatitis C infected) and do it continuously.

Challenges

Inability to get some support from the general society for people who use drugs. Thinking that the results of the method we provide are temporary, not supporting the effort and dedication of the users.

Results

Ten people in Kirulapana have reduced their use to twice a day. Among them, three women live by reducing their usage and maintaining order in their homes. Twelve people from Delkanda have reduced the use to very little, only twice a day. That's about a 60% reduction. Among them, one person is free from all drugs and is working well.

Conclusion

It can be done by engaging in behavioural patterns, making efforts and having the support of the people around you to quit using drugs in the short term and long term.

மதுசார பாவனையாளர்கள் பாவனையினை குறைக்கும்/நிறுத்தும் வழிமுறைகளை அறிந்து பாவனையைக் குறைத்தல்.

எழுத்தாளர் - கெசியோன் வயலட்

பின்னணி

டிலரி தோட்டத்தில் மதுசார பாவனையினால் உடல், உள, பொருளாதார ரீதியாக பெரிதும் பாதிக்கப்படுகின்றனர். தனது வருமானத்தில் இருந்து குடும்ப செலவிற்கு செலவழிப்பதை விட மதுசாரத்திற்காக செலவிடப்படுகின்ற தொகை அதிகமாகவே உள்ளது. இங்கு குடும்ப வன்முறைகள் அயலவர்களுடனான பிரச்சினை, குழந்தைகளின் உடல் எடை குறைவு, பாடசாலை இடைவிலகல் போன்ற பல்வேறு பிரச்சினைகளை இனங்காண முடிந்தது. சிந்திக்க கூடிய, சுமூகமான உறவை பேணி மாற்றங்களை ஏற்படுத்தக் கூடிய 20 சாராய பாவனையாளர்களை தெரிவு செய்து ஆய்வினை மேற்கொண்டு இச் செயற்றிட்டம் மேற்கொள்ளப்பட்டது.

நோக்கம்

டிலரி தோட்டத்தில் தெரிவு செய்யப்பட்ட பாவனையாளர்களின் பாவனையை குறைத்தல், நிறுத்துதல் மற்றும் தோட்டத்தில் ஏற்படும் மதுசாரம் சார்ந்த வன்முறைகளை குறைத்தல்.

வழிமுறை

தெரிவு செய்து பயிற்றுவிக்கப்பட்ட தொண்டர்களினூடாக வினாக்கொத்து மூலம் பாவனையாளர்களின் தகவல்கள் திரட்டப்பட்டன. வீட்டுத்தரிப்பு மூலம் குடும்ப உறுப்பினர்களுக்கு நேர்காணல்களை மேற்கொண்டு சுயமதிப்பீடு மேற்கொள்ளப்பட்டது. பாவனையாளர்களை குழுவாகவும் தனிப்பட்ட ரீதியிலும் சந்தித்து மதுசாரத்தால் ஏற்படுகின்ற நட்டங்கள் தெளிவுப்படுத்தப்பட்டதோடு, பாவனையைக் குறைப்பதற்காகவும், பணம் சேமிப்பதற்கும். மகிழ்ச்சியான குடும்ப வாழ்க்கையை வாழ்வதற்கும் உற்சாகமளிக்கப்பட்டது மற்றும் தோட்ட தலைவர்களும் கலந்துரையாடல்களை மேற்கொண்டதுடன் கர்பிணி தாய்மார்கள் பாலூட்டும் தாய்மார்களுடன் கணவன்மார்களின் மதுசார பாவனை தொடர்பாக கந்துரையாடல்கள் மேற்கொள்ளப்பட்டது. தொலைபேசியின் ஊடாகவும், குடும்ப உறுப்பினர்களுடனான தனிப்பட்ட கலந்துரையாடல்கள் மூலமும் பின்தொடரல்கள் மேற்கொள்ளப்பட்டன.

சவால்கள்

பாவனையாளர்களுடன் செயற்படும் போது சில வேலைகளில் கருத்து முரண்பாடுகள் ஏற்பட்டது. சாராயப் பாவனையினால் உள்ள நட்டங்கள், மூட நம்பிக்கைகளை ஒரு சிலர் ஏற்றுக் கொள்ளவில்லை.

பெறுபேறுகள்

20 பேரில் 07 பாவனையாளர்கள் பாவனையை குறைத்துள்ளனர். 03 பேர் மதுசார பாவனையை நிறுத்தியதோடு சாராயத்திற்கு வீணாக செலவழியும் பணத்தொகையை வீட்டுத் தேவைக்காக செலவிடுகின்றனர்.

முடிவுரை

ஒரு குறிப்பிட்ட பாவனையாளரிடம் மாத்திரமன்றி குடும்பத்தினர், அயலவர்கள், நண்பர்களுடனும் இணைந்து செயற்பாடுகளை மேற்கொள்ளும் போது மாற்றங்களை ஏற்படுத்த முடியும்.

Reducing consumption by knowing how alcohol users can reduce / stop consumption

Author - Caession Violet

Background

People are affected physically, psychologically and economically due to the consumption of alcohol in Dilary Estate. The amount spent on alcohol is more than what is spent on household expenses from one's income. Here we were able to identify various problems such as domestic violence, problems with neighbors, low body weight of children, school truancy. This project was carried out by selecting 20 alcohol users who had the ability to think and maintain harmonious relationship and make changes.

Objective

Reducing the use of selective users in the distillery estate and reducing alcohol-related violence in the estate.

Methodology

User information was collected through a questionnaire administered by selected and trained volunteers. A self-assessment was conducted by conducting interviews with the assembly members through door-to-door visits. Consumers were met in groups and individually to clarify the effects of alcohol and to reduce consumption and save money.

Also, they were encouraged to live a happy family life. Plantation leaders also held discussions and discussions were held with pregnant mothers and lactating mothers regarding the consumption of alcohol by their husbands. Follow-ups were done through telephone and personal discussions with family members.

Challenges

While dealing with users, sometimes there were disagreements. A few did not accept the truth behind the superstitions and addictions associated with alcohol consumption.

Results

07 out of 20 users have reduced usage. 03 people have stopped consuming alcohol and spend the amount of money wasted on alcohol for household needs.

Conclusion

Actions can make a difference not only to a specific user, but also to family, neighbors, and friends.

මිහින්තලේ මහජන පුස්තකාලය තුළින් පාඨක සමාජයේ දරුවන් මත්ද්‍රව්‍යවලින් නිදහස් පරපුරක් බවට පත්කිරීම

කර්තෘ :- ඩබ්.එම්. අයෝනි දේව චන්ද්‍රදාස

පසුබිම
මිහින්තලේ ප්‍රාදේශීය සභා මහජන පුස්තකාලය මගින් ඵලදායි ලෙස මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයක් සිදු කිරීම සඳහා වැඩසටහන් කිහිපයක් ක්‍රියාත්මක කරනු ලැබීය. මෙය 2022 වර්ෂයේ මාර්තු මස සිට අගෝස්තු මාසය දක්වා ක්‍රියාත්මක කරන ලදි.

ක්‍රමවේදය
ඒ අනුව පළමු වැඩසටහන ලෙස පුස්තකාල පාඨකයින් වන උසස් පෙළ සිසුන් 06 දෙනෙකු තෝරාගෙන පළමුව සුහදව සාකච්ඡා වටයක් ගත් අතර පසුව අවස්ථා කිහිපයක දී මත්ද්‍රව්‍ය නිසා තාරුණ්‍යයට වන හානිය පිළිබඳ ව දීර්ඝ වශයෙන් සාකච්ඡා කරන ලදී. එහිදී මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට සුළු වශයෙන් යොමු වූ දරුවන් 2 දෙනෙකු සිටින ලදි. දෙවන වැඩසටහන ලෙස සමාජයට පණිවිඩයක් ලබා දීමේ අරමුණින් පොසොන් පොහෝ දින මිහින්තලේ විහාරස්ථාන පරිශ්‍රයේ දී සහ පුස්තකාලය ඉදිරිපිට දුම්වැටි සහ මද්‍යසාර භාවිතය නිසා රූපයට වන ආසන්තම හානි පිළිබඳ ව පිළිඹිබු වන පෝස්ටර් දැන්වීම් පුවරු ප්‍රදර්ශනය කරන ලදි. තෙවන වැඩසටහන ලෙස 6,7,8 යන ශ්‍රේණිවල සිසුන් 6 දෙනෙකු තෝරාගෙන සතුටු මුහුණු කැලැන්ඩරය ක්‍රියාත්මක කරන ලදි.

අභියෝග
ළමුන් තුළ ඇති ආකල්ප වෙනස් කිරීම තරමක් අපහසු වීම නිසා සාකච්ඡා වට කිහිපයක් ගැනීමට සිදු වීම. දුම්වැටි හා මද්‍යසාර අලෙවිසැල් බහුල වීම.

ප්‍රතිඵල
භාවිතයට යොමු වී සිටි උසස් පෙළ 2 දෙනෙක් ද එයින් මුදවා ගැනීමට හැකි වීම. අනෙකුත් ළමුන් තුළ තිබූ ආකල්ප ද වෙනස් වී තිබීම. පෝස්ටර් ප්‍රදර්ශනයෙන් පසු පුස්තකාලයට පැමිණෙන්නන් ඒ ගැන සතුටුදායක ප්‍රතිචාර දැක්වීම සහ එමගින් අලුත් දෙයක් පිළිබඳ ව දැනුවත් වූ බව පැවසීම. සතුටු කැලැන්ඩරය ක්‍රියාත්මක කළ දරුවන් අතරින් එක් දරුවෙකුගේ නිවසේ ඔහුගේ මාමා මද්‍යසාර භාවිත කිරීම සම්පූර්ණයෙන් නවත්වා තිබීම.

නිගමනය
පුස්තකාලය තුළින් ළමා පරපුර මත්ද්‍රව්‍යවලට යොමු වීම වැළැක්වීමට ගත් උත්සාහය සාර්ථක වීම සහ ඒ තුළින් භාවිතයට යොමු වී සිටි අයගේ ද වෙනසක් සිදු කළ හැකි වීම.

Making the children of the reading society a drug-free generation through Mihintale Public Library

Author: W.M. Ayoni Deva Chandradasa

Introduction

Several programmes were implemented by the Mihintale Pradeshiya Sabha public library for effective drug prevention. This was implemented from March to August 2022.

Methodology

Accordingly, as the first programme, 06 A/L students who are library readers were selected and a round of friendly discussion was taken. Then on several occasions, the harm caused to the youth due to drugs was discussed at length. 2 children were slightly addicted to drugs. As the second programme, posters were displayed on Poson poya day at the Mihintale temple premises and in front of the library reflecting the immediate damage to the image caused by smoking and alcohol consumption with the aim of conveying a message to society. As the third programme, 6 students of grades 6, 7 and 8 were selected and the happy face calendar was implemented.

Challenges

It was quite difficult to change the attitude of the children, so it took several rounds of discussion. The abundance of shops selling cigarettes and alcohol.

Results

Being able to free the 2 A/L students who were addicted to drugs. The attitudes of other children have also changed. After the poster display, visitors to the library responded positively to it and said that they have learnt something new. Among the children who implemented the Happy Calendar, one child had his uncle completely stop drinking alcohol at home.

Conclusion

The efforts taken through the library to prevent children from turning to drugs were successful and through that, a change could be made in those who were using drugs.

அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்களுடனான நிலை பேறான போதைப் பொருள் தடுப்பு செயற்திட்டத்தினை நடை முறைப்படுத்தலும், முறையாக பயிற்றப்பட்ட வளவாளர்களை உருவாக்குதலும்.

எழுத்தாளர்கள் : ஆ.கோடிஸ்வரன் , இ.தர்மேந்திரா

பின்னணி

கிராம மட்டங்களில் அபிவிருத்தி செயற்பாடுகளை மேற் கொள்ளும் போது பிரதான தடையாக இருக்கும் மதுசாரம், சிகரட், கஞ்சா உட்பட ஏனைய போதைப் பொருட்களின் கேள்வியை குறைக்கும் செயற்திட்டங்களை நடைமுறைப்படுத்தும் வளவாளர்களை உருவாக்குவது ஒரு சமூகத்தின் பொருளாதாரத்தை கட்டியெழுப்புவதற்கான நிலையான வழிமுறையாகும்

வழிமுறை

யாழ்ப்பாண மாவட்டத்தில் போதைப் பொருட்களின் கேள்வியை குறைக்கும் கற்கை நெறி மூலமான செயற்திட்டம் ஒன்றினை வடிவமைத்து மாவட்ட செயலாளர், உதவி மாவட்ட செயலாளர் ஆகியோருடன் கலந்துரையாடி 06 பிரதேச செயலகங்களை சேர்ந்த 18 அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்களை தெரிவு செய்து நேரடியாக 04 விரிவுரைகளும் ZOOM தொழிநுட்பத்தினூடாக 09 விரிவுரைகளையும் நடாத்தி விரிவுரைகளின் பின்னரான முறையான பின் தொடரல்களையும் மேற் கொண்டு அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்களை சிறந்த வளவாளர்களாக உருவாக்குவதற்கான செயற்பாடுகள் மேற்கொள்ளப்பட்டிருந்தது.

பிரதிபலன்

18அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்கள் கிராம அபிவிருத்தியில் போதைப் பொருள் பாவனையின் ஆதிக்கம், பகுப்பாய்வு செய்தல் தொடர்பான விளக்கத்தை பெற்று கிராமத்தில் ஆரம்ப மதிப்பீட்டை மேற்கொண்டு இருந்தனர்.

18 அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்கள் தடுப்பு செயற்திட்டங்களை மேற்கொள்ளும் போது கடைப்பிடிக்கவேண்டிய விதிமுறைகள், பயனுள்ள போதைப்பொருள் தடுப்பு செயற்றிட்டங்கள் மற்றும் அணுகுமுறைகளை இனங்கண்டு வினைத்திறனுடன் செயற்படுகின்றனர்.

12 பாடசாலை மாணவர்களிற்கான செயற்திட்டம், 6 பெண்களுடனான செயற்திட்டம், 7 சிறுவர்களுடனான செயற்திட்டம், 03 கற்பினித்தாய்மார்களுடனான செயற்திட்டம், 12 கிராமத்தவர்களுடனான செயற்திட்டம்,04 இளைஞர்களுடனான செயற்திட்டம், 04 சிறுகுற்றங்கள் புரிந்து தண்டனை பெற்றவர்களுடனான செயற்திட்டங்கள் நடைமுறைப்படுத்தப்பட்டன

முடிவுரை

மதுசாரம், சிகரட், கஞ்சா உட்பட ஏனைய போதைப்பொருள் பாவனைகளிலிருந்து புதிய பாவனையாளர்களை பாதுகாக்கும் நோக்கோடு அபிவிருத்தி உத்தியோகத்தர்களை சரியான முறையில் பயிற்றுவித்து திறமையான வளவாளர்களை உருவாக்கி நிலைபேறான போதைப்பொருள் தடுப்பு செயற்றிட்டங்களை கிராமத்தில் மேற்கொள்கின்ற போது, கிராமத்தில் நிலவுகின்ற பிரச்சினைகள் குறைகின்ற அதே சந்தர்ப்பத்தில் கிராமத்தை அபிவிருத்தி பாதைக்கு இட்டுச் செல்ல முடியும் என்பது திண்ணம்.

Implementation of sustainable drug prevention programme with development officers

Authors – A. Kodeeswaran, R. Dharmendra

Background

When carrying out development activities at the village level, the main obstacle is to develop resource persons who will implement the programs to reduce the question of alcohol, cigarettes, cannabis and other types of drugs. In order to develop the economy, drug prevention programs should be carried out properly in the village, and the existing problems can be reduced, leading the village to the path of development.

Methodology

In the district of Jaffna, a program was designed to reduce the problem of drugs through education and discussed with the district secretary and assistant district secretary, 18 development officers from 06 divisional secretariats were selected and 04 lectures were contacted directly and 09 lectures were contacted through ZOOM technology. Proper follow-up after the lectures were carried out.

Results

18 Development Officers Initial Assessment The predominance of drug use in village development, the role of the Development Officer and how to analyze the current situation of the village related to alcohol, tobacco and other drugs and conducted an initial assessment in the village.

18 Development Officers should follow the rules when carrying out drug prevention programs in the village, develop indicators for the prevention activities carried out in the village, evaluate the results, set up the programs for the target groups and implement the programs in relation to the characteristics that should be present in the prevention program with the youth.

18 Development Officers identify effective and ineffective programs and work efficiently.

12 programs for school students, 6 programs with women, 7 programs with boys, 03 pregnant women Program with mothers, 04 programs with persons convicted of minor crimes were implemented.

Conclusion

Alcohol and other drugs use is one of the main factors that hinders the development of villages and is the root cause of many problems. When development officers are properly trained and competent resource persons are trained, users can be effectively influenced for prevention.

සේනපුර හා රෝහණපුර වසම තුල මද්‍යසාර, දුම්වැටි හා වෙනත් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට යොමු වූවන් ඉන් මුදවා ගැනීමට ළමා සමාජ හා කාන්තා සමිති හරහා සිදු කළ මැදිහත්වීම

කර්තෘ :- එල්.නිලංගිකා කුමාරි

පසුබිම

සේනපුර ජනශක්ති බැංකුවේ කාර්ය මණ්ඩලය හා ස්වේච්ඡා කාර්ය මණ්ඩලය සමග සේනපුර හා රෝහණපුර වසම තුල දිනෙන් දින වැඩිවන මත්ද්‍රව්‍ය ආශ්‍රිත ගැටලු අවම කිරීම සඳහා ළමා සමාජයේ දරුවන් හා කාන්තා සමිතිවල කාන්තාවන් සම්බන්ධ කරගනිමින් මෙම වැඩසටහන ආරම්භ කරන ලදි.

ක්‍රමවේදය

මුලින්ම මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පවුල් 10ක් තෝරාගෙන මද්‍යසාර, දුම්වැටි හා වෙනත් මත්ද්‍රව්‍ය සඳහා වැය වන මුදල් ප්‍රමාණයන් දිනකට, සතියකට, මාසයකට හා අවුරුද්දකට ගණනය කර පෙන්වීම. ඉන්පසු එම මුදල් ඉතිරි කරගතහොත් තමන්ට ඉන් ලබෙන වාසිය පිළිබද දැනුවත් කරන ලදි. ඉන්පසු ඉතිරි කිරීමට කැටයක් ලබා දෙන ලදි. ළමා සමාජයේ දරුවන් 35 දෙනෙකු සඳහා මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් රූපයට වෙන හානිය පිළිබදව පෝස්ටරය මගින් දනුවත් කරන ලදි. ඉන්පසු සතුටු කැලැන්ඩරය ක්‍රයාත්මක කිරීමට උපදෙස් ලබා දෙන ලදි. කාන්තා සමිතිවල කාන්තාවන් හට මද්‍යසාර පිළිබඳව ඇති මිථ්‍යා මත පිළිබඳවත් උත්සව හා අවමංගල්‍ය අවස්ථාවලට මද්‍යසාර ගෙන ඒම පිළිබඳවත් දැනුවත් කිරීම් සිදු කළේය.

අභියෝග

කාන්තාවන්ට මේ පිළිබඳ දනුවත් කිරීමේදි එය පිරිමි පාර්ශවයට කල යුතු දැනුවත් කිරීමක් බවට දැඩි මත බහුලව පැවතීම, මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන්නන්ගේ තර්ජන ඒම, ඔවුන් තනිව හමුවීමට දුෂ්කරතා ඇතිවීම, දැනුවත් කරන විට ඇහුන්කන් නොදීම, අපහාසයට හිනා වීම වැනි ගැටලු මතු වූ නිසා දැනුවත් කිරීම දුෂ්කර වුවත් අවසාන වනවිට එම ගැටලු ඔවුන්ටම විසඳා ගනීමට හැකිවීම.

ප්‍රතිඵල

සාර්ථක ලෙස ඉතිරි කිරීම් පුද්ගලයින් 07 දෙනෙකු දැනට පවත්වා ගෙන යාම. සතුටු කැලැන්ඩරය ක්‍රියාත්මක කළ නිවෙස්වල සෑම දිනකම මද්‍යසාර භාවිතයට යොමු වූ පුද්ගලයින් එය දවස් 10ක් දක්වා අඩු කර තිබීම. එම නිසා මද්‍යසාරවලට යෙදවූ මුදල් ඉතිරි කර පෝෂ්‍යදායි ආහාර ලබාගෙන තිබූ අතර එයින් පවුලේ සතුට වර්ධනය වී තිබීම. නිවෙස්වල පවත්වන කුඩා උත්සව අවස්ථා 02ට මද්‍යසාර ගෙන ඒම සම්පූර්ණයෙන් නවත්වා ඇති අතර එමගින් ඉතිරි කරගත් මුදල් වලින් දරුවෙකුට කරාබු දෙකක් සහ පාසල් කටයුතු කිරීමට මේසයක් මිලදී ගෙන තිබීම.

නිගමනය

නිවරදි දැනුම ලබා දීම සහ හදුනාගත් කණ්ඩායමට අනුව වෙන් වෙන් වශයෙන් ක්‍රියාකාරකම් ලබා දීම තුළින් සහ ඒවා පිළිබඳ නිරතුරුවම සොයා බැලීම හරහා සාර්ථක මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයක් සිදු කිරීමට හැකි වේ.

Interventions by women's societies and children's clubs to reduce alcohol, tobacco and other drugs issues in Senapura and Rohanapura Divisions.

Author: L. Nilangika Kumari

Background

This programme was initiated by the staff members of Senapura Janashakthi Bank and voluntary staff together with women's societies and children's clubs in Senapura and Rohanapura Divisions. The main objective was to reduce alcohol, tobacco and other drugs usage in these communities and issues associated with it.

Methodology

Initially, 10 families were selected where members were using alcohol, tobacco or other drugs. Through calculations, they were educated on the daily, weekly, monthly and annual amounts they spend on these substances. Then they were provided with the knowledge on the benefits of saving this money, and they were given a till to collect money spent on alcohol and other drugs. Using posters, 35 children from the children's club were made aware on the harm caused to the appearance due to alcohol and other drug use. They were also educated on how to use the happy calendar at home. Members from women's societies were made aware on myths regarding alcohol and other drug use and bringing alcohol for functions, funerals and other events.

Challenges

When women were being made aware of these facts, there were strong opinions within the communities that this awareness sessions should only target men. There were difficulties in the beginning to meet the users alone, threats were made by the users and they refused to listen to or follow these advices, and instead made sarcastic remarks about the programme. But in the end, they agreed on following the interventions and finding solutions to the issues regarding alcohol and other drug use.

Results

From the users, 7 are already engaged in saving money which was initially spent on alcohol. At homes where they introduced the happy calendar, people who used alcohol daily have reduced it to 10 days. The saved money was used for purchasing nutritious food, which in turn resulted in increased happiness in families. 2 small events at homes were conducted without any alcohol or other drugs, and the saved money was used to buy a pair of earrings and a study table for the children.

Conclusion

Drug prevention was successful as interventions were specially developed and conducted through different target groups. Providing the correct knowledge and continuously monitoring the progress of the interventions greatly helped in achieving successful results.

Theme 03

Interventions to reduce availability and create a change in perception and trends on ATOD.

බෙලිඅත්ත ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාසයේ දෙද්දුවාවල නැගෙනහිර යායවත්ත ගම්මානයේ දුම්වැටි අලෙවිය සහ භාවිතය නැවත්වීම

කර්තෘ :- B.P. නිම්සර හේෂාන්, H.P. අශාන් ශානක , G.S.P. දිනුශාම් නිම්සර , L. විනක් ජිත්සර තෙවිනාත්, P.P.G. කවිශ ලක්ෂාන්, හ/තංගල්ල පිරිමි ජාතික පාසල

පසුබිම

ධීවර රැකියාව ජීවන වෘත්තිය කරගත් බහුතර පිරිසක් ඇති මෙම ගම්මානයේ බොහෝ පිරිසක් දුම්වැටි භාවිතයට පෙළඹී සිටී. වර්තමානය වනවිට ළමුන් සහ තරුණ වියේ අය පවා දුම්වැටි අත්හදා බැලීම්වලට යොමුව ඇත. මෙසේ අත්හදා බැලීම්වලට දුම්වැටි ඇතුළු මත්ද්‍රව්‍ය වෙළඳසැල්වල අලෙවිකරන අතර තරුණ ප්‍රජාව අතර මෙන්ම පාසල් සිසුන් අතරට මත්ද්‍රව්‍ය, මද්‍යසාර ඒම අවම කිරීමට වෙළඳසැල්වල දුම්වැටි අලෙවිය නැවත්වීම මෙහි අරමුණයි.

ක්‍රමවේදය

කොවිඩ් වෛරසය රට තුළ පවතින කාලවකවානුව තුළ පාසල් වැඩසටහන් සිදුකළේ මාර්ගගත ක්‍රමයටයි. ඒ සමගම ADIC ආයතනය විසින් සිදුකළ පාසල් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ වැඩසටහන සඳහා සම්බන්ධ වීමට හැකියාව ලැබුණු අතර, පසුව දුම්වැටි භාවිතය සහ අලෙවිය අවම කළ හැකි ආකාරයන් සේම ගත හැකි ක්‍රියාමාර්ග දැන ගැනීමට හැකි විය. එය ක්‍රියාත්මක කිරීමේදී යායවත්ත ගම්මානයේ ඇති වෙළඳසැල භාවිත කළහ. මෙම ගම්මානයේ තිබූ එකම වෙළඳසැල මෙය වන අතර, මෙහි දුම්වැටි අලෙවිය සිදු වන බව දැන සිටියත් එයට එරෙහිව ක්‍රියාත්මක විය යුතු ආකාරය දැන නොසිටියේය. නමුත් දැන් ඊට එරෙහිව ක්‍රියාත්මක වීමට හැකි දැනුම, අවබෝධය ඇති නිසාම මුලින්ම දුම්වැටි භාවිතය නිසා සිදුවන හානි පිළිබඳ දැනුවත් කළහ.
නමුත් එය මුල් අදියරේ දී අසාර්ථක වූ නිසාම භාවිතය නිසා සිදුවන හානි ඇතුළත් නිර්මාණාත්මක පණිවිඩ සහිත පෝස්ටර් වෙළඳසැල අවට ප්‍රදර්ශනය කෙරිණි. පසුව වෙළඳසැල් හිමිකරු දැනුවත් කිරීම සහ ගම්වාසීන් හට අත්පත්‍රිකා ලබාදෙමින් ඔවුන් දැනුවත් කිරීම, නිවෙස්වල ඇතිවන ආර්ථික ගැටළුවලට හේතුව මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය බව පෙන්වා දීම, භාවිත නොකරන පුද්ගලයන් සිටින පවුල්වල ඇති සතුට සහ ආර්ථික දියුණුව පිළිබඳ සකච්ඡා කිරීම, පසුව වෙළඳසැල් හිමිකරු සමග මේ පිළිබඳ දිගින් දිගටම සාකච්ඡා කරමින් පසු විපරම් කිරීම.

අභියෝග

ප්‍රදර්ශනය කළ පෝස්ටර් ඉරා විනාශ කර දැමීම සහ තර්ජනය කිරීම් ද, මේ වෙනුවෙන් ක්‍රියත්මක වන පිරිස සහ සහයෝගය දෙන පිරිසට අවමන් කිරීම, සෘණාත්මක ප්‍රතිචාර ලැබීම.

ප්‍රතිඵල

බලාපොරොත්තු වූ ආකාරයෙන්ම වෙළඳසැල්හිමියන් දුම්වැටි අලෙවිය සම්පූර්ණයෙන්ම නවතා දැමීම. එම ගම්මානයට තිබූ එකම වෙළඳසැල නිසාවෙන් ගම්මානයේ සිටි දුම්වැටි භාවිත කළ පුද්ගලයන්ගේ භාවිතය අවම වීම. තවද ගම්මානයේ සිටින තරුණ ප්‍රජාවට සහ පාසල් සිසුන්ගේ දුම්වැටි අත්හදා බැලීම අවම වීම.

නිගමනය

මත්ද්‍රව්‍ය සහ මද්‍යසාර භාවිත කරන කෙනෙකුට හෝ භාවිත කිරීමට යොමු වීමට ඉඩකඩ ඇති ඕනෙම කෙනෙකුට එයින් සිදුවන හානිය පිළිබඳ නිවැරදි අවබෝධයක් ලබා දීමෙන් ඔවුන් එයින් නිදහස් කරගැනීමට හැකියාව ඇත.

Ceasing the sale and use of cigarettes in Yayawatta village, East Dedduwawala of Beliatta Divisional Secretariat.

Author:- B.P. Nimsara Heshan, H.P. Ashan Shanaka, G.S.P. Dinusham Nimsara, L. Vinak Jitsara Thevnath, P.P.G. Kavisha Lakshan, H/Tangalle Boys National School

Background

In this village, where the majority of people have taken up fishing as their livelihood, many people are tempted to use cigarettes. Nowadays, even children and young people have experimented with smoking. For such experiments, drugs including cigarettes are sold in shops. Therefore, this project aimed to stop the sale of cigarettes in shops to reduce the consumption of drugs and alcohol among the youth and school students.

Methodology

During the period of the covid virus in the country, school programmes were conducted online. At the same time, it was possible to join the school drug prevention programme conducted by ADIC and then to know the ways to reduce the use and sale of cigarettes as well as the measures that can be taken. The shop in Yayawatta village was chosen to implement this project. This was the only shop in this village and although we knew that cigarettes were being sold here, earlier we did not know how to act against it. But later, because of the knowledge and understanding gained through the ADIC training, we first educated the public about the harm caused by the use of cigarettes. However, as this attempt failed in the early stages, posters with creative messages including the harm caused by cigarette consumption were displayed around the store. Then, the shop owner and the residents were educated through pamphlets pointing out that the economic problems in the houses were caused by alcohol and drug use and discussing the happiness and economic development of families of the non-users. The discussion in this regard with the shop owner and the follow-ups are being carried out.

Challenges

Destroying posters and making threats, humiliating the people working and supporting this project and receiving negative responses were the challenges.

Results

As expected, the owner of the shop completely stopped selling cigarettes. As it was the only shop in the village, the consumption of cigarette users in the village was reduced and the experimentation of cigarettes by the young community in the village and school students were also reduced.

Conclusion

Anyone who uses drugs and alcohol, or anyone likely to use them, can be freed from such by properly addressing the harms caused by them.

"හොඳටම ඇති 31න් නවත්වමු! " තේමාව යටතේ දිවයින පුරා පැවති තරුණයන් මගින් දුම්වැටි මිල වැඩි කරන ලෙස මුදල් අමාත්‍යංශයට බලපෑම් කිරීම.

කර්තෘ :- කේ.ඩී.එන්.වර්ණසූරිය, ටී.ඩී.මනම්පේරි, අයි.එම්.එම්.විතානච්චි , කේ.නිර්මාල් බාලසූරිය, ඒ.කේ.සී.ඒ. අබේසිංහ, කේ.එම්.ඩබ්ලිව්.මදුරංග, පී.ජී.බී.වයි.හේරත් , එම්.එස්.සී.මනම්පේරි, ඒ.කේ.එච්.වහබ්දීන්, ඩී.එස්.පෙරේරා, ඩබ්ලිව්.එච්.කේ.මධුෂාන්, එස්.එස්.පී.බණ්ඩාර, ආර්.ඒ.එම්.එම්.රණවක, සී.එන්.එදිරිසිංහ

පසුබිම

රටෙහි පැවති වසංගත තත්ත්වය හා ආර්ථික තත්වයට දුම්වැටි භාවිතය අතිමහත් බලපෑමක් එල්ල කර තිබුණි. එවැනි තත්ත්වයක් යටතේදීත් ශ්‍රී ලංකාව තුළ දුම්වැටි විකිණීමේ ඒකාධිකාරිය සතු ලංකා දුම්කොළ සමාගම නමින් පෙනී සිටින BATහි දිනක ආදායම රුපියල් ලක්ෂ 4000කට ආසන්න අගයක් ගනී. එමගින් ශ්‍රී ලංකාවේ මුදල් කෝටි ගණනක් දිනපතා විදේශීය රටවල් වෙත ඇදී යයි. මේ වනවිටත් අත්‍යවශ්‍ය අහාර මත අධික බද්දක් මෙන්ම මිල ඉහල යාමක් පෙන්වුවද දුම්වැටි මත පනවන බදු මුදලෙහි කිසිදු වෙනසක් නොපෙන්විය. තවද නිසි බදු ප්‍රතිපත්තියක් නොමැතිකම හේතුවෙන් රටෙහි දුම්වැටි භාවිතය පහළ වැටුණ ද, දුම්වැටි මිල කොතරම් ඉහළ ගිය ද දුම්වැටි සමාගම ලබන ලාභය ඉහළ යාම සිදුවිය.

ක්‍රමවේදය

මෙහිදී අපගේ වැඩසටහන ආකාර කිහිපයකින් සිදුකිරීමට හැකිවිය. එහිදී සමාජ මාධ්‍ය හරහා (Facebook) හරහා post ප්‍රචාරය කිරීම. දුම්රිය ස්ථානවල හා ඇඟළුම් කර්මාන්ත තුළ දුම්වැටි නිවාරණ පණිවිඩ ප්‍රචාරණය කිරීම. දිස්ත්‍රික්ක 22ක නගර 23ක සිංහල හා දමිළ මාධ්‍ය මගින් පෝස්ටර් ප්‍රචාරණ වැඩසටහන් සිදුකිරීම. සිගරට් භාවිතය රටෙහි පවතින ආර්තික අර්බුදයට හානිදායක බව පෙන්වාදෙමින් දුම්වැටි බදු වැඩිකරන ලෙස මුදල් අමාත්‍යාංශයට බලකරන මහජන පෙත්සමකට අත්සන් ලබාගැනීම වෙනුවෙන් ශ්‍රී ලංකාවේ සියලුම පළාත් ආවරණය වන පරිදි නගරාශ්‍රිතව සිදුකිරීම හා මහජන විරෝධතාවයක් කොළඹ කොටුව දුම්රිය ස්ථානය ඉදිරිපිට දී බහුතර තරුණ සහභාගිතාවයෙන් තවත් සිවිල් සංවිධාන සමග එක්වී සාර්ථකව පැවැත්වීම. ලෝක දුම්වැටි නිවාරණ දිනයේ අරමුණ සහ අපගේ වැඩසටහන් මාලාව පිළිබඳව දැනුවත් කිරීම වෙනුවෙන් සියත TV " ආදරණීය ජීවිතය" සහ ITN " පිනි වියන " වැඩසටහන් ද්විත්වයෙහි කාලය වෙන්කර ගැනීම තුළින් මහජන දැනුවත්භාවය සිදුකිරීම. දුම්වැටි භාවිතය රටෙහි පවතින ආර්ථික අර්බුදයට හානිදායක බව පෙන්වාදීමට ස්වභාවික පරිසරය යොදගිනිමින් ඒ පසුබිමෙහි අපගේ පණිවිඩය ආකර්ෂණීය ආකාරයෙන් සමාජගත කිරීම වෙනුවෙන් පරිසර ගවේෂණ වැඩසටහනක් ක්‍රියාත්මක කිරීම.

අභියෝග

රටේ පැවති වසංගත තත්වය හා ආර්ථික තත්වය යටතේ අපගේ වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කිරීමට සිදුවීම. දුම්කොළ සමාගමේ කොටස් හිමි පුද්ගලකුගෙන් බලපෑම එල්ලවීම.

ප්‍රතිඵල

තරුණයින් විසින්ම නිර්මාණය කරන ලද post නිර්මාණය කර Facebook pages 12ක පළකරමින් reach 228673ක් සහ shares 1544ක ප්‍රමාණයක් ලබාගැනීමට හැකිවීම. දුම්රිය ස්ථානවල හා ඇඟළුම් කර්මාන්ත ශාලාවල පුද්ගලයින් 1000000ක පමණක් ප්‍රමාණයක් දැනුවත් කිරීමට හැකිවීම. පෝස්ටර් ප්‍රචාරණය මගින් දිවයින පුරා පුද්ගලයින් 1500000ක පමණ ප්‍රමාණයක් දැනුවත් කිරීමට හැකිවීම. මහජන පෙත්සම හරහා අත්සන් 8000ක ආසන්න අත්සන් ප්‍රමාණයක් ලබාගැනීමට හැකිවීම හා එම පෙත්සම මුදල් අමාත්‍යාංශයට ලබදීමට කටයුතු කිරීම. මහජන පෙත්සම හරහා දුම්වැටියක මිල රුපියල් 5කින් ඉහළ නැංවීමට තීරණය කිරීම.

නිගමන

රටේ පැවති වසංගත තත්වය හා ආර්ථික තත්වය යටතේ අපගේ වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කිරීමට සිදුවීම. දුම්කොළ සමාගමේ කොටස් හිමි පුද්ගලකුගෙන් බලපෑම එල්ලවීම.

Pressuring the Ministry of Finance to increase the price of cigarettes by youths across the island under the theme "Enough! Let's stop at 31".

Authors - K. D. N. Warnasuriya, T. D. Manamperi, I. M. M. Vithanachchi, K. Nirmal Balasuriya, A. K. C. A. Abeysinghe, K.M.W.Maduranga, P.GB..Y.Herath, M.S.C.Manamperi, A.K.H.Wahabdeen, D.S.Perera, W.H.K.Madhushan, S. S. P. Bandara, R. A. M.M. Ranawaka, C. N. Edirisinghe

Background
The use of cigarettes had a huge impact on the pandemic situation and the economic situation in the country. Even under such a situation, the daily income of BAT, which appears under the name Ceylon Tobacco Company, which owns the monopoly of selling cigarettes in Sri Lanka, is close to 4000 lakh rupees. Thus crores of Sri Lankan money are drawn to foreign countries every day. Even then, a high tax on essential food showed an increase in prices, but there was no change in the tax on cigarettes. Also, due to the lack of a proper tax policy, although the use of cigarettes in the country has decreased, despite the increase in the price of cigarettes, the profits of the cigarette company have increased.

Methodology
Here our programme could be done in several ways. Publish the posts through social media (Facebook); Promotion of anti-smoking messages in train stations and garment factories; Carrying out poster advertising programmes in Sinhala and Tamil media in 23 cities of 22 districts; holding a city-wide and public protest in front of the Colombo Fort railway station covering all the provinces of Sri Lanka, with the participation of the majority of youth, together with other civil organizations in order to obtain signatures of a public petition urging the Ministry of Finance to increase the tax on cigarettes pointing out that the use of cigarettes is harmful to the current economic crisis in the country; Conducting public awareness through airtime on 'Adaraneeya Jeewithaya' programme on Siyatha TV and 'Pini Wiyana' programme on ITN to raise awareness about the cause of World No Tobacco Day and our programme series; Using the natural environment to show that the use of cigarettes is harmful to the economic crisis in the country and implementing an environmental research programme in that background to socialize our message in an attractive way.

Challenges
Having to implement our programme under the pandemic situation and economic situation in the country. Influence from a tobacco company shareholder.

Results
Being able to get a reach of 228,673 and 1,544 shares by publishing a post created by the youth on 12 Facebook pages; Being able to educate about 1,000,000 people in railway stations and garment factories. Being able to educate about 1,500,000 people all over the island through poster advertising. Being able to obtain approximately 8,000 signatures through the public petition and arranging to get the petition to the Ministry of Finance. Deciding to increase the price of a cigarette by 5 rupees through public petition.

Conclusion
Empowering young people to influence the government on their proposals, through their creative ideas and collective action can bring out successful results.

ර/ඇඹි කොළඹගෙආර ජාතික පාසල අවට ඇති වෙළඳසැල්වල දුම්වැටි හා මත්ද්‍රව්‍ය වර්ග අලෙවිය නැවැත්වීම

කර්තෘ :- එච්.කේ.ඔමේෂා දෙව්මිණි

පසුබිම
සබරගමු පළාතේ රත්නපුර දිස්ත්‍රික්කයේ ඇඹිලිපිටිය කලාපයේ කොළඹගෙආර ග්‍රාමසේවා වසමට අයත් ර/ඇඹි කොළඹගෙආර ජාතික පාසල ඉදිරිපස වෙළඳසැලත්, පාසල අවට පිහිටි වෙළඳසැල්වලත් තොග,සිල්ලර විශේෂයෙන්ම ඒ අවට ප්‍රසිද්ධ වෙළඳසැල්වල දුම්වැටි අලෙවිය නැවැත්විය යුතු බව වටහා ගන්නා ලදි. මෙයින් පාසල් සිසු සිසුවියන් මෙන්ම තරුණ පරපුරත්, වැඩිහිටි පරපුරත් දුම්වැටි සහ මද්‍යසාර භාවිතයෙන් නිදහස් කර ගැනිම අරමුණ විය.

ක්‍රමවේදය
රටේ පවතින වසංගත කාලයේදී ඔන්ලයින් ක්‍රමවේදය ඔස්සේ යහළුවන් මගින් සම්බන්ධ වීමට හැකි වුණු මෙම මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ වැඩසටහනින්, උපක්‍රම හා එයින් වන විනාශය පිළිබඳ හසල දැනුමක් ලබා ගැනිමට හැකි වුණි. මේ සඳහා "පාසලේ ශිෂ්‍යයන් වන අපහට කුමන අයුරින් දායක වීමට හැකිද?" යන්න සිතූ අතර අප පාසලෙන් සිසුන් දහදෙනෙකුගෙන් යුත් කණ්ඩායමක් හා උපදෙස් මගින් උදව් කිරීමට ගුරු භවතුන් කිහිපදෙනෙකුත් මේ ක්‍රියාවට සම්බන්ධ විය. මෙහිදී අප ඒ අවට තිබූ වෙළඳසැල්වලට ගොස් එහි වෙළඳහිමියන් සමග සාකච්ඡා කර දුම්වැටි හා මත්ද්‍රව්‍ය වර්ග හඳුනාගෙන එයින් සිදුවන හානිය පිළිබඳ ඔවුන්ව දැනුවත් කළේ ය. එමෙන්ම දුම්වැටි අලෙවි නොකරන වෙළෙඳුන් හට ඒ පිළිබඳව විස්තර කොට ප්‍රසංශා කළේය. අපහට මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ වැඩසටහනින් ලබා දුන් අත්පත්‍රිකා, පොස්ටර් එම වෙළඳසැල් හිමියන්ට මෙන්ම ඒ අවට වෙසෙන පුද්ගලයන්ට, වෙළඳ තාප්පවල නිරන්තරයෙන් ඇසගැටෙන ස්ථානවල පෝස්ටර් ප්‍රදර්ශනය කළෙමු. සති දෙකකට පසු නැවතත් ක්‍රියාත්මක වන පරිදි අප කණ්ඩායම එම වෙළඳසැල්වලට ගොස් දුම්වැටි, මත්ද්‍රව්‍ය වර්ග විකුණනවා දැයි සොයා බැලූහ.

අභියෝග
කාලය සීමා වීම, විවිධ සෘණාත්මක අදහස් එල්ල වීම, බාහිර ප්‍රතිචාර අඩුවීම.

ප්‍රතිඵල
ර/ඇඹි කොළඹගෙආර ජාතික පාසල අවට වෙළඳසැල්වල දුම්වැටි හා මත්ද්‍රව්‍ය වර්ග විකිණීම වැළැක්වීමට වෙළඳසැල් හිමියෝ කිහිපදෙනෙක් තීරණය කළහ. ඔවුන් මේ සඳහා ක්‍රියාත්මක වූ බවට සාක්ෂි ලෙස තම වෙළඳසැලේ නැවත දුම්වැටි හා මත්ද්‍රව්‍ය වර්ග විකුණන්නේ නොමැති බව දක්වා තොරතුරු මෙන් ම අත්සන ද, අප වෙත ලබා දෙමින් වෙළඳසැල් හිමියෝ තිදෙනා දුම්වැටි, මත්ද්‍රව්‍ය වර්ග අලෙවිය නතර කිරීමට තීරණය කළහ. පසුව මේ පිළිබඳ සොයාබැලීමේ දී අපට දැන ගැනීමට හැකි වුණේ " සිගරට් නොමැත" යන පාඨය එල්ලා තැබීමත්, දිනකට දුම්වැටි මිලදී ගැනීමට පැමිණෙන පිරිස කෙමෙන් අඩු වී ඇති බවත් දුම්වැටි වෙළඳාම් ප්‍රමාණය අවම වීමත් ය.

නිගමනය
මේ පිළිබඳ විමසා බැලිමේ දී වෙළඳ හිමියන්ට මත්ද්‍රව්‍ය හා දුම්වැටිවලින් සිදුවන බලපෑම හා එයින් වන පරිහානිය පිළිබඳ පැහැදිලි කරදීම ප්‍රතිඵල දායක බවත්, ඒ සඳහා සිසුන් වන අපටත් ක්‍රියාත්මක විය හැකි බවත් සනාථ විය. මේ නිසා දුම්වැටි, මත්ද්‍රව්‍ය වර්ග භාවිතයේ අවම කිරීමට අප සියලු දෙනාගේ මෙන්ම ගුරු භවතුන්ගේ කැපවීම හා එම වැඩසටහනින් ලැබුණු සහය ඵලදායක වුණ බව සනාථ වේ.

Stopping the sale of drugs and smoking in nearby shops of/Ambi Colombogeara National School.

Author:- H.K. Omesha Dewmini

Background

It was understood that the sale of cigarettes should be stopped in the shop in front of R/Ambi Colombogeara National School in Embilipitiya zone of Ratnapura district of Sabaragamuwa province and the shops around the school, especially the famous shops around it. The aim of this was to free the school students as well as the youth and the adults from the use of cigarettes and alcohol.

Methodology

During the pandemic in the country, through this online drug prevention which I got to know from friends, it was possible to get a thorough knowledge about the tactics and the harm of drugs. We thought "How can we, the students of the school, contribute to this?" and some teachers joined in this action to help with instructions along with a group of ten students from our school. We went to the nearby shops and discussed with the shopkeepers and identified the types of cigarettes and drugs and made them aware of the harm caused by them, as well as cigarettes. Explained and praised the traders who do not sell about it. We displayed the handouts and posters given to us from the drug prevention programme in places such as the shop walls, where they can be constantly seen by the shop owners as well as the people living in the vicinity. After two weeks, our team again went to the shops to find out if they were selling cigarettes and drugs.

Challenges

Limitation of time, various negative comments and lack of external responses.

Results

Some of the shop owners decided to prevent the sale of cigarettes and drugs in the shops around R/Ambi Colombogeara National School. Three shop owners decided to stop the sale of cigarettes and drugs by giving us the information and signatures as evidence that they will not sell cigarettes and drugs in their stores again. Later in the inspection, we came to know that the text "No Cigarettes" was hung and the number of people coming to buy cigarettes per day has gradually decreased and the amount of cigarette trading has decreased.

Conclusion

In examining this, it was confirmed that explaining the effects and harm of drugs and cigarettes to shopkeepers is very fruitful, and for that, we as students can also take action. This proves that the commitment of all of us as well as the teachers and the support received from the programme was effective in reducing the use of cigarettes and drugs.

දුම්වැටි අලෙවිය අවම කිරීම සඳහා ළමා සමාජ දරුවන් විසින් සිදුකළ මැදිහත්වීමේ සාර්ථකත්වය

කර්තෘ :- එස්.එස්. ධනුෂ්කා

පසුබිම

ගම තුළ වෙළඳසැල්වල දුම්වැටි අලෙවි කිරීම නිසා භාවිත කරන පිරිසගේ භාවිතය අවම කරගැනීමට බාධාවක් මෙන්ම ප්‍රසිද්ධියේ දුම්වැටි බොන තැන් නිර්මාණය වී තිබීම අපට දක්නට ලැබිණ. දුම්වැටි භාවිත අවස්ථා දරුවන්ට දකින්නට ලැබෙන අවස්ථා වැඩිවීම නිසා දරුවන් දුම්වැටි භාවිතයට යොමුවීමට ද හේතුවක් බව අපට හැගේ. මෙම ගැටළු අවම කරගැනීමට තවලම ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාසයේ ග්‍රාම නිලධාරී වසම් 36න් වසම් 02ක ළමා සමාජ දරුවන් සමඟ දුම්වැටි අලෙවිකරන වෙළඳසැල්වල දුම්වැටි අලෙවිය අවම කර ගැනිම සඳහා උත්සහා කිරීමක් මෙහිදී සිදුවිය .

ක්‍රමවේදය

ළමා සමාජ දෙකෙහි දරුවන් 106 දෙනෙකු සම්බන්ධ කරගනිමින් දුම්වැටි භාවිතය නිසා සිදුවන හානි ලෙස මුදල් නාස්තිවීම, ගඳ, මුහුණ කැතවීම වැනි කරුණු පිළිබඳව සාකච්ඡා කරන ලදි. ඒ අනුව දරුවන් විසින් ම යෝජනා කරන ලද මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සදහා ළමා සමාජයක් ලෙසට කළ හැකි දේ පිළිබඳ ඔවුන්ගෙන් යෝජනා ලබාගන්නා ලදි. ළමුන්ගේ යෝජනාවට අනුව දරුවන් සමග වෙළඳසැල් වෙතට ගොස් දුම්වැටි අලෙවිය නිසා ඇතිවන බලපෑම ගැන වෙළඳසැල් හිමියන් දැනුවත්කර අලෙවි නොකරන ලෙස ඉල්ලීමක් කළ අතර තෝරාගත් වෙළඳසල් 06ක දරුවන් විසින් නිර්මිත පෝස්ටර් ප්‍රදර්ශනය සිදුවිය. දුම්වැටි භාවිතය නිසා වියදම් වන මුදල සහ “සිගරට් බිව්වම තොල් කැතවෙනවා” වැනි වැකි සහිත ව ඇඳින ලද පෝස්ටර් ප්‍රදර්ශනය කිරීම මෙහිදී සුවිශේෂී වේ.

අභියෝග

අධ්‍යාපන කටයුතු සමග දරුවන් සඳහා වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කිරීමේ දී කාලය කළමණාකරණය කරගැනීමේ ගැටළුව සහ මුලින්ම වැඩසටහන සඳහා දරුවන්ගේ දායකත්වය ලබා ගැනිම පිළිබඳ ඇතැම් දෙමව්පියන් අකමැති වීම

ප්‍රතිඵල

ළමා සමාජ දෙකෙහි දරුවන් දුම්වැටි භාවිතය නිසා මුණකැතවෙන බව,තොල් කැතවෙන බව වැනි හානි පිළිබඳ හොඳින් දැනුවත් විම. වෙළඳසැල් ඇමතීමේ හැකියාව ළමුන් 4 දෙනෙකුගේ ඉතා හොදින් සංවර්ධනය වීම. වෙළඳසල් 06න් වෙළඳසැල් 02ක සම්පූර්ණයෙන් දුම්වැටි අලෙවිය නතර කිරීම. ප්‍රසිද්ධියේ දුම්වැටි භාවිත කරන ස්ථාන 6ක් නිදහස්වීම. වෙළඳසැල් හිමියා සමග සුහදතාවය තවදුරටත් වර්ධනය කරගැනීම තුළින් දුම්වැටි අලෙවිය නැවැත්වූ වෙළඳසැල් එම තත්වයේ පවත්වාගැනීම සඳහා ළමා සමාජ මාසික රැස්වීම පවත්වන අවස්ථාවේ ළමුන් වෙළඳසැල් වෙත යාම සිදුකරයි.

නිගමන

කොට්ඨාසයේ සැම ළමා සමාජයකම දරුවන් හරහා ක්‍රියාකාරී සැලැස්මකට අනුව සංවිධානය වුවහොත් සම්පූර්ණ කොට්ඨාසයේ ම දුම්වැටි අලෙවිය සිදුකරන වෙළඳසැල්වලින් සැළකිය යුතු ප්‍රමාණයක අලෙවිය අඩු කිරීමට හැකියාව පවතින බව හා එමඟින් ඒවා භාවිත කරන්නන් ප්‍රමාණය ක්‍රමානුකූලව අඩු කර ගැනිමේ හැකියාව පවතින බව නිගමනය විය.

The success of Children's Society children's intervention to reduce cigarette sales

Author :- S.S. Dhanushka

Background

Selling cigarettes in the shops in the village is a hindrance to reducing the use of the people and we have seen the creation of places where people smoke cigarettes in public. We feel that the increase in the number of instances that children get to see the use of cigarettes is also a reason for children to resort to using cigarettes. In order to reduce these problems, there was an effort to reduce the sale of cigarettes in shops selling cigarettes with Children's Societies in 02 domains out of the 36 Grama Niladhari domains of the Thawalama Divisional Secretariat Division.

Challenges

The problem of time management in the implementation of the programme for children along with educational activities and some parents' objection to getting children's contribution to the programme at first.

Results

In the two Children's Societies, the children are well aware of the harm caused by the use of cigarettes, such as snotty faces and ugly lips. The ability to address stores is very well developed in 4 children. Stopping the sale of cigarettes completely in 02 shops out of 06 shops. Exemption of 6 places where cigarettes are used in public. By further developing the friendship with the shop owner, the children go to the shops during the monthly meeting of the Children's Societies to maintain the shops that have stopped selling cigarettes in that condition.

Conclusions

It was concluded that if all Children's Societies in the division are organized according to an action plan through the children, there is a possibility to reduce the sale of cigarettes in the shops selling cigarettes in the entire division to a considerable extent and thus there is a possibility to systematically reduce the number of people who use them.

சமூக வலைத்தளங்களில் போதைப்பொருள் விளம்பரங்கள்

எழுத்தாளர் : ச.பிரியதர்ஷன் குரூஸ்

பின்னணி

நோக்கம். 2022 ஆம் ஆண்டு ஐப்பசி முதலாம் திகதி தொடக்கம் கார்த்திகை முதலாம் திகதி வரை உள்ள காலப்பகுதியில் சமூக வலைத்தளங்களில் வெளிவந்த மதுசாரம், சிகரெட், ஏனைய போதைப் பொருட்கள் விளம்பரப்படுத்தப்பட்ட தன்மையினை அறிந்து கொள்ளல்.

நோக்கம்.

2022 ஆம் ஆண்டு ஐப்பசி முதலாம் திகதி தொடக்கம் கார்த்திகை முதலாம் திகதி வரை உள்ள காலப்பகுதியில் சமூக வலைத்தளங்களில் வெளிவந்த மதுசாரம், சிகரெட், ஏனைய போதைப் பொருட்கள் விளம்பரப்படுத்தப்பட்ட தன்மையினை அறிந்து கொள்ளல்.

வழிமுறை

மேற்குறிப்பிட்ட ஒருமாத காலப்பகுதியில் சமூக வலைத்தளங்களை பயன்படுத்தும் 20 நண்பர்களின் வலைதளப்பதிவுகள் ஆய்வுக்கு உட்படுத்தப்பட்டன. அதன்படி இவர்கள் பயன்படுத்திய சமூக வலைத்தளங்களில் பெரும்பாலானோர் முகநூலினையே பாவித்துள்ளனர். அத்தோடு No போத்தல் Only ஆத்தல், புண்பட்ட நெஞ்சை புகைவிட்டு ஆத்துதல், வாழ்க்கை வாழத்தானே, யம்பா இளைஞர்படை, Welcome party போன்ற ஆறு வகையான WhatsApp குழுக்கள், 9 முகநூல் பக்கத்தினதும், 9 முகநூல் குழுக்களினதும் விளம்பரங்களின் மொத்த எண்ணிக்கைகள் ஆய்வுக்கு உட்படுத்தப்பட்டன. அத்தோடு ஏனைய சமூகவலைத்தளங்களில் விளம்பரப்படுத்தப்பட்ட போதைப்பொருள் வகைகள், அவை பற்றிய பொய்யான தகவல்களும் அவை விளம்பரப்படுத்தப்படுகின்ற வழிமுறைகளும் பகுப்பாய்விற்கு உட்ப்படுத்தப்பட்டன

சவால்கள்.

தொலைபேசியில் சிறு கோளாறு ஏற்பட்டதோடு சில தொழில்நுட்பம் சம்பந்தமான பிரச்சினைகளையும் ஆய்வின் போது சந்திக்க நேர்ந்தது

பெறுபேறுகள்.

பகுப்பாய்வின் படி, 69 பதிவுகள் விளம்பர வடிவில் அமைந்திருந்தது. இவற்றில் 32 சிகரட் விளம்பரமாகவும், 23 சாராயம் குறித்ததாகவும், 14 ஐஸ்போதை, கஞ்சா தொடர்பான விளம்பரமாகவும் காணப்பட்டது. மேலும் ஒன்பது முகநூல் குழுக்களினை ஆய்வு செய்தபோது ஒருமாத காலப்பகுதிக்குள் கஞ்சாப்பூ என்ற வார்த்தையினை பயன்படுத்தியவாறு ஒரு புதிய பாடல் பதிவும், 18 விளம்பரப்பதிவுகளும் இடப்பட்டு இருந்தன. அத்தோடு ஆறு whatsapp குழுக்களில் ஒரு மாதத்திற்குள் 19 விளம்பரப்பதிவுகள் இடப்பட்டிருந்தது. ஒன்பது முகநூல் பக்கங்களில் 20 பதிவுகள் இடப்பட்டிருந்தது.

முடிவுரை.

உறுதிப்படுத்தப்பட்ட ஆய்வுத்தகவல்களை எடுத்து அவற்றினை ஆணித்தரமாக ஆய்வு செய்து ஏனையோருடனும் கலந்தாலோசித்து அவர்களின் கருத்துக்களையும் உள்வாங்குவதன் மூலம் ஓர் உண்மைத்தன்மையான ஆய்வொன்றினை மேற்கொள்ள முடியும்

Alcohol, tobacco and other drug promotions on social networking sites

Author - Priyadarshan Croose

Backround

Today, more and more people spend time on social media. Social media has also become advantageous for promoting alcohol, cigarettes and other drugs through advertisements. As a result, more and more children and young adults are becoming drug users. According to a recent study, 81% of people in the world report spending an average of 3.6 hours on social media. Based on this, there is an increase in the activities of displaying and promoting drugs in the internet news with the intention of exaggerating drugs and memes on Facebook, sometimes with the intention of banning them.

Objective

To know the nature of advertising of alcohol, cigarettes and other drugs that appeared on social media during the period from the 1st October to 1st November 2022.

Methodology

The website records of 20 individuals who used social networking sites during the above one-month period were examined. The total number of advertisements in 9 Facebook pages and 9 Facebook groups and 6 WhatsApp groups (No Bottle Only Fun, Smoke with Fun for relief of broken Heart, Life is for living, Yamba Youth Corp, Welcome Party, etc.) were examined. Also, the types of drugs advertised on other social websites, the false information about them and the methods by which they are advertised were analyzed.

Challenges

A minor glitch occurred with the phone and some technical issues were encountered during the inspection.

Results

When considering the 20 participants selected for the study, they mostly used Facebook to post their responses. Accordingly, within a period of one month, when their Facebook was examined, 69 posts were present in the form of advertisements. 32 of these were cigarette advertisements. 23 were found to be related to alcohol and 14 were ads related to ice addiction and Cannabis. A survey of 9 other Facebook groups revealed one new song and 18 commercials using the word marijuana within a month. Also, 19 ads were posted in six WhatsApp groups within a month. There were 20 posts on 9e Facebook pages. Accordingly, it has been observed that these social websites are working with the aim of specifically attracting youth and school students.

Conclusion

A true study can be done by obtaining confirmed research data, analyzing them seriously, consulting with others and absorbing their opinions.

බලන්ගොඩ පුස්තකාලයේ මැදිහත්වීම තුළින් බළන්ගොඩ නාගරික බල ප්‍රදේශය තුළ දුම්වැටි අලෙවිය අවම කර ගැනීමට වෙළඳසැල්හිමියන් බල ගැන්වීම

කර්තෘ :- අයි. යු. විදාණපතිරණ

පසුබිම

බලන්ගොඩ නගර සීමාව තුළ වෙළඳසැල් 50ක පමණ දුම්වැටි අලෙවිය සිදු වන බව බලන්ගොඩ නගර සභා මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකතුමා හා එක්ව කළ සමීක්ෂණයකින් අපට දැන ගන්නට ලැබුණි.

ක්‍රමවේදය

ප්‍රථමයෙන් නාගරික බල ප්‍රදේශය තුළ හඳුනාගත් දුම්වැටි සහ මත්ද්‍රව්‍ය අලෙවිකරන වෙළඳසැල් හිමියන්හට රූපමය අවවාද ඇතුළත් අත්පත්‍රිකා බෙදාදීමත්, ඒ සම්බන්ධව සිටිකර් වෙළඳසැල් තුළ ප්‍රදර්ශනය කිරීමත් සිදු කරන ලදි. ඉන්පසු වෙළඳසැල් 50ක හිමිකරුවන් ඒකරාශි කරමින් බලන්ගොඩ නගර සභා මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකතුමා හා එක්ව දුම්වැටි සහ මත්ද්‍රව්‍ය අලෙවිය තුළින් ඔවුන්ගේ වෘත්තිමය ගෞරවයට සිදුවන හානි, ප්‍රජාවට සිදුවන හානි පිළිබඳව දැනුවත් කිරීමත්, පාසල් දරුවන් හට දුම්වැටි සහ මත්ද්‍රව්‍ය අලෙවියේ නිතීමය පැතිකඩ පිළිබඳ දැනුවත් කිරීමත්, වෙළඳසැල දුම්වැටි සහ මත්ද්‍රව්‍ය අලෙවියෙන් නිදහස් ස්ථානයක් වීමෙන් ලැබෙන වාසි පිළිබඳවත් දැනුවත් කරන ලදී.

අභියෝගය

වෙළඳසැල් හිමියන් ඒකරාශි කරගැනීමේ දුර්වලතා. වෙනත් භාණ්ඩ අලෙවි කිරීමේ ප්‍රයෝගයක් ලෙස වෙළඳසැල් හිමියන් දුම්වැටි අලෙවිය භාවිත කිරීම නිසාවෙන්, ඔවුන් මේ සඳහා දක්වන පසුබැසීම සහ සෘණාත්මක ආකල්පවලින් යුක්ත වීම.

ප්‍රතිඵල

වෙළඳසැල් 12ක පමණ වෙළදසැල් හිමියන් පාසල් ළමුන්ට දුම්වැටි අලෙවි කිරීම සම්පූර්ණයෙන්ම නවත්වා තිබීම. ඒ සදහා ළමුන්ම එම වෙළදසැල්වලට යවා සොයා බැලීම. වෙළඳසැල් තුළ ඇති දුම්වැටි සහ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය ප්‍රචාරණය වන දැන්වීම් හා පුවරු ඉවත් කර තිබීම.

නිගමනය

දුම්වැටි සහ මත්ද්‍රව්‍ය අලෙවිකරන වෙළඳසැල් හිමියන් හට නිසි දැනුම ලබා දීම, පසු විපරම් සිදු කිරීම මඟින් පාසල් දරුවන් හට දුම්වැටි සහ මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය කළ හැකි බව.

Empowering shop owners to reduce the sale of cigarettes in the Balangoda municipal area through the intervention of the Balangoda Library.

Author: I. U. Vidanapathirana

Background

We came to know from a survey conducted together with the Public Health Inspector of Balangoda Municipal Council that cigarettes are sold in around 50 shops within Balangoda city limits.

Methodology

Firstly, leaflets containing pictorial warnings were distributed to the owners of tobacco and drug-selling shops identified in the urban area and the stickers were pasted inside the shops. Then by gathering the owners of 50 shops, we, together with the Public Health Inspector of Balangoda Municipal Council held an awareness programme on the damage to their professional honour caused by the sale of cigarettes and drugs, the damage caused to the community, and the legal aspect of selling cigarettes and drugs to the school children and the benefits of keeping the shop a place free of cigarettes and drugs.

Challenge

Difficulty in gathering the shopkeepers. Because shopkeepers use cigarette selling as leverage to sell other products, they were reluctant and showed negative attitudes towards this programme.

Results

Shopkeepers of about 12 shops have completely stopped selling cigarettes to school children. For that, the children were sent to the shops to inspect. Advertisements and hoardings promoting smoking and drug use in shops have been removed.

Conclusion

By providing proper knowledge and follow-up to the shop owners who sell cigarettes and drugs, school children can be prevented from smoking and drugs.

තිහගොඩ - මැද උයන්ගොඩ ග්‍රාමයේ දුම්වැටි අලෙවි කිරීම අවම කිරීමට බලගැන්වූ ප්‍රජාවක්

කර්තෘ :- B.K. බස්නායක

පසුබිම

තිහගොඩ ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාශයේ මැද උයන්ගොඩ ග්‍රාම නිලධාරි වසමේ දුම්වැටි අලෙවිකරන වෙළඳසැල් 10ක් පිහිටා ඇති බව ළමා සමාජ දරුවන් විසින් සිදුකරන ලද අධ්‍යනයකින් හෙළිවිය. එයින් මෙම ප්‍රදේශයේ තරුණයින්, වැඩිහිටියන් දුම්වැටි භාවිතයට වැඩි ප්‍රවණතාවයක් හඳුනාගත හැකිය. එමෙන්ම දරුවන් දුම්වැටි භාවිතයට යොමු වීමේ වැඩිවීමක් ද හඳුනාගත හැකිවිය. මේ නිසා ඔවුන්ගේ පවුල් ආශ්‍රයෙන් විවිධ සමාජ, ආර්ථික, සෞඛ්‍ය ගැටළු ඇතිවී ඇති අතර වත්මන් ආර්ථික ගැටළුව පවුල් සංස්ථාවේ අර්බුද නිර්මාණය වීමට හේතු වී ඇත. එසේම අධ්‍යාපනය හදාරන දරුවන්ට විවිධ ගැටළු මතුවී ඇත. මෙයට පිළියමක් සහ එම ගැටළුවලට විසඳුමක් ලෙස මැද උයන්ගොඩ ග්‍රාමය ඇසුරින් වෙළඳසැල්වල දුම්වැටි විකිණීම නතර කිරීම හා දුම්බීමට පුරුදු වූවන් නිදහස් කර ගැනීමට වැඩසටහන් 2022 වසර මුල සිට මේ දක්වා ක්‍රියාත්මක වෙයි.

ක්‍රමවේදය

මැද උයන්ගොඩ ග්‍රාම නිලධාරි වසමේ සියලු රාජ්‍ය නිලධාරින් විහාරස්ථානවල ස්වාමීන් වහන්සේලා, විදුහල්පතිවරු, ගමේ ප්‍රජාව විශේෂයෙන් ළමා සමාජය දුම්බීමේ ගැටළුව සහ ඒවා ප්‍රවර්ධනය වන ආකාරය දැනුවත් කරන ලදි. ළමා සමාජ දරුවන්ගේ වැඩසටහන් තුළ දී දුම්බීමේදී පවුලට හා සමාජයට සිදුවන හානි ඉන් පැන නගින ගැටළු පිළිබඳ විද්‍යාත්මත පසුබිමකින් සාකච්ඡා කරන ලදී. ඒ සඳහා ගතයුතු ක්‍රියාමාර්ග පිළිබඳව සාකච්ඡා කරන ලදී. ඒ අනුව යමින් ළමා සමාජයේ දෙමාපියන් හා දරුවන් මෙන්ම, සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරි කාර්යාලය, පොලිස් ස්ථානය, පොලිස් ස්ථානාධිපති, ප්‍රාදේශීය ලේකම්, ග්‍රාම නිලධාරී, විහාරස්ථානයේ නායක හාමුදුරුවන් එක්වී වෙළඳසැල් හිමියන් දැනුවත් කරන ලදි. එවැනි නිලධාරි මණ්ඩලයක් එක් කර ගැනීමෙන් මෙහි ඇති තිරසර බව හා සියලු දෙනාගේ ම මැදිහත්වීම නිසා අභියෝගයන්ට පහසුවෙන් මුහුණදීම පහසු විය. ළමා සමාජ දරුවන් විසින් මේ සම්බන්ධව නිර්මාණය කරන ලද පෝස්ටර් ද ගම පුරා ප්‍රදර්ශනය කිරීමද සිදු කරනු ලැබීය.

අභියෝග

මැද උයන්ගොඩ ප්‍රදේශයේ වෙළඳසැල් හා දුම්වැටි භාවිතය පුරුදු වූවන්ගේ බැණ වැදීම් වැනි චෝදනා එල්ලවීම. සමහර රාජ්‍ය නිලධාරීන්ගේ මෙවැනි කටයුතු සඳහා ලැබෙන සහාය සමහර අවස්ථාවල අඩු වීම. ළමුන් විසින් ප්‍රදර්ශනය කරන ලබන පෝස්ටර් ප්‍රදර්ශනයට අකමැති වීම.

ප්‍රතිඵල

දුම්වැටි විකුණූ වෙළඳසැල් 3ක් එය නවතා දැමීම. මෙම වැඩසටහන යටියන නගරයෙත් සිදු කිරීමට ඉල්ලීම් ලැබීම. දුම්වැටි සඳහා යන වියදම් ඉතිරි කිරීම් සිදු කිරීමේ වැඩසටහනක් මීට සමගාමීව ක්‍රියාත්මක කිරීමට දරුවන් පෙළඹවීම.

නිගමන

මෙවැනි අභියෝගාත්මක ක්‍රියාකාරකම් තිහගොඩ - මැද උයන්ගොඩ ග්‍රාමයේ දුම්වැටි අලෙවිකිරීම අවම කිරීමට බලගැන්වූ ප්‍රජාවක්.

A community empowered to reduce the sale of cigarettes in Meda Uyangoda village, Tihagoda

Author: B.K. Basnayake

Background

A study conducted by the Children's Society revealed that there are 10 shops selling cigarettes in the area of Uyangoda Grama Niladhari domain in the Tihagoda Divisional Secretariat Division. It can be recognized that the youth and adults in this area have a greater tendency to use cigarettes. An increase in children's use of cigarettes was also detected. Because of this, various social, economic and health problems have arisen in their families and the current economic problem has led to the creation of crises in the family corporation. Also, various problems have arisen for the children who are studying. As a solution to these problems, the programmes to stop the sale of cigarettes in the shops and to free those who are used to smoke are being implemented from the beginning of 2022 until now.

Methodology

All the government officials of the Meda Uyangoda Grama Niladhari domain, the theros of the temples, the principals, and the village community especially the children's Society were educated about the problem of smoking and how they are promoted. In children's Society programmes, the harm caused to the family and society by smoking was discussed with a scientific background. Actions to be taken for that were discussed. Accordingly, as well as the parents and children of the children's Society, the office of the medical officer of health, the police station, the Chief of Police, the Divisional Secretary, the Grama Niladhari officer, the chief incumbent of the temple and the shopkeepers were educated. By bringing together such a board of officers, it became easier to face the challenges because of the sustainability and involvement of all. Posters created by the children's Society were also displayed throughout the village.

Challenges

Accusations and scolding by the shops and people who used to smoke in the Meda Uyangoda area. Lack of support from some government officials for such activities in some cases. Dislike the display of posters displayed by children.

Results

3 shops stopped selling cigarettes. Received requests to carry out this programme in the city of Yatiyana. Encouraging children to simultaneously implement a programme to save money on cigarettes.

Conclusions

By doing such challenging activities together as a group, it became easier to overcome the challenges. Also, through creative and organized action, programmes can be successfully implemented to reduce cigarette use and stop sales.

தென்னிந்திய தமிழ் திரைப்படங்களில் மதுசாரம், சிகரட் மற்றும் ஏனைய போதைப்பொருள் விளம்பரங்கள்

எழுத்தாளர் : குணசீலன் யோகாஷினி

பின்னணி
மதுசாரம், சிகரட் மற்றும் ஏனைய போதைப்பொருள் உற்பத்தி நிறுவனங்கள் மறைமுகமான விளம்பரங்களை பிரதான பொழுதுபோக்கு அம்சமான திரைப்படங்களில் அதிகம் இணைக்கின்றன. இவ்வாறான காட்சிகளைப் பார்ப்பதனால் சிறுவர்கள் முதற்கொண்டு அனைவரின் இடையேயும் மதுசாரம், சிகரட் மற்றும் ஏனைய போதைப்பொருள் மீதான ஆர்வம் அதிகரிக்கின்றது என பல ஆய்வுகள் முன்வைக்கப்பட்டுள்ளன.

நோக்கம்
2022ஆம் ஆண்டு ஜனவரி 01ஆம் தொடக்கம் ஆகஸ்ட் 31ஆம் திகதி வரை வெளிவந்த தென்னிந்தியதிரைப்படங்களில் மதுசாரம், சிகரட உட்பட ஏனைய போதைப் பொருட்கள் விளம்பரப்படுத்தப்பட்ட விதத்தினை அறிந்து கொள்ளல்.

வழிமுறை
2022ஆம் ஆண்டு ஜனவரி 01ஆம் தொடக்கம் ஆகஸ்ட் 31ஆம் திகதி வரை பிளம் பீட் இணையத்தளத்தின் தகவலிற்கமைய வெளிவந்த தென்னிந்தியதிரைப்படங்களில் மக்களால் அதிகம் பார்க்கப்பட்ட 14 தென்னிந்தியதிரைப்படங்களில் ஆய்வுக்குட்படுத்தப்பட்டது.
இவ் ஆய்வு பயிற்றுவிக்கப்பட்ட நால்வர் கொண்ட வளவாளர்களினால் மேற்கொள்ளப்பட்டது. ஆய்வின் விதிமுறைக்கமைய ஒவ்வொரு திரைப்படத்தையும் இருவர் தனித்தனியாக ஆய்வு செய்தனர்.

குறிப்பிட்ட ஆய்வில் வெளியான திரைப்படம், விளம்பரப்படுத்திய - போதைப்பொருள் வகைகள், நேர அளவு, மூடநம்பிக்கைகள், வழிமுறைகள், கதாபாத்திரங்கள் போன்றவை பிரதானமாக பகுப்பாய்வு செய்யப்பட்டது.

சவால்கள்
இது தொடர்பான ஆய்வுகளை மேற்கொண்டபோது அதற்கு தேவையான தொலைத்தொடர்பு சாதனங்களை பெற்றுக்கொள்ள முடியவில்லை, இடையிடையே ஏற்பட்ட மின்வெட்டின் காரணமாக தொடர்ச்சியாக ஆய்வினை மேற்கொள்ள முடியாமல் போனது.

பெறுபேறுகள்
14 திரைப்படங்களில் 13 திரைப்படங்கள் மதுசாரம், சிகரட், ஏனைய போதைப்பொருள் விளம்பரங்களை உள்ளடக்கியிருந்தமை குறிப்பிடத்தக்கது. "டான் (Don)" என்ற திரைப்படத்தில் மாத்திரமே விளம்பரம் எதுவும் உள்ளடக்கபடவில்லை. ஆய்விற்குட்படுத்தப்பட்ட திரைப்படங்களில் 202.11 நிமிடங்கள் (3 மணித்தியாலயங்கள் 36.11 நிமிடங்கள்) விளம்பரங்கள் இணைக்கப்பட்டுள்ளமை குறிப்பிடத்தககது மொத்த விளம்பர நேரத்தில் 152.34 நிமிடங்கள் மதுசார விளம்பரங்களும் 47.59 நிமிடங்கள் சிகரட் விளம்பரங்களும் 2.81 நிமிடங்கள் ஏனைய போதைப்பொருள் விளம்பரங்களும் விளம்பரப்படுத்தப்பட்டுள்ளன. 191.38 நிமிடங்கள் காட்சியின் மூலமும், கவர்ச்சிகரமாகவும் விளம்பரப்படுத்தப்பட்டுள்ளது. இது இளைஞர்களை ஈர்ப்பதை நோக்கமாகக் கொண்டு விளம்பரங்கள் உள்ளடக்கப்பட்டிருந்தமை ஆய்வின் மூலம் அவதானிக்கப்பட்டது.

முடிவுரை:
மதுசாரம், சிகரட் மற்றும் ஏனைய போதைப்பொருள் தடுப்பு திட்டங்களை மேற்கொள்ளும் போது அதன் தூண்டற்காரணிகளை கையாண்டு வெளிகொண்டு வருவது இன்றியமையாத ஒன்றாகும்.

Promotion of alcohol, tobacco and other drugs in Tamil films

Author - Gunaseelan Yogashini

Background

Nowadays everyone from children to adults are involved in various activities for their entertainment and interest. With this in mind, the alcohol, cigarette and other drug manufacturing companies publish advertisements that show the positive effects of drug use in order to attract more customers and increase their sales. It has been revealed through research that watching such scenes increases the interest in alcohol, cigarettes and other drugs among everyone, starting from children.

Objective

To know the manner in which alcohol, cigarettes and other drugs were advertised in South Indian films released from January 01st to August 31st 2022.

Methodology

14 South Indian movies that have been watched by the public from the 01st January to 31st August 2022 have been analyzed according to the information of the high rating websites.

The study was conducted by four trained resource persons. Each film was individually analyzed by two individuals for the purpose of the study.

In the particular study, the films released, the types of drugs advertised, the amount of time advertised, the superstitions advertised, the methods advertised, the characters advertised etc. were mainly analyzed.

Challenges

When research was carried out in this regard, it was difficult to obtain the necessary telecommunication equipment. It was not possible to carry out a continuous survey due to intermittent power cuts.

Results

It is noteworthy that 12 out of 14 movies included advertisements of alcohol, cigarettes and other drugs. Only the movie "DAN" does not contain any advertisements. It is noteworthy that 202.11 minutes (3 hours 36.11 minutes) of advertisements were included in the movies under study. Of the total advertisement time, 152.34 minutes were of alcohol advertisements, 47.59 minutes were of cigarette advertisements and 2.81 minutes were of other drug advertisements. 191.38 minutes was promoted by the show and the glamor is high and polished. It was observed through the study that the advertisements were aimed at attracting the youth.

Conclusion

Addressing the underlying causes of alcohol, cigarette and other drug addiction is essential in any prevention program.

දුම්කොළ, මද්‍යසාර සහ අනෙකුත් මත්ද්‍රව්‍යයන්හි හානිය සමාජගත කිරීම, ප්‍රතිරූපය සහ ධනාත්මක සමාජ මතයන් අවම කිරීම සහ කර්මාන්ත උපක්‍රම ආපසු හැරවීම වෙනුවෙන් බහුවිධ මාධ්‍යන්ගෙන් ඵලදායී සහ පුළුල් ප්‍රචාරණ වැඩසටහන් මෙහෙයවීම.

කතෘ - පී.කේ.රන්මල් ප්‍රේමතිලක

පසුබිම
වර්තමානයේ මාධ්‍ය පුළුල් අවකාශයක් සහිත ඉතාමත් කාර්යක්ෂම සහ නව්‍යතාවන්ගෙන් සපිරුණු ක්ෂේත්‍රයකි. මුද්‍රිත මාධ්‍ය, විද්‍යුත් මාධ්‍ය සහ සමාජ මාධ්‍ය යන්න එහි වඩාත් ජනප්‍රිය අංගයන් වේ. මාධ්‍යයේ ඇති පුළුල් බව හේතුවෙන්ම දුම්කොළ, මද්‍යසාර සහ අනෙකුත් මත්ද්‍රව්‍ය කර්මාන්ත සංවිධානාත්මකව මැදිහත් වීම හේතුවෙන් ප්‍රචාරණය වන අවස්ථා දිනපතා සෑම මාධ්‍ය ක්ෂේත්‍රයක් පාසා ම දක්නට ඇත.

ක්‍රමවේදය
මුද්‍රිත මාධ්‍ය වශයෙන් පෝස්ටර්, බැනර්, අත්පත්‍රිකා සහ පුවත්පත් දැන්වීම් දැක්විය හැකි අතර විද්‍යුත් මාධ්‍යන්හි රූපවාහිනී, ගුවන්විදුලි වැඩසටහන් සහ දැන්වීම් දැක්විය හැකිය. එසේම Facebook, Instagram ඇතුළු සමාජ මාධ්‍යයට විශේෂ තැනක් හිමිවේ. මෙම මාධ්‍යන් මගින් සිදු කරන නිවාරණට අදාළ ප්‍රචාරණයන් දුම්කොළ, මද්‍යසාර සහ අනෙකුත් මත්ද්‍රව්‍යයන්හි හානිය සමාජගත කිරීම, ප්‍රතිරූපය සහ ධනාත්මක සමාජ මතයන් අවම කිරීම සහ කර්මාන්ත උපක්‍රම ආපසු හැරවීම යන තේමාවන්ට අනුකූලව සිදු කරනු ලබයි.

අභියෝග
ප්‍රජාව අතර ව්‍යාප්ත කිරීමට අපහසු ආකාරයේ සමාජීය වටපිටාවක් ඇති වූ අතර දේශපාලන පෙරළිය සහ ජනතාවගේ පැවැත්ම පිළිබඳ ගැටළු ඊට මූලික වශයෙන් බලපෑවේය. තවද සමාජ මාධ්‍ය ඔස්සේ කර්මාන්ත උපක්‍රම ආපසු හැරවීම වෙනුවෙන් සිදුකරන ලද යම් යම් තොරතුරු සමාජගත කිරීමේ ක්‍රියාකාරකම්වල දී අප සතුව පැවති Like 5000 ඉක්මවූ වටිනා Facebook පිටු 03 අපට අහිමි විය. ADIC Sri Lanka Facebook පිටුව හරහා ගංජා නීතිගත කිරීමට ඇතැම් පාර්ශව දැරූ උත්සහයන් වළක්වාලීම වෙනුවෙන් සහ එම මත්ද්‍රව්‍යයේ සැබෑ හානිය සමාජගත කිරීමේ වැඩසටහනේ දී එම කර්මාන්තයේ පිටුපස සිටින ප්‍රබලයින්ගෙන් සහ ඔවුන්ගේ කණ්ඩායම්වලින් තර්ජනාත්මක ආකාරයේ ප්‍රතිචාර ලැබීම සැළකිය යුතු අභියෝගයකි.

ප්‍රතිඵල
මෙම වසර තුළ දුම්කොළ, මද්‍යසාර සහ අනෙකුත් මත්ද්‍රව්‍යයන්හි හානිය සමාජගත කිරීම, ප්‍රතිරූපය සහ ධනාත්මක සමාජ මතයන් අවම කිරීම වෙනුවෙන් සිදුකරන ලද පෝස්ටර් ප්‍රචාරණ වැඩසටහන් ශ්‍රී ලංකාවේ දිස්ත්‍රික් 16ක සිදුකර ඇති අතර බැනර් ප්‍රදර්ශනය කිරීමේ වැඩසටහන් දිස්ත්‍රික් 07ක සිදුකෙරුණි. රූපවාහිනී නාලිකා, ගුවන්විදුලි නාලිකා සහ පුවත්පත් ඔස්සේ අපගේ යම් යම් ක්‍රියාකාරකම් සමාජගත වූ අවස්ථා ද කිහිපයක් දක්නට ඇත. සමාජ මාධ්‍ය ඔස්සේ සිදුකරන ලද ප්‍රචාරණයන්හි සෘජුව දැක්විය හැකි Reach ප්‍රමාණය 3,000,000 (මිලියන 03ක්) ඉක්මවයි. තවද අප සිදු කරන ලද ක්‍රියාකරකම් සඳහා රාජ්‍ය ආයතන, පෞද්ගලික සහ සුභසාධන සංවිධාන, ස්වේච්ඡා තරුණ සංවිධාන මගින් සැළකිය යුතු ආකාරයෙන් සහය ලබාදීම ද, එක්තරා අප ලද ප්‍රතිඵලයකි. සිදුකරන ලද සියලුම ආකාරයේ වැඩසටහන්වල අවසාන ප්‍රතිඵලයන් වශයෙන් දුම්කොළ, මද්‍යසාර සහ අනෙකුත් මත්ද්‍රව්‍යයන්හි හානිය සමාජගත කිරීම, ප්‍රතිරූපය සහ ධනාත්මක සමාජ මතයන් අවම කිරීම සහ කර්මාන්ත උපක්‍රම ආපසු හැරවීමට දායක වීම යන කරුණු දැක්විය හැකිය.

නිගමනය
දුම්කොළ, මද්‍යසාර සහ අනෙකුත් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයේ දී විවිධාකාරයේ සෑම මාධ්‍යයක් ඔස්සේම පණිවිඩ, තොරතුරු සහ හෙළිකිරීම් සමාජගත කිරීම ඉතා ඵලදායී වන අතර එතුළින් සියලුම ආකාරයේ ප්‍රජා කණ්ඩායම් වෙත අවශ්‍ය තොරතුරු මනාව සන්නිවේදනය වේ.

To socialize the harms of tobacco, alcohol and other drugs, reduce the image and positive social perceptions and conduct effective and comprehensive advertising programmes through multiple media to reverse industry tactics.

Author - P.K. Ranmal Premathilake

Background

Nowadays, media is a very efficient and innovative field with a wide scope. Print media, electronic media and social media are its most popular aspects. Due to the ubiquity of the media; tobacco, alcohol and other drugs are advertised every day in all areas of the media, with organized industry intervention and ignorance of the users.

Methodology

Since the media primarily influence the promotion of tobacco, alcohol and other drugs, the most effective way to prevent them is to socialize prevention messages and data through multiple media. Posters, banners, leaflets and newspaper advertisements can be taken as printed media and television, radio programmes and advertisements can be taken as electronic media. Also, social media including Facebook and Instagram have a special place. The reason is that social media has come forward as the fastest and most active medium at present. The low cost, convenience and being used by the most socially active people are the reasons to see social media as important. Prevention campaigns carried out by these media are carried out in accordance with the themes of socializing the harms of tobacco, alcohol and other drugs, reducing image and positive social opinions and reversing industry tactics.

Challenges

Due to the struggles that occurred this year, having to abandon some well-planned activities and the emergence of cost issues under the economic inflationary situation is a common challenge for many programmes. Also, certain activities carried out through these multiple means created a social environment that was difficult to spread among the community in the past period, and the political upheaval and the problems related to the survival of the people were primarily affected. Also, we lost 03 valuable Facebook pages we had with more than 5000 likes during certain information socialization activities carried out to reverse industry tactics through social media. ADIC Sri Lanka's Facebook page has challenged the attempts of certain parties to legalize cannabis and in the programme to socialize the true harms of the drug, it was a challenge to receive threatening responses from the strongmen behind the industry and their groups.

Results

During this year, poster advertising programmes were conducted in 16 districts of Sri Lanka to socialize the harm of tobacco, alcohol and other drugs, reduce the image and positive social opinions, and banner display programmes were conducted in 07 districts. Also, during this year, there have been several occasions where some of our activities have been publicized through television channels, radio channels and newspapers. Also, during the period so far this year, the amount of reach that can be directly indicated in the campaigns carried out through social media exceeds 3,000,000 (03 million). And the support we have received from government institutions, private and welfare organizations, and youth organizations in a significant way for our activities is also a certain result. The final results of all types of programmes carried out through these multiple means are to socialize the harms, reduce the image and positive social perceptions of tobacco, alcohol and other drugs and contribute to the reversal of industry tactics.

Conclusion

In tobacco, alcohol and other drug prevention, socialization of messages, information and disclosures through a variety of media is very effective, and by that, information is well communicated to all types of community groups.

ගෝල්ෆේස් අරගල භූමිය කේන්ද්‍ර කර ගනිමින් ගංජා නීතිගත කිරීමට උත්සාහ දැරූ පාර්ශවයන්ගේ උපක්‍රමයන් හඳුනා ගනිමින් ඔවුන් අරගල භූමියෙන් ඉවත් කිරීම හා මද්‍යසාර, දුම්වැටි ගා ගංජා ඇතුළු අනෙකුත් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය අවම කිරීම

කර්තෘ :- P.V.චිරංග ප්‍රියදර්ශන, අකේෂ් පියුශංඛ

පසුබිම

2022 අප්‍රේල් මස 09 වන දින තරුණ තරුණියන් ඇතුළු මහජනතාව විශාල පිරිසකගේ මැදිහත් වීමෙන් ආරම්භ වුණු ගෝල්ෆේස් අරගල භූමිය කේන්ද්‍ර කර ගනිමින් පසුකාලීනව ගංජා නීතිගත කිරීමට උත්සාහ දරන පිරිසකගේ මැදිහත් වීම හා ක්‍රියා කලාපයත්, එමෙන්ම අරගල භූමිය පිහිටි ගෝල්ෆේස් භූමිය අවට මද්‍යසාර, දුම්වැටි හා ගංජා ඇතුළු අනෙකුත් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කිරීමට පිරිස් යොමු වීම.

ක්‍රමවේදය

ගංජා නීතිගත කරන ලෙස ඉල්ලමින් අරගල භූමියේ රැඳී සිටි පිරිස් සහ කණ්ඩායම් කිහිපයක් හඳුනා ගැනීමෙන් අනතුරුව අප තරුණ කණ්ඩායම් විසින් ඔවුන්ගේ අරමුණ හඳුනා ගැනීමට ඔවුන් ප්‍රදර්ශනය කර තිබූ විවිධ බැනර් හා පුවරුවල සඳහන් දෑ පිළිබඳ විමසීමට කටයුතු කරන ලදි. පසුව අරගල භූමියේ සිටි ගංජා නීතිගත කිරීමට විරුද්ධ අනෙකුත් කණ්ඩායම් හා සිවිල් සංවිධාන වෙත මෙම ගංජා නීතිගත කිරීමට උත්සහ දරන පාර්ශවයන්ගේ ක්‍රියාකලාපය නිසා අරගලයේ පොදු අරමුණට සිදු වන හානිය පිළිබඳ එක් එක් කණ්ඩායම් දැනුවත් කරන ලදි. ඉන් අනතුරුව දෛනික රැස්වීම්වල දී හා කණ්ඩායම් රැස්වීම්වල දී ගංජා නීතිගත කිරීමට උත්සාහ දරන පාර්ශවයන් අරගල භූමියෙන් ඉවත් කරන අවස්ථාව දක්වාම අනෙක් සියළු කණ්ඩායම් බලගැන්වීමට අවශ්‍ය කටයුතු සකස් කරන ලදී. තවද ඊට අදාළ විවිධ උපක්‍රමයන් ලෙස ගංජා නීතිගත කිරීමට උත්සාහ දරන පාර්ශවයන්ගේ නම් සඳහන් කරමින් සමාජ මාධ්‍ය හරහා පෝස්ට් පළ කිරීමක් ද සිදු කරන ලදි. අරගල භූමියේ පුස්තකාලයට ගංජා නීති ගත කිරීමට උත්සාහ දරන පාර්ශවයන් විසින් ලබා දී තිබූ "ත්‍රෛලෝකවිජයපත්‍ර" පොත් කිහිපයක් ඉවත් කිරීමට අප විසින් ඉල්ලීම් කර එම පොත් පුස්තකාලයෙන් ඉවත් කරන ලදී. අරගල භූමිය පිහිටි ගෝල්ෆේස් භූමිය අවට හා මද්‍යසාර, දුම්වැටි හා ගංජා ඇතුළු වෙනත් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය අවම කිරීමට අරගල භූමිය අවට තෝරා ගත් ස්ථානවල ස්ටිකර් ඇලවීම සිදු කරන ලදි.

අභියෝග

ගංජා නීතිගත කිරීමට උත්සහ දරන පාර්ශවයන් විසින් ගංජා පිළිබඳ වෙනත් මතයන් අරගල භූමියේ සහ සමාජය තුළ සමාජ ගත කිරීමට උත්සාහ දැරීම. ගංජා නීතිගත කිරීමට උත්සාහ දරන පාර්ශවයන්ට අමතරව සිටි අනෙක් කණ්ඩායම්වල ගංජා භාවිත කරන පුද්ගලයින් ද විවිධ බාධාවන් එල්ල කිරීම. අරගල භූමියේ සිටි පිරිස් විසින් ලබා ගෙන තිබූ සියලුම "ත්‍රෛලෝකවිජයපත්‍ර" පොත් ඒවා ලබා ගත් පිරිස් හඳුනා ගනිමින් ඔවුන්ගෙන් එම පොත් ලබා ගැනීමට විශාල උත්සාහයක් හා පරිශ්‍රමයක් දැරීමට සිදු විය. අරගල භූමිය හා හඳුනාගත් ස්ථානවල ස්ටිකර් ඇලවීමේ දී විශාල පිරිසකගේ විරෝධය හා බලපෑම් එල්ල විය.

ප්‍රතිඵලය

අනෙකුත් තරුණ කණ්ඩායම් හා පිරිස් කණ්ඩායම් රැස්වීම්වලදී දැනුවත් කිරීම හරහා ගංජා නීතිගත කිරීමට උත්සාහ දරන පාර්ශවයන් විසින් ප්‍රදර්ශනය කර තිබූ බැනර් සහ පුවරු ඉවත් කිරීමටත් ඔවුන් වෙත එල්ල වූ විරෝධය හමුවේ එම පාර්ශවයන්ට අරගල භූමියෙන් ඉවත්ව යාමට ද සිදු විය.අරගල භූමියේ ස්ථාපනය කර තිබූ පුස්තකාලය වෙත ලබා දී තිබුණු "ත්‍රෛලෝකවිජයපත්‍ර" පොත් ඉවත් කර නැවත කියවීමට අවස්ථාව නොලැබෙන ආකාරයට අප සතුව තබා ගන්නා ලදි. හඳුනාගත් ස්ථානවල මහජනතාව හා අරගලකරුවන් දැනුම්වත් කරමින් අලවන ලද ස්ටිකර් රූපවාහිනී මාධ්‍ය මගින් ද ඔවුන්ගේ ප්‍රදර්ශනයට කර තිබුණි.

නිගමනය

ගංජා නීතිගත කිරීමට උත්සාහ දරන පාර්ශවයන් විසින් සමාජය තුළ ගොඩ නැගෙන්නා වූ විවිධ අවස්ථාවන් හා මාධ්‍යයන් ඉතාමත් උපක්‍රමශීලී ව තම අරමුණ සාර්ථක කර ගැනීමට මැදිහත්වීම් සිදු කර නමුත් ඊට ප්‍රතිවිරුද්ධව ගොඩ නැගෙන්නා වූ පාර්ශවයන් හා කණ්ඩායම්වල උපක්‍රමයන්, හැකියාව හා ප්‍රබලත්වය මත එම ක්‍රියාකලාපයන් ඔවුන් විසින්ම අත් හැර දමන බවයි.

Identifying the tactics of the parties who tried to legalize cannabis by focusing on the Galle Face struggle area, removing them from the struggle area and reducing the use of alcohol, cigarettes and cannabis and other drugs.

Authors: P.V. Eranga Priyadarshana, Akesh Piyushankha

Background

The intervention and activities of a group of people who are trying to legalize cannabis, centred on the Galle Face struggle, which started with the intervention of a large number of people including young people on 09 April 2022 as well as resorting to the use of alcohol, cigarettes and other drugs including cannabis around the golf face area where the struggle is located.

Methodology

After identifying some of the people and groups who stayed in the struggle ground demanding the legalization of cannabis, our youth groups proceeded to inquire about the various banners and signs they had displayed to identify their purpose. Later, other groups and civil organizations who were against the legalization of cannabis in the struggle area were informed about the harm caused to the common goal of the struggle due to the actions of the parties trying to legalize this cannabis. After that, in daily meetings and group meetings, necessary arrangements were made to empower all other groups until the time when the parties trying to legalize cannabis were removed from the struggle ground. Also, a post was made through social media mentioning the names of the parties trying to legalize cannabis as various tactics related to it. We requested the removal of some "Trailokavijayapatra" books which had been given to the library in the struggle ground by the parties trying to legalize cannabis and those books were removed from the library. Stickers were placed around the Galle Face area where the struggle site is located and at selected places around the struggle site to reduce the use of alcohol, cigarettes and other drugs including cannabis.

Challenges

Efforts by parties trying to legalize cannabis to socialize other views on cannabis in the struggle ground and society. In addition to the parties trying to legalize cannabis, there were also other groups of people who used cannabis to put up various obstacles. All the "Trailokavijayapatra" books that had been obtained by the people in the struggle ground had to be identified and a lot of effort had to be made to get those books from them. A large number of people protested and opposed when pasting stickers on the struggle ground and identified places.

Results

The removal of banners and signs displayed by the parties trying to legalize cannabis, through raising awareness in other youth groups and personnel in group meetings and those parties had to leave the struggle ground due to the opposition. "Trailokavijayapatra" books which were given to the library established in the struggle grounds were removed and kept in our possession in such a way that others would not get a chance to read them again. The stickers that were pasted educating the public and the activists at the identified places were also telecasted by the television media.

Conclusion

The parties trying to legalize cannabis use various opportunities and means in society to successfully intervene in their purpose, but on the contrary, they abandon those activities due to the tactics, ability and strength of the parties and groups that are formed against it.

Theme 04

Enforcing implementation of national level policies and establishing community led policies for effective ATOD control through community empowerment.

මෙරට මුදල් නිකරුණේ පිටරට නොයවා, නිසි පරිදි දුම්වැටි බදු මිල වැඩි කර එම මුදල් රටේ අත්‍යවශ්‍ය භාණ්ඩවල මිල අඩු කිරීමට යොදවන ලෙස මුදල් අමාත්‍යාංශයට බල කරන මහජන පෙත්සමක් රට පුරා ක්‍රියාත්මක කිරීම.

කර්තෘ :- ධනුජිත සදූශ පෙරේරා

පසුබිම

එදිනෙදා අප භාවිත කරන හාල්, පාන්පිටි, සීනි වැනි අත්‍යාවශ්‍ය භාණ්ඩවල බදු ප්‍රතිශතය ඉතා ඉහළ මට්ටමකින් වැඩි වී තිබුණද , දීර්ඝ කාලයක සිට දුම්වැටිවල බදු ප්‍රතිශතය නිසි පරිදි වැඩි වී නොතිබුණි. එහි දී දුම්වැටි බදු මිල නිසි පරිදි වැඩි කළහොත් එම මුදල් රටේ අත්‍යාවශ්‍ය භාණ්ඩවල මිල අඩු කිරීමට යෙදවිය හැකි බව තේරුම් ගත හැකි විය. රට තුළ පවත්නා ආර්ථික අර්බුදය හමුවේ එක් දුම්වැටි මත පනවන ලද බද්ද රු.20කින් වැඩි කළහොත් රු.මිලියන 4600ක අතිරේක ආදායමක් රජයට ලබා ගත හැකි බව අවබෝධ විය.

ක්‍රමවේදය

ඉහත සඳහන් ආකාරයට නිශ්චිත ලෙස දුම්වැටි බදු වැඩි වැඩි කර රු. මිලියන 4600ක මුදල රජයට ගෙන එම මුදල් අත්‍යාවශ්‍ය භාණ්ඩවල මිල අඩු කිරීමට යොදවන ලෙස රජයට බල කිරීම මූලික අභිප්‍රාය විය. ඒ අනුව මුළු ලංකාවෙම පළාත් 9ම, දිස්ත්‍රික්ක 25ම ආවරණය වන පරිදි Town campaign 10ක් සිදු කිරීමට හැකියාව ලැබිණි. එහිදී එක Town campaign එකකින් අත්සන් 1000ක් බැගින් මුළු ලංකාවෙන්ම අත්සන් 10000ක් මෙම මහජන පෙත්සමට ලබා ගැනීම අරමුණ විය. ඒත් සමගම නිහඬ විරෝධතාවයක් එම සෑම Town campaign එකකම සිදු විය.එහිදී අවසාන නිහඬ විරෝධතාවය මැයි 31 එනම් ලෝක දුම්වැටි නිවාරණ දිනය දවසේදී කොටුව දුම්රියපොල ඉදිරිපිටදී ඉතා සාර්ථක අන්දමින් පැවැත්විණි.

අභියෝග

සමහර Town campaign සිදු කිරීමේදී දුම්වැටි සමාගම්වල කොටස් ඇති සාමාජිකයින් පැමිණ තර්ජනාත්මක හැසිරීම් දක්වන්නට විය. තවද පෙත්සමට අත්සන් ලබාගැනීමේ දී ඇතැමුන් අත්සන් ලබා දීම ප්‍රතික්ෂේප කෙරිණි.

ප්‍රතිඵලය

මෙම ක්‍රියාදාමය හරහා ලංකාවේ පලාත් 9 ම දිස්ත්‍රික්ක 25 ම ආවරණය වන පරිදි මේ පිළිබඳව ජනතාව දැනුවත් කිරීමට හැකි වූ අතර අවසානයේදී අත්සන් 6000කට අධික ප්‍රමාණයක පෙත්සමක් අග්‍රාමාත්‍ය කාර්යාලයේ මුදල් අමාත්‍යාංශයට භාරදීමට හැකි විය. ඒ හරහා මෙම විරෝධතා පැවැත්වූ නගරවල විශාල ජනතාවක් මෙම දුම්වැටි බදු වැඩි නොවීම පිළිබඳ දැනුවත් කිරීමට හැකි විය. මෙම විරෝධතා මාලාව පිළිබඳව ජනතාව දැනුවත් කිරීමට රටේ ප්‍රධාන පෙළේ රූපවාහිනී නාලිකාවක් මිනිත්තු 30ක විකාශන කාලයක් ලබා දීම හරහා මාධ්‍ය මඟින් ද ජනතාව දැනුවත් කිරීමට හැකි විය. මෙම ක්‍රියාදාමය පුවත්පත්, සමාජ මාධ්‍ය ඔස්සේ ප්‍රචාරණය වූ නිසාවෙන් ද ඉතා විශාල ප්‍රමාණයක ජනතාවකට මෙම ක්‍රියාදාමය දැනුවත් කිරීමට හැකි විය. එහි ප්‍රතිඵලයක් ලෙස අවසානයේ දී සිගරට්ටුවක මිල රු.5කින් වැඩි විය.

නිගමනය

ජනතාව නොදැනුවත්ව ගෙන යනු ලබන අක්‍රමවත් බදු ප්‍රතිපත්ති පිළිබඳව ජනතාව දැනුවත් කර රජයට බලකිරීම හරහා දුම්වැටි බදු මිල වැඩි කර එම මුදල් රටේ අත්‍යවශ්‍ය භාණ්ඩවල මිල අඩු කිරීමට යෙදවිය හැකි බව අවබෝධ විය.

Implementation of a nationwide public petition urging the Ministry of Finance not to send the country's money abroad for nothing, but to properly increase the price of cigarette tax and use that money to reduce the price of essential goods in the country.

Author - Dhanujita Sadusha Perera

Background
Even though the tax percentage of the essential items like rice, flour, and sugar that we use daily has been increased at a very high level, the tax percentage of cigarettes has not been properly increased for a long time. It was understood that if the cigarette tax price is properly increased, the money can be used to reduce the price of essential goods in the country. In view of the economic crisis in the country, it was realized that if the tax imposed on one cigarette is increased by Rs.20, the government can get an additional income of Rs.4600 million.

Methodology
The primary intention was to force the government to increase the cigarette tax as mentioned above and take the amount of 4600 million rupees to the government and use that money to reduce the price of essential goods. Accordingly, it was possible to carry out 10 town campaigns covering all 9 provinces and 25 districts of Sri Lanka. The aim was to get 10000 signatures from all over Sri Lanka for this public petition with 1000 signatures from each town campaign. At the same time, a silent protest took place successfully in each Town campaign. The last silent protest was held in front of the Fort railway station on May 31, World No Tobacco Day.

Challenges
During some town campaigns members who have shares in tobacco companies came and behaved threateningly. And some people refused to sign the petition.

Result
Through this process, it was possible to inform the people about this, covering all the 25 districts of the 9 provinces of Sri Lanka, and finally, a petition with more than 6000 signatures was delivered to the Ministry of Finance at the Prime Minister's Office. Through that, a large number of people in the cities where these protests were held were able to be informed about the non-increase in cigarette taxes. To inform the people about this series of protests, a major TV channel in the country gave 30 minutes of broadcast time to inform the people through the media. As this process was publicized through newspapers and social media, a large number of people were able to become aware of this process. As a result, the price of a cigarette increased by Rs.5.

Conclusion
It was realized that by informing the people about the irregular tax policies that are being carried out without their knowledge of the people and forcing the government to increase the tax price of cigarettes, the money can be used to reduce the price of essential goods in the country.

දුම්වැටි හා මද්‍යසාර බදු මිල වැඩි කර එම මුදල් රටේ සංවර්ධනයට යොදවන ලෙස රජයට බල කරමින් නිහඬ විරෝධතා මාලාවක් සංවිධානය කිරීම

කර්තෘ :- ධනුජිත සදූශ පෙරේරා

පසුබිම
රටේ අත්‍යවශ්‍ය භාණ්ඩවල බදු මිල 100%ටත් වඩා වැඩි ප්‍රමාණයකින් වැඩි වුවද, දුම්වැටි හා මද්‍යසාර බදු මිල පමණක් ඉතාම සුළු ප්‍රමාණවලින් වැඩි වී තිබුණි. දුම්වැටි හා මද්‍යසාර බදු මිල නිසි පරිදි වැඩි කළහොත් එම මුදල් රටේ අත්‍යවශ්‍ය භාණ්ඩවල මිල අඩු කිරීමටත්, රටේ සංවර්ධනය සඳහාත් යෙදවිය හැකි බව අවබෝධ විය. ඒ අනුව පසුගිය අගෝස්තු මස අවසානයේ දී රජය මගින් ගෙන ඒමට නියමිතව තිබූ අතුරු අයවැය ඉලක්ක කොට ගෙන දුම්වැටි හා මද්‍යසාර බදු මිල ඉහළ දමා ඒ මුදල් රටේ සංවර්ධනයට යොදවන ලෙස රජයට බල කිරීම මූලික අරමුණ විය. ඒ අනුව රජය මගින් මේ සම්බන්ධව ගෙන යන අක්‍රමවත් බදු ප්‍රතිපත්තිය පිළිබඳව ජනතාව දැනුවත් කිරීම මූලික අරමුණ කොට ගෙන රට පුරා විවිධ ස්ථානවල මෙම නිහඬ විරෝධතා මාලාව පැවැත්විය.

දුම්වැටි හා මද්‍යසාර බදු මිල වැඩි කර එම මුදල් රටේ සංවර්ධනයට යොදවන ලෙස රජයට බල කරමින් නිහඬ විරෝධතා මාලාවක් සංවිධානය කිරීම.

ක්‍රමවේදය
මෙහිදී YANSrilanka තරුණ ජාලයේ දිස්ත්‍රික් අධ්‍යක්ෂක මණ්ඩලය මගින් සමස්ත ලංකාවම ආවරණය වන පරිදි නිහඬ විරෝධතා මාලාවක් සංවිධානය කිරීම හරහා ජනතාව දැනුවත් කිරීම සිදු විය .එහිදී එම විරෝධතාව සංවිධානය කරන ස්ථානයේ තමන් අතින්ම ලියාගත් අරගල පුවරු ප්‍රදර්ශනය කරමින් එම නිහඬ විරෝධතා මාලාව සංවිධානය කෙරිණි. එම විරෝධතා පුවරුවල දුම්කොළ හා මද්‍යසාර බදු නිසි පරිදි වැඩි කරන්න යැයි රජයට බලකරන වැකි ලිවීම මගින් ජනතාව දැනුවත් කිරීම සිදු කළ අතර අගොස්තු මස 21 වන දිවයින පුරා සිංහල හා දමිළ යන මාධ්‍යන් දෙකෙන්ම මෙය වැඩසටහන් මාලාව සාර්ථක අන්දමින් සිදු විය.

අභියෝග
යම් යම් දිස්ත්‍රික්කවල මෙම නිහඬ විරෝධතාවය සිදු කිරීමේදී නොයෙකුත් පුද්ගලයින් මෙයට විරුද්ධ විය. නමුත් ඒවා අභියෝගයට ලක් කරමින් නිහඬ විරෝධතා ඉතා සාර්ථක ලෙස සිදු විය.

ප්‍රතිඵල
රට පුරා එකම දිනක මෙලෙස නිහඬ විරෝධතා සංවිධානය කිරීම හරහා මිනිසුන් විශාල ප්‍රමාණයකට මෙම පණිවිඩය ප්‍රචාරණය කිරීමට හැකි විය. එහිදී එම විරෝධතා සංවිධානය කළ ප්‍රදේශවල සිටින ප්‍රාදේශීය මාධ්‍ය වාර්තාකරුවන් හරහා එම තොරතුරු මාධ්‍ය මගින් ප්‍රචාරණය කිරීම හරහා මාධ්‍ය ඔස්සේ ද මෙම පණිවිඩය විශාල ජනතාවක් අතරට යැවීමට හැකියාව ලැබිණි. සමස්ත ලංකාවම ආවරණය වන පරිදි පැවැත් වූ නිසා විශාල ජනතාවක් මේ පිළිබඳව දැනුවත් වී රජයට බලපෑම් කළ නිසාවෙන් අවසානයේ දී දුම්වැටි හා මද්‍යසාර බදු මිල යම් ප්‍රමාණයකින් වැඩි කිරීමට මෙමගින් හැකියාව ලැබිණි .

නිගමනය
ජනතාව දැනුම්වත් කරමින් රටේ තිබෙන ඇති වී තිබෙන ගැටළුවක් වෙනුවෙන් සාමූහිකව ක්‍රියා කිරීම හරහා රටට යහපතක් වෙන ආකාරයට පොදු ජනතාව මගින් රජයට බලපෑම් කළ හැක.

Organizing a series of silent protests urging the government to increase the tax on cigarettes and alcohol and use the money for the development of the country.

Author - Dhanujita Sadusha Perera

Background

Although the tax price of essential goods in the country have increased by more than 100%, the tax price of cigarettes and alcohol have only increased by very small amounts. It was realized that if the tax price of cigarettes and alcohol is increased properly, the money can be used to reduce the price of essential goods in the country and for the development of the country. Accordingly, the primary objective was to target the interim budget that was to be brought by the government at the end of last August, to increase the tax price of cigarettes and alcohol and to force the government to use the money for the development of the country. Accordingly, this series of silent protests were held in various places across the country with the primary objective of informing the people about the irregular tax policy carried out by the government in this regard.

Methodology

Here, the district directorate of YANSrilanka youth network organized a series of silent protests covering the whole of Sri Lanka to educate the people. There, the series of silent protests were organized by displaying the struggle signs written by themselves at the place where the protest was organized. People were made aware by writing sentences urging the government to properly increase the taxes on tobacco and alcohol on those protest boards and this series of programs was successfully carried out in both Sinhala and Tamil media throughout the island on August 21st.

Challenges

Many people opposed this while conducting this silent protest in certain districts. But challenging them, silent protests were very successful.

Results

This message was spread to a large number of people through the organization of silent protests on the same day across the country. The message was also sent to a large number of people through the media by spreading the information through the local media reporters in the areas where the protests were organized. Since it was held to cover the whole of Sri Lanka, a large number of people became aware of this and influenced the government, which eventually made it possible to increase the tax price of cigarettes and alcohol to some extent.

Conclusion

The general public can influence the government in a way that is good for the country by informing the people and acting collectively for the problem that has arisen in the country.

ප්‍රජා සංවිධාන තුළ සාමූහිකව සම්මත කරගන්නා ලද ප්‍රතිපත්ති මූලික කරගනිමින් දුම්කොළ, මද්‍යසාර හා වෙනත් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය අවම කිරීම.

කර්තෘ :- කේ.ජී. ප්‍රසාද් සේනක

පසුබිම
එම සමිති සමාගම් සියල්ල එම ගම තුළ ඇති වඩාත් ප්‍රබල විභව ශක්තීන් ලෙස හඳුනාගත හැකිය. මෙම සමිති සමාගම් රාජ්‍ය මැදිහත්වීම යටතේ හෝ සම්පූර්ණයෙන් ම ප්‍රජාවේ මැදිහත්වීම යටතේ පාලනය වෙයි. මෙම විභවය යොදාගෙන පවුල තුළ සතුට, නිදහස, ආර්ථිකය සහ පෝෂණය වර්ධනය කිරීමේ අරමුණින් සමිති සාමාජිකයන්ගේ දුම්කොළ, මද්‍යසාර හා වෙනත් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය අවම කිරීම සඳහා මෙම වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කිරීම 2022 මාර්තු මාසයේ දී ආරම්භ විය. සාමාජිකයින්ගේ යහපැවැත්ම තුළින් ප්‍රජා සංවිධානයේ අනාගත පැවත්ම ශක්තිමත් කිරීම ද මෙහි අරමුණක් විය.

ක්‍රමවේදය
මද්‍යසාර හා මත්ද්‍රව්‍ය තොරතුරු මධ්‍යස්ථානය සමග ප්‍රජා ක්‍රියාකාරීන් ලෙස කටයුතු කරන නවදෙනෙකු සමග මෙම වැඩසටහන සාකච්ඡා කිරීම. ඔවුන්ගේ මැදිහත්වීම යටතේ නියමු වැඩසටහනක් ලෙස දිවයිනේ තෝරාගත් දිස්ත්‍රික්ක 09ක ස්ථාන 15ක තෝරාගත් සමිති සහ සංවිධාන 18කට මෙම වැඩසටහන හඳුන්වාදෙන ලදි. මූලික හඳුන්වාදීමෙන් අනතුරුව ඔවුන්ගේ යෝජනා සහ සම්මත කිරීම් මත දුම්කොළ, මද්‍යසාර හා වෙනත් මත්ද්‍රව්‍ය අවම කිරීම වෙනුවෙන් ප්‍රතිපත්ති ගෙන එන ලදි. සම්මත වූ ප්‍රතිපත්ති ක්‍රියාවට නැංවීම හා පවත්වාගෙන යාම ප්‍රජා සංවිධානය තුළ නිලධාරීන්ගේ අධීක්ෂණය යටතේ සිදුකරන ලදි. තවදුරටත් මෙම සමාජිකයින්ගේ පවුල තුළ දියුණුව සඳහා නිවාරණ මෙවලම් (බුද්ධි කැටය, සතුටු කැලැන්ඩරය, රත්තරන් අප්පච්චි කැලැන්ඩරය, ගතිගුණ කැලැන්ඩරය) හඳුන්වාදෙන ලදි.

අභියෝග
හඳුන්වාදීමේ මූලික අදියරේ දී සහ ආරම්භක අදියරේ දී සමිති සාමාජිකයන්ගේ දුම්කොළ, මද්‍යසාර හා වෙනත් මත්ද්‍රව්‍ය සම්බන්ධ නිවාරණය දැනුම සහ අවබෝධය දියුණු වී නොතිබීම මත ගැටළුකාරී සහ මතභේදාත්මක තත්ත්වයන් උද්ගත විය. එනමුත් නිවැරදි දැනුම සහ අවබෝධය මූලිකව දියුණු කිරීම තුළින් එම තත්ත්වයන් නිරාකරණය කළ හැක.

ප්‍රතිඵල
වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කළ ප්‍රජා සංවිධාන 18 අතරින් 16ක ප්‍රතිපත්තිමය තීරණ සාර්ථකව මාස 9 පුරාවට ක්‍රියාත්මක විය. මේ හරහා පුද්ගලයින් 1307කට වැඩි ප්‍රමාණයක් එම ප්‍රතිපත්තිමය තීරණ සමග එකඟව කටයුතු කර ඇත. උත්සව අවස්ථා 14කට වැඩි ප්‍රමාණයක දුම්කොළ, මද්‍යසාර හා වෙනත් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය සම්පූර්ණයෙන් ම නවතා ඇති බව වාර්තා විය. මෙලෙස ඉතිරි කල මුදල් නව ව්‍යාපාර කටයුතු, දරුවන් සඳහා ඉතුරුම්, සමිතිවල භෞතික සම්පත් සංවර්ධනය සඳහා උපයෝගී කරගෙන ඇත.

නිගමනය
ප්‍රජා සංවිධාන තුළ සාමූහිකව සම්මත කරගන්නා ප්‍රතිපත්තිමය තීරණ මගින් සාමාජිකයින්ගේ දුම්කොළ, මද්‍යසාර හා වෙනත් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය අවම කිරීමේ හා ඔවුන් එයින් නිදහස් වීමට යොමුකිරීමේ ප්‍රබල හැකියාවක් ඇති අතර එය තිරසාර ලෙස ක්‍රියාත්මක කළ හැකිය.

Reducing the use of tobacco, alcohol and other drugs based on policies adopted collectively in community organizations.

Author : K.G. Prasad Senaka

Background

In Sri Lanka there are many community organizations established in rural areas, at least one in every village functioning very successfully. All those societies, associations can be identified as the most powerful potential forces in the village. These societies, associations are controlled either under state intervention or completely under community intervention. The implementation of this programme started in March 2022 to reduce the use of tobacco, alcohol and other drugs of members of the society with the aim of developing happiness, freedom, economy and nutrition in the family by using this potential. This also aimed to strengthen the future existence of the community organization through the well-being of the members.

Methodology

Discussing this programme with nine people who work as community activists with the Alcohol and Drug Information Center. Under their intervention, this programme was introduced to 18 selected societies and organizations in 15 locations in 09 selected districts of the island as a pilot programme. After the initial introduction, their proposals and adoption led to bring policies to reduce tobacco, alcohol and other drugs. The implementation and maintenance of the adopted policies were carried out under the supervision of officers within the community organization. Further, preventive tools (intelligent till, Happy Calendar, Golden Dad Calendar, Qualities Calendar) were introduced to improve the family of these members.

Challenges

Problematic and controversial situations arose in the early stages of introduction due to the lack of awareness and understanding of tobacco, alcohol and other drug-related prevention among community members. However, these situations can be resolved through basic development of correct knowledge and understanding.

Results

Out of the 18 community organizations that implemented the programme, the policy decisions of 16 were successfully implemented throughout the 9 months. Through this, more than 1307 people have agreed with those policy decisions and acted accordingly. It was reported that the use of tobacco, alcohol and other drugs has been completely stopped in more than 14 festivals. The money saved through reducing the usage has been used for new business activities, savings for children, and the development of physical resources of the Societies. More than two Community Society groups who did not receive the introduction of this programme have applied for it.

Conclusion

Collectively adopted policy decisions in community organizations have a strong potential to reduce members' use of tobacco, alcohol and other drugs and lead them to become free from them and it could be implemented sustainably.

மதுசாரம், புகைப் பொருள் சார்ந்த பிச்சனைகளைக் குறைப்பதற்காக உள்ளூராட்சி மன்றங்களில் சமூகத்திற்கு பயன்தரும் கொள்கைகளை உருவாக்குவதும் அது தொடர்பாக மத்திய அரசிற்கு பரிந்துரை செய்தலும்.

எழுத ்தாளர் : ஜோசப் இருதயராஜா

பின்னணி

தற்போது எமதுநாட்டில் பாரிய பொருளாதார நெருக்கடி காணப ்படுவதால் அத்திய அவசிய பொருட்களின் விலை பலமடங்கு அதிகரித்து காணப்பட்டாலும் மதுசாரம், சிகரட் பேன்றவற்றின் விலை குறிப ்பிடத்தக்க அளவில் அதிகரிக்கப்படவில்லை காரணம் முறையான முறையில் வரிக் கொள்கை ஒன்றை நடை முறைப்படுத்தப்படுவதில்லை இதனால் நாட்டிற்கு கிடைக்க வேண்டிய பரிய வருமானம் இழக்கப ்படுகின்றது ஆகவே மதுசாரம், புகைப் பொருள் தொடர்பான முறையான வரிக் கொள்கை ஒன்றை உருவாக்கி நாட்டிற்கு கிடைக்க வேண்டிய வரிவருமானத்தை பெற்றுக் கொள்வதற்கு அரசிற்கு பரிந்துரை செய்தல். கிராமங்களின் அபிவிருத்திக்கு தடையாக இருக்கும ் காரணிகளில் மிகப் பிரதான காரணியாக இருப்பது மதுசாரம், புகைப்பொருள் பாவனையாகும். "விலையை அதிகரித்தால் பாவனை குறையும்" என்பதை உலக சுகாதார ஸ்தாபனம் ஆய்வென்றின் ஊடாக வெளிக் கொண்டுவந்திருப்பதால் புகைப் பொருளின் விலையை அதிகரித்து பாவனையை குறைப்பதற்கு மத்திய அரசிற்கு பரிந்துரை செய்தல்.

வழிமுறை

பருத்தித்துறை நகரசபை உறுப ்பினர்கள் 15 பேரிற்கு பொருளாதார நெருக்கடி, முறையற்ற வரிக் கொள்கை, அத்திய அவசிய பொருட்களின் விலை அதிகரிப ்பற்கு ஏற்றவகையில் மதுசாரம், புகைப் பொருளிற்கான விலை அதிகரிப்பதன் அவசியம் தொடர்பாகவும் தரவுகள் மூலம் தெளிவுபடுத்தப்பட்டு தொடர்சியாக மூன்று மாத சபை அமர்வுகளில் விரிவாக விவாதிக்கப்பட்டு அவர்கள் மூலம் இவற்றை பிரேனையாக நிறைவேற்றப ்பட்டது.

பிரதிபலன்

15 நகரசபை உறுப்பினர்களும ் கருத்தொருமித்து அத்திய அவசிய பொருட்களின் விலையேற்றத திற்கு அமைவாக மதுசாரம், புகைப்பொருளின் விலையை அதிகரிக்க வேண்டும், கிராமத ்தின் அபிவிருத்திக்கு தடையாக இருக்கும் மதுசாரம், புகைப் பொருள்பாவனையை கட்டுப்படுத்த நடவெடிக்கை மேற்கொள்வதற்கு மத்திய அரசிற்கு பரிந்துரை செய்ய த ீர்மானம் நிறைவேற்றப ்பட்டு அது நடைமுறைப்படுத்தப்பட்டது. 15 உறுப்பினர்களும ் தாங்கள் பிதிநிதித்துவப்படுத்தும் வட்டாரங்களில் போதைப் பொருள்தடுப்பு செயற்பாடுகள் திட்டமிடப்பட்டு நடைமுறைப்படுத்தப்பட்டுத்த முயற்சிகள் மேற் கொள்கிறார்கள், மதுசாரம், புகைப் பொருளிற்கு முறையாக வரிஅறவிடாமையால் நாட்டிற்கு ஏற்பட்டு இருக்கும் நட்டம ் தொடர்பாகவும் உறுப்பினர்கள் விழிப ்பாக இருக்கின்றனர்.

முடிவுரை

மேலே குறிப்பிடப்பட்ட விடயங்களை எமது உள்ளூராட்சி மன்றத்தில் த ீர்மானங்களாக நிறைவேற்றி மத்திய அரசிற்கு பரிந்துரை செய்வதனுடாகவும், எம ்மால் இயன்றளவு தேசியரீதியிலும் கிராமமட்டங்களில் மதுசாரம், புகைப்பொருள் தடுப்பு நடவடிக்கைகளை திட்டமிட்டு நடைமுறைப்படுத்துவதால் எமது மக்களையும் சமூகத்தையும் மதுசாரம், புகைப் பொருள் பாவனையிலிருந்து பாதுகாத்தலிற்கான ஒரு நடவடிக்கையாக அமையும் என்பதில் ஐயம்மில்லை

Development of socially beneficial policies in local councils to reduce alcohol and tobacco related problems and make recommendations to Central Government in this regard.

Author - Joseph Iruthayaraja

Background

Currently, due to the massive economic crisis in our country, the prices of essential commodities have increased drastically, but the prices of alcohol, cigarettes, etc. have not been significantly increased. The reason is that the tax policy is not implemented properly. This results in a large loss of revenue to the country. Therefore it is essential to enforce the government to formulate a proper tax policy related to alcohol and tobacco and get the required tax revenue for the government. Among the factors that hinder the development of villages, the most prominent one is the use of alcohol and tobacco. Suggesting the central government to increase the price of tobacco and reduce consumption is crucial as the World Health Organization has revealed through a study that "increase in price, reduces consumption".

Methodology

The economic crisis, improper tax policy, the need to increase the price of alcohol and tobacco in line with the increase in the price of essential goods were explained in detail to the 15 members of the Point Pedro Urban Council using data. Discussions were held in detail in three consecutive monthly council sessions and these were passed as a motion by them.

Results

15 members of the urban council agreed to increase the price of alcohol and tobacco in line with the increase in the price of essential goods. A resolution was passed to recommend the central government to take measures to control the consumption of alcohol and tobacco, which hinders the development of the village and it was implemented. All the 15 members made efforts to plan and implement anti-drug activities in the areas they represent. The members became aware of the negative impact on the government by not properly taxing alcohol and tobacco.

Conclusion

There is no doubt that by passing the above-mentioned matters as resolutions in our local council and recommending to the central government, as much as we can nationally, planning and implementing measures to prevent alcoholism and smoking at village levels will be a measure to protect our people and society from alcoholism and smoking.

බුත්තල කොට්ඨාශයේ මද්‍යසාර, දුම්වැටි හා මත්ද්‍රව්‍ය නතර කිරීම සඳහා ප්‍රතිපත්ති සකස් කිරීම

කර්තෘ :- කේ.එම් දිලානි මිහිරානි බණ්ඩාර, ආර්.වී. සමන්ත කුමාර

පසුබිම

මොණරාගල දිස්ත්‍රික්කයේ බුත්තල ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාශයේ මද්‍යසාර, දුම්වැටි හා මත්ද්‍රව්‍ය නතර කිරීම පවුල් මට්ටමින් නොව ගමේ ප්‍රජා සංවිධාන මට්ටමින් මද්‍යසාර හා මත්ද්‍රව්‍ය තොරතුරු මධ්‍යස්ථානය හා එක්ව ප්‍රතිපත්තිමය යෝජනාවක් සකස්කර ගම් මට්ටමින් ක්‍රියාත්මක කිරීම 2022 වර්ෂයේ ආරම්භ කරන ලදි.

ක්‍රමවේදය

ගම තුළ පවුල් එකතු කරමින් සාදාගන්නා ලද ගම්මාන සමිතිවල ප්‍රතිපත්තිමය යෝජනාවක් ලෙස මලගෙදරක දී, උත්සව අවස්ථාවක දී, බුලත්විට, මද්‍යසාර, දුම්වැටි හා මත්ද්‍රව්‍ය කිසිවක් නොමැතිව ගෙදරක උත්සව අවස්ථාවක් කිරීමට සමිතියේ සාමාජිකයින් මගින් ම යෝජනාව ගෙන ඒම හා එය ස්ථිර කර මාසිකව එහි ප්‍රගතිය විමසීම සිදු කරගෙන යන ලදි.

අභියෝග

මුල් කාලයේ දී එය අසීරු වුවද එය සඳහා ගිය මුදල් ඉතිරි වීම තුළින් සාර්ථකව එය කරගෙන යාමට හැකිය. උත්සව අවස්ථාවල දී ලැබෙන මුදල, මෙය නතර කිරීමෙන් අඩුවන බවට පැවසූ මතය වෙනස් කිරීමට මෙම යෝජනාව විශේෂයෙන් අභියෝගයක් විය.

ප්‍රතිඵල

අවමංගල්‍ය අවස්ථාවලට ගෙන එන බුලත්විට අඩු වීමෙන් දැනට කුකුරම්පොල, මහසෙන්පුර, මිණිපුරගම, කෝංකැටිය ගම්මානවල පවුල් 17ක පමණ මුදල් ඉතිරි විය, උත්සව අවස්ථාවල ගැටුම් අඩුවී ඇත. කෝංකැටිය (රු.120000), කුකුරම්පොල (රු. 130000/=) උත්සව අවස්ථා 2ක දී ඉතුරුම් දරුවන්ගේ පොත්වලට දමා ඇත. තවද බීමතින් පැමිණෙන පුද්ගලයන්ගේ සාමාජිකත්වය අහෝසි කිරීමට කටයුතු යොදා ඇත. ණය වීමකින් තොරව උත්සවය කිරීමට හැකි වී ඇත.

නිගමනය

තනිව කිරීමට අපහසු දෙයක් සංවිධාන මට්ටමින් ක්‍රියාත්මක කිරීම තුළින් ප්‍රජාවේ බොහෝ මිනිසුන් පිරිසක් වෙනස් කළ හැක. මෙලෙස යෝජනාවක් සම්මත කරගෙන සාර්ථකව කරගෙන යාම තුළින් ගමක දියුණුව ඉතා සාර්ථකව දැකිය හැක.

Formulation of policies for alcohol, tobacco and drug cessation in Buttala Division

Author : K.M. Dilani Mihirani Bandara, R.V. Samantha Kumar

Background

Stopping alcohol, tobacco and drugs in the Buttala Divisional Secretariat of Monaragala District was started in the year 2022 by preparing a policy proposal with the Alcohol and Drug Information Center at the community organization level of the village and not at the family level.

Methodology

As an initial proposal of the village societies formed by gathering families in the village, the members of the society themselves brought and seconded the proposal to hold the funerals and festive occasions in the houses without betel leaves, alcohol, cigarettes and drugs and inquire about its progress monthly.

Challenges

Although it is difficult at the beginning, it can be successfully carried out by saving the money spent on it. This proposal was particularly challenging to change the perception that the amount received during festivals would be reduced by stopping this.

Results

Due to the decrease in betel leaves brought to funerals, about 17 families in the villages of Kukurampola, Mahasenpura, Minipuragama and Konketiya have saved money. Conflicts during festivals have decreased. The savings were put into children's books on 2 occasions in Konketiya (Rs. 120000/=) and Kukurampola (Rs. 130000/=). Also, arrangements have been made to cancel the membership of people who come intoxicated. It has been possible to do a ceremony without going into debt.

Conclusion

A lot of people in the community can be changed by implementing something hard to do alone, at the organizational level. Thus, the development of a village can be seen very successfully through the adoption and successful implementation of a proposal.

Theme 05

Engagement of children and duty bearers to reduce usage, glamorization and attraction of children towards ATOD.

පෙර පාසල් දරුවන් හට දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිතය පිළිබඳ නිවැරදි දැනුම ලබාදී ආකල්පමය වෙනසක් ඇතිකිරීමට ගත් උත්සාහය

කර්තෘ :- D. S. U. වික්‍රමතිලක, H. I. M. ඉරෝෂනී

පසුබිම

මද්‍යසාර, දුම්වැටි භාවිතය සඳහා පාසල් දරුවන් යොමුවීමේ වැඩි නැඹුරුතාවයක් ඇති කාලයේ යුගයේ අවශ්‍යතාවය සපුරාලනු වස් ADIC ආයතනයේ සහයෝගයෙන් වැල්ලවාය සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීතුමන්ලාගේ මගපෙන්වීම යටතේ වෙහෙරයාය වසමේ Little flower පෙර පාසල් දරුවන්ට දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිතය පිළිබඳව ආකල්පමය වෙනසක් ඇතිකිරීම තුළින් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට එරෙහිව ඔවුන් සමාජගත කිරීමට අදාළ ක්‍රියාකාරකම් 2022 අගෝස්තු සිට ඔක්තෝබර් මස දක්වා සිදු කරන ලදී.

ක්‍රමවේදය

මේ සඳහා වෙහෙරයාය වසමේ little flower පෙර පාසලේ ළමුන් 30 දෙනෙකු තෝරාගත් අතර මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයට අදාළව දැක්වෙන කවි කිහිපයක් ක්‍රියාකාරකම් සඳහා යොදා ගැනිණි. එක් වරකට කවිය බැගින් ඔවුන් සමඟ ගායනා කෙරිණි. පෙර පාසල් ගුරුතුමියන්ගේ අධීක්ෂණය යටතේ එම කවි නිතර නිතර ගායනා කර මතකයේ තබා ගන්නා ආකාරය සහ මද්‍යසාර, දුම්වැටි භාවිත කරන්නන්ට දක්වන ප්‍රතිචාර පිළිබඳව විමසා බලන ලදී.

අභියෝග

පෙර පාසල් ගුරුතුමියන් මුලදී කැමැත්තක් නොදැක්වූ අතර මද්‍යසාර, දුම්වැටි පිළිබඳව නොදන්නා දරුවන් ද එය දැනගන්නා බවත්, පසුව දෙමාපිය අප්‍රසාදය හිමිවේවි යැයි බියකින් පසු වූ අතර ප්‍රථමයෙන් ගුරුතුමියන් දැනුවත් කර මෙම ක්‍රියාකාරකම්වල අවශ්‍යතාවය පැහැදිලි කිරීම අභියෝගයක් විය. නමුත් පසුව ඔවුන් මේ සඳහා දැඩි උනන්දුවක් දැක්වූ බව සඳහන් කළ යුතුය.

ප්‍රතිඵල

මුල් මාසයේ දී කවි ගායනා කිරීමේ දී දරුවන් 10 දෙනෙකු කවිය ගායනා කළ අතර ඔක්තෝබර් මස එම පිරිස 28 දක්වා වර්ධනය විය. නිරන්තරයෙන් කවි ගායනා කරන ළමුන් ගණන වැඩි විය. ලබාගත් දැනුම වැඩිහිටියන්ට පැහැදිලි කළ බව ගුරුතුමියට දැනුම් දුන් දරුවන් 5 දෙනෙකි. මද්‍යසාර, දුම්වැටි භාවිත කරන්නන් හඳුනාගත හැකි දරුවන් අගෝස්තු මසදී 10ක් වූ අතර ඔක්තෝබර් වනවිට 28 දක්වා වර්ධනය විය. දරුවන් දැනුවත් කිරීම හා සමගාමීව මද්‍යසාර, දුම්වැටි භාවිතයේ ආදීනව පිළිබඳව දරුවන්ගේ පියවරුන් මෙන්ම සමීපතමයන් පුංචි දරුවන්ගේ බලවත් ඉල්ලීම මත හා අප්‍රසාදය මත මද්‍යසාර, දුම්වැටි භාවිතයෙන් ඉවත් වූ බවත්, එම මුදල් පවුලේ ආර්ථිකය සඳහා සතුටුදායක ලෙස යොදවන බවත් තොරතුරු දැන ගැනීමට හැකිවීම සතුටට කරුණකි.

නිගමනය

අනාගත සමාජය මද්‍යසාර, දුම්වැටිවලින් සුරක්ෂිත කිරීම සඳහා පෙරගමන්කරුවන් ලෙස පෙර පාසල්වියේ දරුවන් ද සම්පත් දායකයන් ලෙස යොදා ගත හැකි බව පැහැදිලි වේ.

An effort made to change the attitude of preschool children by giving them the correct knowledge about the use of cigarettes and alcohol.

Author : D. S. U. Wickramathilaka, H. I. M. Iroshani

Background

Activities related to socializing the preschool children of Little flower preschool in the Weheraya domain against the use of drugs by creating a change in attitude towards the use of cigarettes and alcohol under the guidance of the Wellawaya Medical Officers of Health in cooperation with the ADIC Institute were conducted from August to October 2022 in a period in which school children are more inclined to use alcohol and tobacco fulfilling the present need.

Methodology

For this purpose, 30 children of the Little Flower Pre-School in the Weheraya area were selected and some poems related to drug prevention were used for the activities. The poems were sung one at a time with them. Under the supervision of preschool teachers, the poems were sung frequently and memorized and the responses to alcohol and tobacco users were investigated.

Challenges

The preschool teachers were not willing at first and they were afraid that the children who do not know about alcohol and smoking will also learn about it and later the parents will disapprove. Therefore, it was a challenge to first educate the teachers and explain the need for these activities. But it should be noted that later on, they were very interested in this.

Results

In the first month, 10 children sang poetry, and in October, that number grew to 28. The number of children singing poetry regularly increased. 5 children informed the teacher that they explained the acquired knowledge to the adults. The number of children who could identify the alcohol and tobacco users was 10 in August and grew to 28 by October. Along with educating the children about the use of alcohol and smoking etc., it is a pleasure to be able to know that the fathers and relatives of the children quit using alcohol and smoking due to the strong request and displeasure of the children and that the money is satisfactorily used for the family's economy.

Conclusion

It is clear that preschool children can also be used as resource persons and pioneers to protect the future society from alcohol and tobacco.

දුම්වැටි භාවිතය සහ මද්‍යසාර භාවිතය අවම කිරීමට හා නැවැත්වීමට ළමා සමාජ ළමුන්ගේ මැදිහත්වීම

කර්තෘ :- යූ.පී. හේවාවිතාන

පසුබිම
දුම්වැටි සහ මද්‍යසාර භාවිතයට දරුවන් හසුකරගැනීමට එම සමාගම් බලවත් වෙහෙසක් දරන කාලවකවානුවක හබරාදූව ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාසයේ තල්පේ නැගෙනහිර ගෝල් ස්ටාර්ස් ළමා සමාජයේ දරුවන් සමග මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය වෙනුවෙන් මැදිහත්වීම 2022 පෙබරවාරි සිට මේ (නොවැම්බර්) දක්වා සිදු කරන ලදි.

ක්‍රමවේදය
ප්‍රථමයෙන් ළමා සමාජයේ 45ක් වන දරුවන් දුම්වැටි සහ මද්‍යසාර භාවිතයෙන් සිදුවන හානි ලෙස ගඳ ගහන. මුහුණ කැතවෙන, ලස්සන නැතිවෙන, වයසට වඩා කැත වයස පෙනුමක් එන බව දරුවන් සමග සාකච්ඡා කරන ලදි . එසේම දුම්වැටි සහ මද්‍යසාර භාවිතය සදහා වියදම්වන මුදල සෙවීමට ගණනය කරන ආකාරය ගැන දරුවන් දැනුවත් කරන ලදි. මේ පිළිබඳව දරුවන්ගේ පවුලේ සාමාජිකයින් දැනුවත් කිරීමට දරුවන් බලගන්වන ලදි. එමෙන්ම වැඩිහිටියන්ට කරුණු අවබෝධ කර දිය හැකි දරුවන් තිදෙනෙකු මගින් ප්‍රජාව ඒකරාශී වන කුඩා කණ්ඩායම් දැනුවත් කිරීම දිගින් දිගටම සිදු කරන ලදි. ප්‍රජාව නිතර ගැවසෙන ගමේ කඩ තුනක දරුවන් නිර්මාණය කරන ලද පෝස්ටර් සහ කුඩා වැකි ප්‍රදර්ශනය කිරීම හා දරුවන් සඳහා මුදල් ඉතිරි කිරීමේ අරමුණෙන් කැට ක්‍රමය ද හඳුන්වා දෙන ලදී.

අභියෝග
මෙම ප්‍රජාව දිගු කලක් මෙයට ඇබ්බැහිවී සිටිමත්, කය වෙහෙසා වැඩකිරීමේ දී මෙයින් ශරීරයට සහනයක් ලැබේය යන මිථ්‍යා විශ්වාසවල එල්බ සිටීමත් බරපතල අභියෝග විය.

ප්‍රතිඵල
දරුවන් තිදෙනෙකු වැඩිහිටියන් දැනුවත් කිරීමට හැකියාව ඇතිවීම. දෙදෙනෙකුගේ දුම්වැටි මද්‍යසාර භාවිතය නැවැත්වීමට හැකිවීම . දුම්පානය කළ පුද්ගලයින් 42න් 21ක් ද මද්‍යසාර භාවිතය අඩුකළ පුද්ගලයින් සංඛ්‍යාව 16ක් ද 14ක් ද වේ. දුම්වැටි භාවිතය අඩු කළ නැවැත් වූ පුද්ගලයින් මාසිකව ඉතිරිකළ මුදල රු 126,000ක්ද මද්‍යසාර භාවිතය අඩු කළ නැවැත් වූ පුද්ගලයින් මාසිකව ඉතිරිකළ මුදල රු 85,000ක් ද කැටවල ඉතිරිකර ඇත. මෙම ඉතුරුම් දරුවන්ගේ අධ්‍යාපන අවශ්‍යතා සහ විදුලි බිල්පත් ගෙවීම ආහාරපාන සඳහා ලබා ගෙන ඇත. ගැටුම් අවම වීම නිසා පවුල්වල වෙනදාට වඩා සතුටක් ඇති බව දරුවෝ ප්‍රකාශ කරති. දරුවන් පාසලට පැමිණීමේ දියුණුවක් ඇති බවත්, අධ්‍යාපන වැඩකටයුතුවල දියුණුවක් ඇති බවත් මෙම දරුවන්ගේ පාසලේ විදුහල්පති පවසන ලදි. දරුවන්ගේ අධ්‍යාපනයට අවශ්‍ය පොත්, සපත්තු වැනිදේ ගැනීමට නොහැකිව සිටින පවුල් තල්පේ නැගෙනහිර ගමෙන් ප්‍රාදේශිය ලේකම් කාර්යාලයට වාර්තාවීම අඩු වී ඇත.

නිගමනය
නිවැරදි මෙන්ම සරල ක්‍රමවේද හරහා ළමුන් කණ්ඩාමක් ලෙසට ක්‍රියාත්මක වීම තුළින් මත්ද්‍රව්‍ය නිසා ඔවුන්ගේ පවුල්වල ඇතිවන ගැටළු විසදා ගැනීමට දරුවන්ට හැකියාව දියුණුවන බව සනාථ විය.

Children's social intervention to reduce and cease smoking and alcohol use

Author - U.P. Hewavithana

Background

At a time when those companies are trying hard to trap children in the use of cigarettes and alcohol, the intervention with the children of Talpe East Goal Stars Children's Club in Habaraduwa Divisional Secretariat was carried out from February 2022 to date (November).

Methodology

First, it was discussed with the 45 children of the children's club that becoming smelly, getting ugly faces, losing beauty, and looking older than age are the damages caused by smoking and alcohol use. Children were also informed about how to calculate the amount spent on smoking and alcohol use. The children were empowered to inform their family members about this. Also, small groups where the community gathers continued to be informed by three children who could explain things to the adults. The till system was also introduced with the aim of saving money for the children and also posters and small sentences created by the children were displayed in three shops in the village frequented by the community.

Challenges

The fact that this community has been addicted to this for a long time, and clinging to the superstition that it gives relief to the body during hard work, were serious challenges.

Results

Three children have the ability to educate adults. Being able to stop two people from smoking and drinking alcohol. 21 out of 42 people who smoked and 14 out of 16 who drank alcohol have cut down on cigarette and alcohol consumption. People who have stopped or reduced smoking have saved 126,000 rupees per month and people who have stopped or reduced drinking alcohol have saved 85,000 rupees per month. These savings were used to meet the children's educational needs, for food and pay electricity bills. Children have reported that families are happier than usual because of less conflict. The principal of these children's school said that there is improvement in the children's attendance there is improvement in educational work. The number of families who are unable to buy books and shoes for their children's education that are being reported to the Regional Secretariat from Talpe East Village has reduced.

Conclusion

It was confirmed that by working as a group of children through correct and simple methods, the children's ability to solve the problems caused by drugs in their families improves.

කිරුළපන ශාඛා පුස්තකාලය මගින් නාගස්වත්ත ග්‍රාමයේ ජීවත්වන දරුවන්ට මද්‍යසාර, දුම්වැටි හා වෙනත් මත්ද්‍රව්‍යවලින් නිදහස් වූ පරිසරයක ජීවත් වීමට සහ දරුවන් ඒවාට යොමු වීම අවම කිරීමට ක්‍රියාත්මක වීම

කර්තෘ :- G. තරුෂි චාමිකා

පසුබිම

කිරුළපන ශාඛා පුස්තකාලය අසළ ඇති නාගස්වත්ත ග්‍රාමය දරිද්‍රතාවයෙන් පෙලෙන, මත්ද්‍රව්‍ය බහුලව පවතින සහ ඇබ්බැහි වූවන් බහුලව ජීවතවන ප්‍රදේශයකි. මෙහි ජීවත්වන ඉතාමත් අඩු අධ්‍යාපන මට්ටමක් සහිත දරුවන්ට මෙහි විශාල බලපෑමක් ඇති බව අපට වැටහුණු නිසාවෙන් ඔවුන් ඉන් මුදවා ගනීමේ අරමුණින් 2022 වර්ෂයේ ජුනි මස සිට මේ වන තෙක් මෙම වැඩසටහන සිදු කරමින් පවති. ඒ අනුව ADIC ආයතනය මගින් ලබාගත් දැනුමත් සමග නාගස්වත්ත සම්පත් මධ්‍යස්ථානය තුළ දරුවන් ඒකරාශී කරමින් මෙම වැඩසටහන ආරම්භ කළේය.

ක්‍රමවේදය

පළමුව එම මධ්‍යස්ථානයේ පවත්වන ලද අමතර පන්තිවලට පැමිණෙන 1ත් - 5ත් අතර ශ්‍රේණිවල දරුවන් 12දෙනෙකුගෙන් සමන්විත කණ්ඩායමක් මේ සඳහා තෝරාගත් අතර ADIC ආයතනය මගින් ලබාගත් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයට අදාළ ක්‍රියාකාරකම් හා කතන්දර පොත්, කවි මගින් දරුවන් දැනුවත් කිරීම සිදු කරන ලදි. එම දැනුවත් කිරීමේ වැඩසටහන් සති දෙකකට සැරයක් පවත්වන ලදී. ඉන්පසු නිවැරදිව මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ චිත්‍රයක් පෝස්ටරයක් නිර්මාණය කරන ආකාරය පිළිබඳ දැනුවත් කර චිත්‍ර හා පෝස්ටර් නිර්මාණය කළේය. නිර්මාණය කළ පෝස්ටර් සම්පත් මධ්‍යස්ථානය අවට පරිසරයේ ඇලවීම සිදු කරන ලදි.

අභියෝග

දරුවන් ජීවත් වන පරිසරය තුළ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන්නන් වැඩි ප්‍රමාණයක් සිටීම. ඔවුන්ට එම ප්‍රදේශය තුළ යම් සමාජ වටිනාකමක් ලබා දී තිබීම නිසා දරුවන් ඔවුන්ට බිය වී සිටීම. ඔවුන් බැණ වැදීම.

ප්‍රතිඵල

මුල් අවස්ථාවේ දී සහභාගි වූ දරුවන් කණ්ඩායම ළමුන් 20ක් දක්වා වර්ධනය වී තිබීම සහ පවත්වන ලද සෑම වැඩසටහනකට ම ඉතා උනන්දුවෙන් සහභාගී වීම. දරුවන් තිදෙනෙකු අසල්වාසීන් දැනුවත් කර ඇති අතර ඉන් එක් දරුවෙකුගේ පියෙකු තම දරුවාට පෙනෙන ලෙස දුම්වැටි භාවිත කිරීමෙන් වැළකී සිටීම. එමෙන්ම දුම්වැටි භාවිත කරන පුද්ගලයින් ආසන්නයෙන් ගමන් ගන්නා විට නහය වසා ගනිමින් ප්‍රතිචාර දක්වන දරුවන් 10දෙනෙක් සිටීම. එසේම දුම්වැටි, මද්‍යසාර වැනි මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන අයට වෙන ප්‍රතිවිපාක දරුවන් සියල්ලන්ගේ ම මනසට හොඳින් අවබෝධ වී තිබීම. එසේම මෙම වැඩසටහන හරහා දරුවන් පුස්තකාලය වෙත ආකර්ශනය කර ගැනීමට ද හැකි විය. නිවැරදිව මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ චිත්‍ර,පෝස්ටර් නිර්මාණය කිරීමට දරුවන් සියල්ලන්ට ම හැකියාව ලැබී තිබීම. මෙම වැඩසටහන නිසා පාසල් කාලයෙන් පසු නිකරුණේ ගත කළ කාලය තුළ දී දරුවන් පුස්තකාලට පැමිණීම පිළිබඳ ව මව්වරුන්ගේ ප්‍රසාදය හිමි වීම. එමගින් ඔවුන්ට ද මෙවැනි වැඩසටහනක් ආරම්භ කිරීමට දැන් හැකියාව ලැබී තිබීම. අධ්‍යාපන මට්ටම අඩු දරුවන් 8දෙනෙක් තෝරා ගෙන නොමිලේ සිංහල, ඉංග්‍රීසි, ගණිතය යන විෂයන්ට අමතර පංති ක්‍රියාත්මක කිරීම.

නිගමනය

ළමා මනසට සුදුසු සහ ඔවුන් ප්‍රිය කරන ක්‍රියාකාරකම් සිදු කිරීම මගින් ළමුන් ඵලදායි මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ ක්‍රියාකාරකම් හා පහසුවෙන් සම්බන්ධ කරගත හැකි බව මේ තුළින් වටහා ගැනීමට හැකිවිය.

The intervention of Kirulapana Branch Library to help children living in Nagaswatta village to live in an environment free from alcohol, tobacco and other drugs and to reduce children's exposure to them.

Author : G. Tharushi Chamika

Background

Nagaswatta village near the Kirulapana branch library is a poverty-stricken area where drugs and addicts are prevalent. As we realized that there is a great impact on the children with a very low level of education living here, this programme is being carried out from June 2022 until now to save the children from such dangers. Accordingly, this programme was initiated with the knowledge gained by the ADIC institute, gathering children in the Resource Center.

Methodology

First, a group of 12 children from grades 1 to 5 attending extra classes held at the centre were selected for this purpose and the children were educated through activities related to drug prevention and storybooks and poems obtained by ADIC. The awareness programmes were conducted every two weeks. After that, the children were educated on how to create drug prevention drawings and posters correctly. The drawings and posters created by the children were pasted around the resource centre.

Challenges

High presence of drug users in children's living environment. Children are afraid of them because they have been given some social value in that area. Their scoldings.

Results

The number of children who participated at the initial stage has grown to 20 children and they enthusiastically participated in every programme. Three children have educated the neighbours and one of the children's father has refrained from using cigarettes in his child's sight. 10 children who react by covering their noses when walking near people who use cigarettes. Also, the consequences for those who use drugs such as cigarettes and alcohol are well-registered in the minds of all children. It was also possible to attract children to the library through this programme. Ensuring that all children are able to create accurate anti-drug drawings and posters. The appreciation of the mothers towards the programme, for motivating their children to visit the library during their free time after school. Thus, they have now been able to start such a programme. 8 children with a low level of education were selected and additional classes for Sinhala, English and Mathematics subjects were implemented for free.

Conclusion

Through this, it was possible to understand that children can be easily connected to effective drug prevention activities by doing activities that are suitable for children's minds and that they like.

ලෝක ළමා දිනයට සමගාමීව දුම්කොළ සහ මද්‍යසාර සමාගම්වල කූඨ උපක්‍රම පිළිබඳ අවබෝධය සමාජගත කිරීම

කර්තෘ :- එම්. එස්. සී. මනම්පේරි

පසුබිම

සමාජයේ විවිධ කාණ්ඩ ළමුන් ඉලක්ක කරන්නේ ඔවුනොවුන්ගේ විවිධ අරමුණු ඉටුකර ගැනීමට ය. මේ අතර දුම්වැටි, මද්‍යසාර සමාගම් ළමුන් හසුකර ගැනීමට විවිධ ආකර්ෂණීය ක්‍රියාකාරකම් යොදාගෙන ඔවුන්ගේ අවශ්‍යතාවය ඉටු කරගැනීමට උත්සහ දරයි. ළමයින් එම ආකර්ෂණීය ක්‍රියාකාරකම් අනුගමනය කරමින් විවිධ අත්හදා බැලීම්වලට යොමුවීමට උත්සහ කරයි. එම නිසා මද්‍යසාරවල සැබෑ හානිය පිළිබඳ අවබෝධයක් ලබාදීම, එම සමාගම්වල උපක්‍රම ළමුන්ට පහදා දීම සහ ඒවාට හසුනොවී සිටීමත් එයට එරෙහිව ක්‍රියාත්මක වීමට ළමුන් බලගැන්වීමත් මෙහි අරමුණයි.

ක්‍රමවේදය

පළමුව වයස අවුරුදු 5ත් 16ත් අතර ළමයින් තුළ ඇති අවශ්‍යතාවන් සහ ගැටළු හදුනා ගැනීම පිළිබඳ අධ්‍යනයක්, ADIC ආයතනය සමග YAN Junior කණ්ඩායම එක්ව සිදු කළහ. එම ගැටළු නිසා ළමයින්ට ඇතිවන බලපෑම අවම කිරීම වෙනුවෙන් ඔක්තොම්බර් පළමුවන දිනට යෙදෙන ලෝක ළමා දිනයේ දී ඔවුන්ට මානසික නිදහසක් ලබාදීමට කොළඹ මහජන පුස්තකාලය, සෞඛ්‍යය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශය සහ YAN Think Tank කණ්ඩායම එක්ව සතුට නිදහස පෝෂණය පණිවිඩ ඇතුළත් ක්‍රියාකාරකම් කඳවුරක් කොළඹ විහාරමහාදේවි උද්‍යානයේ දී පවත්වන ලදි.

එහිදී දුම්කොළ මද්‍යසාර සහ වෙනත් මත්ද්‍රව්‍යවල සත්‍ය හානිය පිළිබඳ අවබෝධය ලැබෙන ලෙස ක්‍රියාකාරකම් සිදු කරන ලදි. මෙහිදී එදින අප ත්‍යාග ලබා දීමේදී බුද්ධි කැටය සංකල්පය උපයෝගී කරගෙන අනවශ්‍ය වියදම් එනම් නිවසක දුම්කොළ මද්‍යසාර සහ වෙනත් මත්ද්‍රව්‍ය සදහා වන වියදම් කැටයකට ඉතිරි කිරීමට උත්සහ කරන ලෙස දන්වමින් කැට 200ක ප්‍රමාණයක් ලබා දෙන ලදි. සතුටු පවුල, දුක පවුල නමින් නව සංකල්පයක් හඳුන්වාදුන් අතර එහිදී පුවරු දෙකකට තමන්ගේ පවුල සතුටින් සහ දුකින් සිටි අවස්ථාවන් නිර්නාමිකව ප්‍රදර්ශනයට අවස්ථාව ළමයින්ට දෙන ලදි. ඒ තුළින් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන්නන් සිටි පවුල් දුක පවුලක් ලෙසට ළමුන් තුළින්ම හඳුනාගත් අතර එය දෙමාපියන්ට පෙන්වා දෙමින් ඔවුන් සමග ළමා ක්‍රියාකාරකම් සහ ළමයින්ගේ අදහස් පිළිබඳව සහ පැමිණ සිටි දෙමාපියන්ටත්, ළමුන්ටත් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ ඇතුළත් අත්පත්‍රිකා බෙදා දීම සිදු කරන ලදි.

අභියෝග

කොවිඩ් නිසා රට තුළ පැවති සීමාකාරී වාතාවරණය අඩු වීමත් සමග අප බලාපොරොත්තු වූවාට වඩා අධික ළමුන් පිරිසක් මේ සඳහා සහභාගී වීම, රට තුළ පැවති අර්බුදකාරී වාතාවරණය, මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන දෙමාපියන්ගෙන් එල්ල වූ සෘණාත්මක ප්‍රතිචාර, පැවති ඉඩකඩ සීමාවීම.

ප්‍රතිඵල

සමාගම්වල කූඨ උපක්‍රම මෙන්ම නිවාරණ දැනුම සහ අවබෝධය දියුණු කළ හැකි නව මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ මෙවලම් 3ක් නිර්මාණය කිරීම. ඒවා සහ දැනට නිර්මාණිත මෙවලම් හරහා 3000කට අධික ළමුන් පිරිසකට දැනුම සහ අවබෝධය ලබා දීමට හැකිවීම. සමබල ආහාර වේලක අවශ්‍යතාව පිළිබඳ ළමුන් 1500කට පමණ අවබෝධය ලබාදීම. මේ වැඩසටහනට ආශ්‍රිතව නිවාරණ පණිවිඩ අන්තර්ගත වීඩියෝවක් නිකුත් කිරීම හා එයට YouTube නැරඹුම් වාර 5000කට වඩා සහ Facebook නැරඹුම් වාර 1300කට වඩා තිබීම, ළමයින්ව සහභාගී කළ දෙමාපියන්ගෙන් යහපත් ප්‍රතිචාර ලැබීම හා ඒ අනුව දෙමාපියන්ටද එම දැනුම ලබා දීමට හැකිවීම.

නිගමනය

උත්සාහය කැපවීම සහ නිර්මාණාත්මකව සිතීම මගින් ළමුන්ට දැනෙන ආකාරයෙන් ක්‍රියාකාරකම් ඔස්සේ සහ ළමයින්ට සවන් දීම සහ ඔවුන්ව ඒ වෙනුවෙන් බලගැන්වීම හරහා ඵලදායිව මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සිදුකළ හැකිය.

Social awareness of tobacco and alcohol companies' sneaky tactics on World Children's Day

Author: M. S. C. Manamperi

Background

Different groups of society target children to fulfil various goals. Meanwhile, cigarette and alcohol companies are trying to fulfil their needs by using various attractive activities to catch children. Children try to engage in various experiments following those exciting activities. Therefore, the purpose of this is to provide an understanding of the real harm of alcohol, to explain to children the tactics of those companies and not to fall for them and to empower children to act against it.

Methodology

First, a study on identifying the needs and problems of children between the ages of 5 and 16 was conducted by the YAN Junior team with ADIC. In order to reduce the impact of these problems on children, the Colombo Public Library, the Health Promotion Bureau and the YAN Think Tank team jointly organized an activity camp with the message of happiness and freedom at the Viharamahadevi Park in Colombo to give them mental freedom on the World Children's Day on October 1st.

There, activities were conducted to understand the true harm of tobacco, alcohol and other drugs. On that day, when we gave prizes, 200 tills were given, telling them to try to save unnecessary expenses such as tobacco, alcohol and other drugs in a house by using the concept of intelligence till. A new concept called Happy Family, Sad Family was introduced, where children were given the opportunity to anonymously display moments of their family being happy and sad on two boards. Through this, the families of drug users were identified as a family full of sorrow by the children themselves. Pointing it out to the parents, they were educated about the children's activities and the children's views, and handouts containing drug prevention were distributed to the parents and children who were present.

Challenges

With the reduction of the restrictive atmosphere in the country due to Covid, more children participated in this than we expected, the crisis in the country, the negative reactions from parents who use drugs, and the limited space available.

Results

Creating 3 new drug prevention tools that can reveal companies' underhand tactics as well as improve prevention knowledge and understanding. Being able to impart knowledge and understanding to over 3000 children through those tools and the tools currently being developed. Providing awareness to around 1500 children about the need for a balanced diet. The release of a video containing prevention messages related to this programme and which has more than 5000 views on YouTube and more than 1300 views on Facebook, received good responses from the parents who brought the children to the programme and thus able to provide the same knowledge to the parents.

Conclusion

Effective drug prevention can be achieved by engaging with children through activities created with dedicated efforts and creative thinking and by listening to the children and empowering them.

මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය කෙරෙහි ආකර්ෂණය අවම කිරීමට කොටහේන ශාඛා පුස්තකාලයෙහි සාමාජික සාමාන්‍ය පෙළ පිරිමි සිසුන් දිරිගැන්වීම

කර්තෘ :- එම්. ඩී. ශ්‍යංගිලා මුතුගල

පසුබිම

කොළඹ මහ නගර සභාවට අයත් කොටහේන ශාඛා පුස්තකාලය කොටහේන නගරය මධ්‍යයෙහි පිහිටා ඇත. අධ්‍යයන කටයුතු සඳහා පුස්තකාලය වෙත පැමිණෙන සාමාන්‍ය පෙළ පිරිමි සිසුන් සඳහා 2022 වසරේ මැයි මස සිට ඔක්තෝබර් දක්වා මෙම අධ්‍යයනය සිදු කරන ලදි.

ක්‍රමවේදය

පළමුව පොදුවේ දරුවන් සඳහා පුස්තකාලය තුළ දී සිතුවම් තරගයක් සංවිධානය කර සියලුම ශ්‍රේණිවල සිසුන් ගෙන්වා ගෙන මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙහි ආකර්ෂණය දුරලන මාතෘකා ද ඇතුළත් කරමින් කාණ්ඩ කර සියලුම සිසුන්ට මත්ද්‍රව්‍ය ආකර්ෂණය අවම වන පරිදි දේශනයක් පවත්වන ලදි. මෙම අවස්ථාවට සාමාන්‍ය පෙළ සිසුන් 07 දෙනෙකු සහභාගී විය. ඉන්පසු නැවත එම සිසුන් 07 දෙනා ඇතුළත්ව සිසුන් 09 දෙනෙකු සමග මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත නොකිරීමෙන් ඇති වන ප්‍රතිලාභ පිළිබඳ සාකච්ඡා කර ඔවුන්ගේ ආකල්ප ලිවීමට අවස්ථාව ලබාදුණි. මේ වන විට ඔවුන් සුහදව අදහස් දැක්වීමට ඉදිරිපත් වූ අතර අධ්‍යයන කටයුතු සඳහා ඔවුන්ගේ මිතුරන්ව ද පුස්තකාලය වෙත එකතු කරගනිමින් පැමිණි අතර මා විසින් ADIC ආයතනයෙන් ලැබුණු මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ පෝස්ටර් ඇතුළත් පුවරු කවුළුවක් ද ආරම්භ කරන ලදි. මෙම කවුළුව සඳහා එම දරුවන් විශේෂයෙන් යොමු කළ අතර ඔවුන්ගේ දුරකතන මගින් මෙම පුවරු ඡායාරූපයට ගන්නා අයුරු මම අධ්‍යයනය කළෙමි. මත්ද්‍රව්‍ය ආකර්ෂණයෙන් නොරැවටී යහපත් පෞර්ෂයකින් හෙබි දරුවන් වීමට මා ඔවුන් සැම පොළඹවන ලදි.

අභියෝග

භාෂා ගැටළුව ඇති වුවද ඒ සඳහා සිංහල සහ දෙමළ භාෂාවන් දන්නා සිසුන් සිටි හෙයින් එම අභියෝගය තරමක් දුරට මගහරවා ගන්නා ලදි. එමෙන්ම අධ්‍යයන කටයුතු සඳහා පැමිණි සිසුන් යොදාගත් හෙයින් ඔවුන්ගේ අධ්‍යයන කටයුතුවලට කාලය ලබාදීම ද සිදු කළ යුතු විය.

ප්‍රතිඵල

මුලදී මේ පිළිබඳව අදහස් දැක්වීමට මැළි වූ දරුවන් පසුව උද්යෝගයෙන් අදහස් දක්වන ලදි. මෙම කණ්ඩායම මේ වනවිට දරුවන් 15 දක්වා වර්ධනය වී ඇති අතර ඔවුන් සෑම සෙනසුරාදා දිනම පුස්තකාලය වෙත අධ්‍යයන කටයුතු සඳහා පැමිණෙයි. එමෙන්ම මේ පිළිබඳව ඔවුන්ගේ මිතුරන්ව ද දැනුවත් කිරීම සිදු කරන අතර මෙම ක්‍රියාවලියට සවන් දුන් වැඩිහිටි පාඨක මහත්මියක් දෙමව්පියන්ගේ මත්ද්‍රව්‍ය උවදුර මූලිකව හේතු කරගෙන පාසල් අධ්‍යාපනය අතරමගදී නවතන සිසුන් ඇතුළත් පාසලක් පිළිබදව මා දැනුවත් කරන ලදි. එමෙන්ම මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් පසු පුවත්පත් අංශයට දිනපතා පැමිණ කාලය ගතකරන පාඨකයින් දෙදෙනෙකු නොපැමිණෙයි.

නිගමනය

මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය අවම කරගැනීමට සමාජය තුළින්ම මහත් උනන්දුවක් තිබෙන අතර මේ සඳහා නිසි අවබෝධයෙන් යුතුව මූලිකත්වය ගෙන කටයුතු කිරීමෙන් මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය අවම කළ හැකිය.

Encouraging male secondary school student members of Kotahena Branch Library to reduce their attraction to alcohol and drug use

Author: M. D. Shyangila Muthugala

Background

The Kotahena branch library belonging to the Colombo Municipal Council is located in the centre of Kotahena town. This study was conducted from May to October 2022 for male students of Ordinary Level who come to the library for studies.

Methodology

First, a painting competition was organized in the library for children in general and students of all grades were brought and a lecture was given to all the students to reduce the attraction of drugs by including topics that reduce the attraction of alcohol and drugs. 07 Ordinary Level students participated in this event. After that, the benefits of not using drugs were discussed with 09 students including those 07 students and gave them the opportunity to write their attitudes. By this time they came forward to give friendly comments and gathered their friends to the library to study and also started a board-window with drug prevention posters which I received from ADIC. The children were specifically directed to this window and I studied how they took pictures of it with their phones. I inspired them all to be children with good character and not be deceived by the lure of drugs.

Challenges

Although there was a language problem, the challenge was somewhat avoided as there were students who knew Sinhala and Tamil languages. Also, since the students who came for studies were involved, they had to be given time for their studies.

Results

The children, who were initially reluctant to comment on this, later enthusiastically commented. This group has now grown to 15 children and they come to the library every Saturday to study. They also inform their friends about this and an elderly reader who listened to this process informed me about a school where students drop out in the middle of their education mainly due to the drug addiction of their parents.

Also, two readers who spend time in the newspaper section every day after drug use are absent.

Conclusion

There is a great interest in society to reduce the use of alcohol and drugs, and by taking the initiative with proper understanding, the use of alcohol and drugs can be reduced.

දුම්වැටි හා මද්‍යසාර භාවිතයට යොමු වීම අවම කිරීම හා නැවැත්වීමට දිඹුලාමුරය සඳිසි පෙරපාසල ගත් උත්සාහය

කර්තෘ :- ආර්. එම්. ශනුජා ප්‍රසාදනී

පසුබිම

වර්තමානයේ මද්‍යසාර හා දුම්කොළ සමාගම් මෙන්ම මත්ද්‍රව්‍ය ජාවාරම්කරුවන්ගේ ප්‍රධාන ඉලක්කය බවට පත්ව ඇත්තේ අපේ දරුවන් ය . ඔවුන්ගේ විවිධාකාර උපක්‍රම මවාපෑම් , මාධ්‍ය ප්‍රචාරණ අභියස නොරැවටීමට දරුවන් කුඩා කාලයේ සිටම (පෙර පාසල් වියේ) දරුවන් තුළ නිසි අවබෝධයක් ඇති කිරීම ඉතා වැදගත් ය. සමාජ නිරීක්ෂණ තුළින් මත්ද්‍රව්‍ය හා මද්‍යසාරවල සැබෑ තත්වය වටහා ගැනිමට දරුවන් පුහුණු කිරීමට හැකි බවත්, ඔවුන් ඒ සඳහා ඇති හොදම පහසුම සහ සාර්ථකම මග, පෙර පාසල තුළින් ඇතිකළ හැකි බව අපේ විශ්වාසයයි.

ක්‍රමවේදය

ඌව පළාතේ මොණරාගල දිස්ත්‍රික්කයේ වැල්ලවාය ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාශයේ දිඹුලාමුරය ග්‍රාම නිලධාරී වසමේ සඳසි පෙර පාසල මේ වැඩසටහන සඳහා තෝරා ගන්නා ලදි. ළමයින් 22ක් පමණ සිටින මෙම පෙර පාසලේ එක් පෙර පාසල් පාලිකාතුමියක් සිටියි. ADIC ආයතනය ලබාදුන් දැනුම උපයෝගි කරගෙන මා පෙර පාසැල් පාලිකාතුමිය සමග සාකච්ඡා කර පෙර පාසල් දරුවන් සඳහා මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයට අදාළ කවි සහ කතාන්තර දරුවන්ට කියාදෙමින් මූලික අඩිතාලම සකස් කරගන්නා ලදි. ඉන්පසු පෙර පාසල් පාලිකාතුමියට මෙම කවි දරුවන් සමග ගායනා කරන පැවරුමක් ලෙස ලබාදෙන ලදි. පෙරපාසලට පැමිණ වරින්වර මා පාලිකාතුමිය හමුවී මෙම ක්‍රියාකාරකම් පිළිබඳ සොයාබලන ලදි. කවි, කතාන්තර හරහා දරුවන්ගේ නිවෙස්වලට ද මෙම පණිවිඩ යැවීමට අප ක්‍රියාකරන ලදි. මෙම ක්‍රියාකාරකම්වල අවශ්‍යතාවය අරමුණ පිළිබඳ ව දෙමාපියන්ට පැහැදිලි කිරීමක් ද සිදුකරන ලදි.

අභියෝග

පෙර පාසලේ දරුවන්ගේ දෙමාපියන් කිහිපදෙනෙකුගෙන් පෙර පාසල් පාලිකාතුමියට හා මට දෝෂාරෝපණයට ලක්වීමට සිදුවිය. අපේ නිවසේ මද්‍යසාර දුම්වැටි භාවිත නොකරන බැවින්, ඒවා අපිට අදාල නැත. අවශ්‍ය කාණ්ඩයට පමණක් ලබා දෙන ලෙසත්ය. දෙමාපිය ඇමතීමෙන් එම අභියෝගය ජය ගැනීමට අපට හැකි විය.

ප්‍රතිඵල

නිවැරදිව කවි කතන්දර කියන දරුවන් ගනන 8 සිට 12ක් වීය . මද්‍යසාර, දුම්වැටි භාවිතය නිසා "ගඳ ගහනවා", "කැත වෙනවා", (තොල්, මුහුන,ඇස්) "ලස්සන නැති වෙනවා" කියන්නට හැකි දරුවන් පිරිස 18ක් ගඳයි කියලා නහය වහ ගන්න ප්‍රතිචාර දන්වන දරුවන් , ඒ වගේ ම මුහුණක් දැකීමෙන් හඳුනාගන්න පුළුවන් දරුවන් පිරිස ක්‍රමයෙන් වැඩි වී තිබීම. ගඳයි කියා නහය වසා ගන්නා දරුවන් ගණන 0 - 5 දක්වා ද, එවැනි මුහුණක් හඳුනාගන්නා දරුවන් ගණන 0 - 2 දක්වා වැඩිවිය. පෙර පාසල් පාලික තුමිය මෙවර පෙරපාසලේ දරුවන්ගේ නිර්මාණ ප්‍රදර්ශනයට මද්‍යසාර හා දුම්වැටි නිසා ඇතිවන මුහුණ වෙනස්වීම, කැතවීම චිත්‍ර ඇඳ නිර්මාණ ප්‍රදර්ශනයේම කොටසක් කර ගෙන ප්‍රදර්ශනය කිරීම. දරුවන් දුරකතනය භාවිත කිරීමේදී ද (සීයාට තාත්තාට කතා කිරීමේදී) මේ ගැන පැවසු දරුවන් 02කි. නිවෙස්වල සාදවල දී උස් හඬින් කවි/කතන්දර භාවිතා කළ දරුවන් ගණන 02කි.

නිගමනය

පෙර පාසල තුළින් ඇති කරන මෙම වෙනස ,අනාගතයේ දී ජීවිතය රස විදින, සෞඛ්‍යමත්, පෞරුෂත්වයකින් යුත්, තමන් මෙන්ම සමාජය පිළිබඳව ද වගකීමක් සහිත පිරිසක් බිහිවනු නොඅනුමානයි.

Efforts made by Dimbulamuraya Sandisi Preschool to reduce and stop the use of cigarettes and alcohol

Author:- R. M. Shanuja Prasadani

Background

Nowadays, our children have become the main target of alcohol and tobacco companies as well as drug traffickers. It is very important to instil proper understanding in children from an early age (pre-school age) so that they are not deceived by their various tricks, pretence and media propaganda. We believe that it is possible to train children to understand the real situation of drugs and alcohol through social observation and that the easiest and most successful way for them to do that is through preschool.

Methodology

Sandasi Preschool in Dimbulamuraya Grama Niladhari Domain of Wellawaya Divisional Secretariat Division of Monaragala District of Uva Province was selected for this programme. There is one preschool teacher in this preschool with about 22 children. Using the knowledge provided by ADIC, I discussed it with the preschool principal and prepared the basic foundation by teaching the children poems and stories related to drug prevention for preschool children. Then these poems were given to the preschool teacher as an assignment to sing with the children. After coming to the preschool, I met the headmistress from time to time and inquired about these activities. We worked to send these messages to children's homes through poems and stories. An explanation was also made to the parents about the need and purpose of these activities.

Challenges

The preschool principal and I were criticized by several parents of preschool children. They argued that as they didn’t use alcoholic cigarettes in their houses, the drug prevention activities were irrelevant to them, and they should be given only to the required category. We were able to overcome that challenge by addressing the parents

Results

There are 8 to 12 children who recite poetry and tell stories correctly. The number of children who can say that they smell, become ugly, (lips, face, eyes) lose their beauty due to the use of alcohol and cigarettes is 18, the children who respond by covering their noses and saying that the users smell and the number of children who can identify a user by seeing a face has gradually increased. The number of children covering their noses saying ‘it smells’ has increased from 0 to 5 and the number of children recognizing a face has increased from 0 to 2. The preschool headmistress drew and displayed the facial changes and ugliness caused by alcohol and smoking as part of the art exhibition of the preschool children. 02 children talked about this while using the phone (talking to their grandfather and father). The number of children who told the poems/stories out loud in house parties is 02.

Conclusion

This difference made through preschool will undoubtedly produce a group of people who enjoy life, are healthy, have a personality, and are responsible for themselves as well as society.

තම නිවසේ දුම්වැටි සහ මද්‍යසාර භාවිතයට යොමු වූ පුද්ගලයින් කෙරෙහි අකමැත්ත ප්‍රකාශ කිරීමට අකරවිට කනිෂ්ඨ විද්‍යාලයේ 3 ශ්‍රේණියේ ළමුන් බලගැන්වීම

කර්තෘ :- එච්.එම්.සුරංගි අත්තනායක

පසුබිම

අකරවිට කනිෂ්ඨ විද්‍යාලයේ සිසු දරුවන්ගේ බොහෝ පවුල් එදිනෙදා උපයා ගන්නා මුදලින් ජීවනෝපාය පවත්වා ගනිති. ඔවුන් අතර දරිද්‍රතාවය දැඩිව පවතී. උපායා ගන්නා මුදලින් කොටසක් මද්‍යසාර සහ දුම්වැටි සඳහා වැය කිරීම මෙයට බලපා ඇති එක් කරුණක් බව අනාවරණය කර ගත හැකි විය. දරුවන්ට මෙයින් ඇති වන බලපෑම අවම කිරීමට අපිට අවශ්‍ය විය.

ක්‍රමවේදය

ADIC ආයතනය විසින් අපට ලබා දී තිබුණු මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ ක්‍රියාකාරකම් ඇතුළත් 'අපි හැමදා සතුටින්' අත් පොතෙහි අභ්‍යාස 3 ශ්‍රේණියේ දරුවන් සඳහා කරවන ලදි.මෙම ක්‍රියාකාරකම් පාසල් විෂය හා සම්බන්ධ කරගනිමින් අමතර කාලයක් නොගෙන සිදුකරන ලදි. එහිදී පෝස්ටර්, නිර්මාණ සහ දැන්වීම් ඇතුළත් අභ්‍යස පෙර දින දරුවන්ගේ Whatsapp කණ්ඩායමට ඇතුලත් කරන ලදි. දෙමාපියන්ගේ සහයෝගය සහිතව අදාළ පිටුවෙහි ආකෘතිය අලංකාරව නිර්මාණය කිරීමට උපදෙස් ලබා දෙන ලදි. පසු දින එය පාසලට ගෙන්වා " තාත්තා අරක්කු බොන්නෙ නැති නිසා මමත් සතුටින් තාත්තත් සතුටින් , සිගරට් බීලා අපේ ගෙදර කැත කරන්න එපා" වැනි වැකි පිටුව තුළ ලියවීම කර නැවත නිවසේ ප්‍රදර්ශනය කිරීමට යවන ලදි. ශබ්ද නගා කියවන වැකි සහ කවි පාසලේ දී කටපාඩම් කර නිවසේ සාමාජිකයන්ට ඇසෙන්නට කියන ලෙසත් දරුවන්ට මතක්කර දෙන ලදි.

අභියෝග

මද්‍යසාර , දුම්වැටි භාවිතා කරන දෙමාපියන් වැඩිපුර සිටින නිසා ඉතා උපක්‍රමශීලිව මෙම ක්‍රියාකාරකම් සිදුකිරීමට වීම.

ප්‍රතිඵල

මෙම ක්‍රියාකාරකම් දරුවන් ඉතා අශාවෙන් සිදුකිරීම. එසේම දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිත කරන්නන්ට ප්‍රතිචාර දක්වීමට ළමුන්ගේ හැකියාව සංවර්ධනය වීම. මෙම ක්‍රියාකාරකම් සිදුකිරීමට දෙමාපියන්ගේ දායකත්වය ද පෙරට වඩා වැඩිවිය. "සිගරට් බිව්වම අරක්කු බිව්වම මූණ කැතවෙනවා. ගඳයි " යනුවෙන් ආසන්න හානිය ප්‍රකාශ කළ හැකි ළමුන් ගණන 30/31කි. නිවැරදි ලෙසට පෝස්ටරයක් නිර්මාණය කරගත හැකි ළමුන් ගණන 29/31කි. මෙම පන්ති කාමරයේ දරුවන්ට කියාදෙන කවි අනෙකුත් පන්තිවල දරුවන් ද ගායනා කරන බව අපට නිරීක්ෂණය විය. දරුවන්ට පෙනෙන ලෙස මද්‍යසාර , දුම්වැටි භාවිත නොකරන බවත්, එම භාවිතයන් අඩු වී ඇති බවත් මව්වරුන්ගේ ප්‍රකාශවලින් හෙළිවිය. මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ ක්‍රියාකාරකම් සිදුකිරීමට දරුවන් සමග දෙමාපියන් ද දායක කරගැනීමට හැකිවීම. මද්‍යසාර භාවිතය නැවැත්වූ තාත්තා කෙනෙකු පාසලේ වැඩවලට ද උදව්කිරීමට පැමිණීම සතුටට කරුණකි.

නිගමනය

දරුවන්ගේ පාසල් අභ්‍යාස අතරතුර දෙමාපිය සහයෝගය ඇතිව මෙම ක්‍රියාකාරකම් සිදු කිරීම හරහා වඩා සාර්ථක ප්‍රතිඵල ළඟා කර ගත හැකි විය.

Empowering Grade 3 children of Akaravita Junior School to express disapproval of people who resort to smoking and drinking alcohol in their homes.

Author :- H.M. Surangi Attanayake.

Background

Most of the families of the students of Akaravita Junior School maintain their livelihood with the money they earn daily. Poverty is severe among them. It was revealed that spending part of the money taken on alcohol and cigarettes is one of the factors that have affected this. We wanted to minimize the impact on children.

Methodology

Exercises in the handbook 'We are always happy, which included the drug prevention activities given to us by the ADIC Institute, were done for the grade 3 children. There, exercises involving posters, designs and advertisements were included in the children's Whatsapp group the previous day. With the help of parents, instructions were given to create the format of the respective page beautifully. The next day when it was brought to school, the students were guided into writing "Dad doesn't drink so I am happy and dad is happy, don't make our house ugly by smoking cigarettes" on the creation and sent it back to be displayed at home. The children were also reminded to memorize the words and poems read aloud at school and share them with family members.

Challenges

Had to do these activities very strategically because more parents use alcohol and smoke.

Results

These activities were done by children with great desire. Also developing children's ability to respond to smokers and alcohol users. The contribution of parents to these activities also increased more than before. 30/31 children could state the approximate damage as "smelly" or"If you smoke cigarettes or drink alcohol, your face becomes ugly”. The number of children who can create a poster correctly is 29/31. We observed that the children of other classes also sing the poems taught to the children in this classroom. Mothers' statements revealed that having alcohol or cigarettes in front of children has stopped and that these practices have decreased. Being able to involve parents with children in carrying out drug prevention activities. It is a pleasure to see a father who has stopped using alcohol come to help with the school work as well.

Conclusion

More successful results could be achieved by carrying out these activities with parental support during the children's school exercises.

දරුවන් මද්‍යසාර, දුම්වැටි භාවිතයට යොමු වීම අවම කර ගැනීම සඳහා පෙර පාසල් ගුරු භවතුන් සවිබල ගැන්වීමේ උත්සහය

කර්තෘ :- එච්.ඒ.එම්.ටී.කේ. උදයංගනී

පසුබිම
වැල්ලවාය ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාශය තුළ සිංහල, දෙමළ, මුස්ලිම්, බර්ගර් යන සියලු ජන වර්ග ජීවත්වන අතර ජාති ආගම් බේදයකින් තොරව දරුවන් මද්‍යසාර, දුම්වැටි සඳහා පොළඹවාගැනීම වැඩි වී ඇත. එම සමාගම් විවිධ ආකාරයෙන් උත්සාහ දරන්නේ කුඩාකල සිටම දරුවන්ගේ මනස ඒ සඳහා සූදානම් කරලීමටයි. මෙලෙස යොමුකරවා ගැනීම තුළින් ඉදිරි අනාගතයේ සමස්ත සමාජයම, සාමාජීය හා ආර්ථික වශයෙන් ප්‍රශ්න රැසකට මුහුණදීමට සිදුවනු ඇත. වර්තමානයේ පාසල් තුළ දරුවන් මද්‍යසාර හා දුම්වැටි ඇතුළු අනෙකුත් මත්ද්‍රව්‍ය වර්ගවලට යොමුවීම වැඩි බව අසන්න වීම ඛේදවාචකයකි. මෙම ගැටළු නිසා පෙර පාසල් ගුරුභවතුන් සවිබල ගැන්වීමේ උත්සාහය ආරම්භ කරන ලදි.

ක්‍රමවේදය
පෙරපාසල් ගුරුවරුන්ගේ මාසික හමුවේ දී ඔවුන්ට පෙරපාසල් ආශ්‍රිත මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය පිළිබඳ ගුරුවරුන් 42ක් සඳහා හඳුන්වාදීම සිදුකරන ලදි. පෙරපාසල් දරුවන් සමග සිදුකළ යුතු මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ ක්‍රියාකාරකම් එනම් "අරක්කු බිව්වම මූණ කැතවෙනවා. සිගරට් බිව්වම තොල් කැතවෙනවා." වැනි පණිවිඩ ඇතුළත් කවි කිහිපයක් ගුරු භවතුන්ට ලබාදෙන ලදි. සිගරට් භාවිතය හෝ අරක්කු භාවිතය මෙන් රඟපෑමකින් තොරව දරුවන් හට මෙම කවි කියාදියුතු බවත් ගුරුවරුන්ට පැහැදිලි කරදෙන ලදි. මසකට වතාවක් ගුරු සංගම් රැස්වීමේ දී ප්‍රගතිය පිළිබඳ ගුරුවරුන්ගෙන් විමසන ලදි. දරුවන් සමග ගුරුවරුන් ක්‍රියාකාරකම් සිදුකරන ආකාරය පෙර පාසල් කිහිපයකට ගොස් සොයා බලන ලදි.

අභියෝග
ලබාදුන් කවි පෙළෙහි මද්‍යසාර, දුම්වැටි යන නම්වලින් ම දරුවන්ට කියා දීම සුදුසුද යන සෘණ ආකල්පය ගුරුවරු හට ඇතිවීම, දෙමළ හා මුස්ලිම් පෙර පාසල් ගුරුවරු සිංහල බසින් පමණක් කවි කියාදිමට මැලිවීම මුලින් තිබුණ ද පැහැදිලි කරදීමෙන් පසුව එම ගැටළුව විසඳාගත හැකි විය.

ප්‍රතිඵල
පෙරපාසල් දරුවන් සමග මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ ක්‍රියාකාරකම් සිදුකිරීමට හැකියාව සංවර්ධනය වූ ගුරුවරුන් ගණන 29කි. "සිගරට් බිව්වම තොල් කැතවෙනවා, අරක්කු බිව්වම මූණ කැතවෙනවා, ගඳයි" වැනි දෑ ප්‍රකාශකිරීමට හැකියාව ඇති ළමුන් 870කි. දුම්වැටි භාවිත කරන්නන් දුටුවිට නහය වසාගන්නා ළමුන් සිටින බවත් නිවසේ දී මෙම කවි ගායනා කරන ළමුන් සිටින බව ගුරුවරුන් ප්‍රකාශ කරන ලදි. "දරුවන්ට ජේන්න බොන්නෙ නෑ" යනුවෙන් මව්වරු පවසන බව ගුරුවරුන් ප්‍රකාශ කරන ලදි. දරුවන්ගේ සහ දරුවන්ගේ පවුල්වල මෙම වෙනස්වීම් මැන ගැනීමට හැකි ගුරුවරුන් ගණන 22කි.

නිගමනය
අනාගතයේ දී දරුවන් දුම්වැටි මද්‍යසාර භාවිතයට යොමු නොවීමට දරුවන් ශක්තිමත් කළ හැකි හොඳම කණ්ඩායම පෙර පාසල් ගුරුවරුන් බව පැහැදිලි වේ.

Efforts to empower preschool teachers to reduce children's use of alcohol and cigarettes

Author:- H.A.M.T.K. Udayangani

Background

Sinhalese, Tamils, Muslims, and Burghers live in the Wellawaya Divisional Secretariat and there is an increase in inducing children to drink alcohol and cigarettes regardless of caste and religion. Those companies are trying in different ways to prepare the minds of children for that from an early age. Through this orientation, the entire society will have to face many social and economic problems in the future. It is a tragedy to hear that nowadays children are turning to alcohol and other drugs in schools. Because of these problems, efforts to empower preschool teachers were initiated.

Methodology

In the monthly meeting of preschool teachers, 42 teachers were introduced to pre-school related drug prevention. Drug prevention activities to be carried out with preschool children such as several poems containing messages like "the face gets ugly when you drink alcohol", and “Lips become ugly when you smoke cigarettes. " were given to the teachers. It was also explained to the teachers that they should teach these poems to the children without pretending to use cigarettes or alcohol. The teachers were asked about the progress in the Teachers’ Association meeting once a month. Several preschools were visited and observed how teachers conduct activities with children.

Challenges

The teachers had a negative attitude about whether it is appropriate to teach the children the names of alcohol and cigarettes in the given poetry text, Tamil and Muslim preschool teachers were initially reluctant to teach poetry only in Sinhala, but after clarification, the problem could be solved.

Results

The number of teachers who developed the ability to carry out drug prevention activities with preschool children is 29. 870 children can express things such as "When you smoke cigarettes, your lips become ugly, when you drink alcohol, your face becomes ugly, and you smell." The teachers stated that there are children who cover their noses when they see smokers and there are children who sing these poems at home. The teachers stated that the mothers say, "they don't drink in front of the children". The number of teachers who can measure these changes in children and children's families is 22.

Conclusion

It is clear that preschool teachers are the best group that can strengthen the children so that they will not turn to smoke and use alcohol in the future.

පෙරපාසල් දරුවන්ගේ පවුල්වල සතුට වැඩිකිරීමට අළුබෝමුල්ල ගුරුනිවස පෙර පාසලේ ඇරඹුම

කර්තෘ :- එල්. අජිතා ශිරාණි ද සිල්වා

පසුබිම

මද්‍යසාර, දුම්වැටි භාවිතය බහුලව දරුවන් අතර ප්‍රචලිත කරවීමට උත්සාහ දරන නිසාත් එසේම ප්‍රජාව තුළින් ද දරුවන්ට වැරදි ආකල්ප එකතු වීමත් නිසාවෙන් මුල් ළමා වියේ සිට දරුවන්ට නිවැරදි ආකල්ප වර්ධනය කර ගැනීමට හා එම දරුවන්ගේ පවුල් තුළ මද්‍යසාර හා දුම්වැටි භාවිතයට එරෙහිව ඒකරාශී වීමට හේතුවිය. මෙම කාර්යය පසුගිය නොවැම්බර් මාසයේ සිට ADIC ආයතනයේ සහයෝගය ඇතිව ක්‍රියාත්මක වේ.

ක්‍රමවේදය

කවි, ගීත හා කතන්දර මඟින් දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිතය නිසා මුහුණ කැතවෙන බව, ලස්සන නැතිවෙන බව, ගඳ ගහන බව පෙර පාසල් දරුවන් දැනුවත් කිරීම කරන ලදි. නිවසේ දී පවුලේ අය සමග සතුටින් සිටින දරුවන්ට සිනා මුහුණු ස්ටිකර් ලබාදීම කරන ලදි. එසේම දුම්වැටි මද්‍යසාර භාවිත කරන දෙමාපියන් ගෙන්වා වියදම පිළිබඳව හා වැඩිහිටි අයගේ භාවිතය දරුවන්ට බලපෑම පිළිබද සාකච්ඡා කර කැට ක්‍රමය හඳුන්වා දෙන ලදි. මුදලක් කැටයකට දමා ඉතිරි කරන දරුවන්ට ත්‍යාග ලබා දීමට කටයුතු කිරීම තුළින් දෙමව්පියන්ගේ සහාය ලබා ගැනීම හා එම මුදල් දරුවන්ගේ නමින් ගිණුම් ගත කිරීම සිදුකරන ලදි .

අභියෝග

විශාලම අභියෝගය වූයේ තෝරාගත් දරුවන්ගේ දෙමව්පියන් අපහසුතාවයට පත් නොවන පරිදි පාසලට ගෙන්වා ගැනීමයි. දෙමාපියන් රැස්වීම් කණ්ඩායම් කිහිපයක් ලෙසට ගෙන්වා ගැනීම තුළින් අපහසුවක් ඇතිවීම මගහරවාගත හැකි විය.

ප්‍රතිඵල

මුල් අවස්ථාවේ පවුල් 10කින් පියවරුන් මද්‍යසාර, දුම්වැටි භාවිතය අවම කර තිබීම. මද්‍යසාර, දුම්වැටි සඳහා වැය කළ මුදලින් කොටසක් කැටවලට දමා දරුවන් තරඟය සඳහා ඉදිරිපත් කිරීමට උනන්දුවක් දැක්වීම. එම පවුල්වල දෙමව්පියන් මඟින් අසල්වාසීන්ට ද මෙම පණිවිඩය ලබා දීමට හැකිවීම. දෙමාපියන් විසින් දරුවන්ට කාටූන්, චිත්‍රපට ආදිය නැරඹීම අවම කර තිබීම. පවුල තුළ සමගිය ඇතිවීම නිසා පෙරට වඩා දරුවන් සතුටින් සිටන බව ගුරුවරුන් වන අපට දැකගත හැකිවීම. පෙරට වඩා වැඩි උනන්දුවකින් දරුවන් පාසල වෙත පැමිණීම.

නිගමනය

පවුල්වල සාමාජිකයන්ගේ දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිතය අඩු කරමින් දරුවන්ට හිතකර පරිසරයක් ඇති කිරීමට පෙර පාසල තුළින් පහසුවෙන් සිදුකළ හැකිය .

The initiation of the Alubomulla Gurunivasa Preschool to increase the happiness of the families of preschool children

Author: L. Ajitha Shirani de Silva

Background

The huge efforts to popularize the use of alcohol and cigarettes among children and also the accumulation of wrong attitudes towards children in the community led to children developing the right attitudes from early childhood and rallying against the use of alcohol and cigarettes in the families of those children. This work has been running since last November with the support of ADIC.

Methodology

Through poems, songs and stories, preschool children were made aware that the use of cigarettes and alcohol makes the face ugly, loses its beauty, and stinks. Smiley face stickers were given to the children who were happy with their families at home. Also, the parents who use cigarettes and alcohol were brought in and discussed the cost and the effects of the use of the adults on the children and the till system was introduced. The support of the parents was obtained by giving prizes to the children who put money in a till and the money was deposited in the name of the children.

Challenges

The biggest challenge was to bring the parents of the selected children to the school without any inconvenience. Aggravation was avoided by bringing the parents into several meeting groups.

Results

At first, fathers of 10 families reduced the use of alcohol and smoking. Showing interest in presenting children for the competition by putting a part of the money spent on alcohol and cigarettes into tills. Being able to give this message to the neighbours by the parents of those families. Parents have reduced children's viewing of cartoons, movies etc. As teachers, we can see that the children are happier than before because of the harmony in the family. Children come to school with more enthusiasm than before.

Conclusion

Creating a favourable environment for children by reducing the use of cigarettes and alcohol by family members can easily be done through preschools

දරුවන් හා කාන්තාවන් තුළ නිවැරදි දැනුම සහ ඵලදායි ක්‍රියාකරකම් සිදු කිරීම මගින් සතුට පිරි පවුල් පරිසරයක් නිර්මාණය කිරීමට සීවලී ශාඛා පුස්තකාලය ගත් උත්සාහය

කර්තෘ :-එස්.එම්.ඒ ප්‍රාර්ථනා ලක්ෂාණි මංචනායක

පසුබිම

ADIC ආයතනය හා සම්බන්ධ වීමෙන් පසු මා ලබාගත් දැනුම අනුව පුස්තකාලය තුළින් ඵලදායි ලෙස මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයක් සිදු කිරීමට මා හට අවශ්‍ය වූ අතර ඒ සඳහා කාන්තාවන් සහ දරුවන් ආශ්‍රිතව විවිධ ක්‍රියාකාරකම් සිදු කළේය. 2022 මැයි මස සිට ඔක්තොම්බර් මාසය දක්වා මෙය ක්‍රියාත්මක කරන ලදි.

ක්‍රමවේදය

සීවලී ශාඛා පුස්තකාලයේ පාඨකයන්ගේ සහභාගිත්වයෙන් මුලින්ම ඒකරාශි වීමක් සිදුවිය. එහිදී ප්‍රධාන වශයෙන් දරුවන් හා කාන්තාවන් වෙන් වෙන් වශයෙන් ගෙන මද්‍යසාර, දුම්වැටි හා වෙනත් මත්ද්‍රව්‍ය පිළිබඳ නිවැරදි අවබෝධයක් ලබා දීම සිදු කරන ලදි. පසුව ඒ අතරින් පුස්තකාලයට නිතර පැමිණෙන දරුවන් හා කාන්තාවන් හඳුනාගෙන කුඩා කණ්ඩායම් නිර්මාණය කරන ලදී. දරුවන් 25කු සඳහා මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයට අදාල කතන්දර කියාදීම, නිවැරදිව මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ පෝස්ටරයක් නිර්මාණය කිරීම ආදිය සිදු කරන ලදී. පසුව දරුවන්ට කැට ක්‍රමය හඳුන්වා දී පියවරුන් මද්‍යසාර සහ දුම්වැටි යොදවන මුදල් ඉතිරි කිරීමට යොමු කරනු ලැබීය. භාවිතයට යොමු වූ ස්වාමිපුරුෂයින් ඉන් මුදවා ගැනීමට කාන්තාවන්ට ඇති හැකියාව පෙන්වා දුන් අතර එමගින් පවුල තුළ සමගිය ආරක්ෂා කර ගැනීමට, පිරිමි පාර්ශවය පවුල තුළ රඳවා ගැනීමට උපදෙස් දෙන ලදි. එමෙන්ම මද්‍යසාර දුම්වැටි මත්ද්‍රව්‍යවලින් නිදහස් පවුලක් තුළින් දරුවන්ට ආදර්ශමත් දැක්මක් ගොඩනගා ගැනීමට කටයුතු කරන ලෙස උපදෙස් දෙන ලදි. තවද පුස්තකාලයේ කොටසක් වෙන්කර මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ කවුළුවක් ස්ථාපනය කරන ලදි.

අභියෝග

විශාලම අභියෝගය වූයේ දිගින් දිගටම පිරිස ඒකරාශි කර ගැනීමයි.(විශේෂයෙන් ම කාන්තාවන්) තවද කාන්තාවන්ගේ සාම්ප්‍රදායික මානසිකත්වය දුරලීම ඉතා අපහසු කටයුත්තක් විය. දරුවන්ගේ මනසට ගැලපෙන නිවැරදි හා පැහැදිලි දර්ශනයක් ලබාදීම විශේෂයෙන් සැළකිලිමත් වීමට සිදුවිය.

ප්‍රතිඵල

අපහසුවෙන් කණ්ඩායම් කරගත් පිරිස පසුව ඉතා කැමැත්තෙන් හා උනන්දුවෙන් වැඩසටහන් සඳහා සහභාගි වීය. වැඩසටහනේ අවසාන අදියර වනවිට දරුවන් 32ක් පමණ මා සමඟ එක් විය. දරුවන්ගේ පියවරුන් පිළිබඳ සුබදායක පුවත් ලැබීම මෙන්ම මුදල් කැට ක්‍රමය ජනප්‍රිය වීය. කැට ක්‍රමයට හුරු වූ දරුවන් 21ක් පමණ හඳුනාගන්නා ලදී. එහිදී සෑම දරුවෙක් ම මාසිකව රු.1000කට අධික සංඛ්‍යාවක් එකතු කරගෙන ඇති බව පැහැදිලි වුණි. මත්ද්‍රව්‍ය හා මද්‍යසාර භාවිත කරන්නන්ට ප්‍රතිචාර දැක්වීමට දරුවන් හුරු වී තිබුණි. කාන්තාවන් පවුල පිළිබඳව, ස්වාමිපුරුෂයන්ගේ දින චර්යාවන් පිළිබඳ තෘප්තිමත් අදහස් පල කරන ලදී. වැඩසටහන අවසාන වන විට මා සමඟ කාන්තාවන් 15ක් පමණ එක්විය. එහිදී නිවරදි අවබෝධයක් ලබාගෙන තම පවුල තුළ වෙනසක් සිදු කර ගැනීමට කාන්තාවන් 09 දෙනෙක් පමණ සමත් විය. මෙම වැඩසටහන් සමඟ පුස්තකාලයේ සාමාජික සංඛ්‍යාව වර්ධනය වීම ද සුවිශේෂි ලක්ෂණයක් විය.

නිගමනය

ඵලදායී මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයක් සිදු කිරීමට මා හට හැකියාවක් ඇති බව හා එමගින් සතුට පිරුණු පවුලක් නිර්මාණය කිරීමට පුස්තකාලය හරහා හැකියාවක් ඇති බව වටහා ගත්තෙමි.

Efforts of Seewali Branch Library to create a happy family environment by implementing productive activities and imparting the right knowledge to children and women.

Author : S.M.A. Prathanna Lakshani Manchanayake

Background

After joining the ADIC institute, I wanted to do effective drug prevention through the library according to the knowledge I got, and for that, I did various activities related to women and children. This was implemented from May to October 2022.

Methodology

The first gathering took place with the participation of the readers of the Seewali Branch Library. There, mainly children and women were taken separately and given a correct understanding of alcohol, cigarettes and other drugs. Later, children and women who frequent the library were identified among them and small groups were formed. Stories related to drug prevention were told to 25 children, and a proper drug prevention poster was created. Later, the children were introduced to the till system and fathers were directed to save the money they spend on alcohol and cigarettes. The women were pointed out of their ability to free their husbands from using alcohol and thereby preserve the harmony in the family, advising them to keep the male party in the family. It was also advised to build an exemplary vision for the children through a family free from alcohol, smoking and drugs. A drug prevention window was also set aside in the library.

Challenges

The biggest challenge was to keep assembling people (especially women) and breaking the traditional mentality of women was a very difficult task. Special care had to be taken to provide a correct and clear vision suitable for children's minds.

Results

The people who were very hard to assemble later participated in the programmes willingly and enthusiastically. By the last stage of the programme, about 32 children joined me. As well as receiving good news about the children's fathers, the till system became popular. About 21 children who were accustomed to the till method were identified. It became clear that every child has collected more than Rs.1000 monthly. Children are used to reacting to drug and alcohol abusers. Women expressed satisfaction with their family and husbands' daily routines. By the end of the programme, about 15 women had joined me. About 09 women were able to make a change in their families by getting a clear understanding. Along with these programmes, the growth of the number of members of the library was also a special feature.

Conclusion

I realized that I have the ability to carry out effective drug prevention and thereby create a happy family through the library.

දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිතය පිළිබඳ දරුවන්ට ඇතිවිය හැකි ආශාව අවම කිරීම සඳහා ගත් උත්සාහය

කර්තෘ :- කේ ජී එස් ලාලනි

පසුබිම

"සමගි "පෙර පාසල මොණරාගල දිස්ත්‍රික්කයේ වැල්ලවාය කොට්ඨාසයේ කිතුල්කොටේ ග්‍රාම නිලධාරී වසමේ පූර්ව ළමා සංවර්ධන මධ්‍යස්ථානයකි. මෙය පූර්ව ළමා සංවර්ධනය පවා අඩාල කරන සිගරට් සහ මද්‍යසාර භාවිතය දරුවන්ගේ පවුල තුළින් බොහෝ ප්‍රදර්ශනය වන ගම්මානයක පිහිටි පූර්ව ළමා සංවර්ධන මධ්‍යස්ථානයකි. කුඩා දරුවන්ගේ මනසට ආකර්ෂණය වන නිර්මාණශීලි ක්‍රියාකාරකම් 2022 සැප්තැම්බර් මස සිට නොවැම්බර් මස දක්වා සිදු කරන ලදි.

ක්‍රමවේදය.

පළමුව පෙර පාසල් ගුරුතුමිය සමග සාකච්ඡා කරන ලදි. කුඩා දරුවන්ගේ මනසට ඉතා නිර්මාණශීලී ලෙස මෙම මාතෘකාව මනසට යොමු කරනු ලබන ආකාරය සාකච්ඡා කරන ලදි. එහි දී ගුරුතුමිය හා එක්ව කවි නිර්මාණ හතරක් ඔවුන් සමග ගායනා කිරීමට කටයුතු කිරීම. එමෙන්ම දරුවන්ට දුම්වැටි සහ මද්‍යාසර භාවිත කරන විට ඔවුන් කැත වෙන බව, ගඳ ගහන බව පුංචි මනස දැනුවත් කිරීම සඳහා කැත සහ ලස්සන මුහුණු රූප ඇඳ පෙන්වා දරුවන් හා ගුරුතුමිය සමග එම කවි ගායනා කිරීම සිදුකරන ලදි.

අභියෝග

ප්‍රධානතම අභියෝගය වූයේ වැඩි පිරිසක් දුම්වැටි සහ මද්‍යසාර භාවිත කරන දෙමාපිය පවුල් සහිත ප්‍රදේශයක දරුවන්ට මෙම මාතෘකාව දැනුවත් කිරීමට සිදුවීම.

ප්‍රතිඵලය

නිවසේ දී දුම්වැටි සහ මද්‍යසාර භාවිත කරන විට දරුවන් එම කවි ගායනා කර ඔවුන්ට ඇසෙන පරිදි කියන බව දෙමාපියන් ගුරුතුමිය සමඟ පැවසීම. දුම්වැටි භාවිත කළ විට සිදුවන්නේ කුමක්ද කියා ගුරුතුමිය දරුවන්ගෙන් අසන විට ගඳ ගසන බව හා තොල් කැත වන බව දරුවන්ට ප්‍රකාශකළ හැකිවීම. පියා දුම්වැටි සහ මද්‍යසාර භාවිත කර නිවසට පැමිණි පසු ගඳ යැයි පවසා ඇති බව මව්වරුන් ගුරුතුමිය සමඟ පවසා ඇත. දරුවන් නිවසේ දී මෙවැනි ප්‍රතිචාර දැක්වීම නිසා දුම්වැටි, මද්‍යසාර නිවසේ දී භාවිත කිරීම හා එම වාර ගාණ අඩුවීම වැනි ප්‍රතිඵල ලැබීම.

දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිතය දරුවන් ඉදිරියේ සිදු නොකිරීමට පියවරුන් පෙළඹීම.

නිගමනය

ළමයින් මද්‍යසාර සහ දුම්වැටි භාවිතයට නැඹුරු වීම වැළැක්වීම සඳහා පෙර පාසල් සාර්ථකව යොදා ගත හැකි බවත් කුඩා දරුවන් දක්වන ප්‍රතිචාර නිසා වැඩිහිටියන්ගේ එම පුරුදු කෙරෙහි බලපෑමක් ඇති වන බව පැහැදිලි විය.

Efforts made to reduce children's desire to use cigarettes and alcohol

Author: K.G.S. Lalani

Background

"Samagi" Pre School is an Early Childhood Development Center in Kithulkote Grama Niladhari Domain, Wellawaya Division, Monaragala District. This is an early childhood development centre located in a village where cigarette and alcohol use is very prevalent in children's families, which even hampers early childhood development. Creative activities that appeal to young children's minds were conducted from September to November 2022.

Methodology

First, a discussion was taken with the preschool teacher. It was discussed how this topic should be brought in a very creative way to the minds of young children. There, together with the teacher, four poems were sung with them. Also, in order to make the children aware that when they use cigarettes and alcohol, they become ugly and smelly, pictures of ugly and beautiful faces were drawn and those poems were sung with the children and the teacher.

Challenges

The main challenge was to educate children on this topic in an area where most parents use cigarettes and alcohol.

Result

Parents have told the teacher that the children sang the poems and recited them aloud when the fathers used cigarettes and alcohol at home. When the teacher asks the children what happens when they use cigarettes, the children can say that they smell and their lips get ugly. The mothers told the teacher that when the fathers had used cigarettes or alcohol and came home, the children said that they smelled. Children reacting in this way at home have resulted in reduced use of cigarettes and alcohol at home and the number of such occasions. The fathers are careful enough to not use cigarettes and alcohol in front of their children.

Conclusion

It was clear that preschools can be used successfully to prevent children from becoming addicted to alcohol and smoking, and that the responses of young children influence those habits of adults.

දුම්වැටි, මද්‍යසාර සහ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය අවම කර ගැනීමට මට්ටක්කුලිය මහජන පුස්තකාලය දරුවන් සමග ගත් උත්සාහය

කර්තෘ :- චාන්දනී සිල්වා

පසුබිම

සම්මන්ත්‍රණපුර කොළඹ දිස්ත්‍රික්කයේ මට්ටක්කුලිය ග්‍රාම සේවා වසමට අයත් වේ. ප්‍රදේශයේ ජීවත්වන පවුල් සංඛ්‍යාව 2300කි. මෙම නිවැසියන්ගෙන් බහුතරයක් කොළඹ මත්ස්‍ය වෙළඳපොළ හා මැනිං වෙළඳපොළෙහි නාට්ටාමි සේවයේ යෙදී සිටින පුද්ගලයන් වේ. දෛනික වේතනය සොයා ගන්නා මොවුන්ගේ පවුල් පසුබිමෙහි නූගත්කම, දරිද්‍රතාවය ප්‍රමුඛස්ථානයක් ගනී. මත්කුඩු, මද්‍යසාර, දුම්වැටිවලට යොමු වී ඇති මෙම නගර වැසියන්ගේ දික්කසාද, ළමා හිංසනය, සිරගතවීම්, ළමා අධ්‍යාපනය බිඳ වැටීම්, සියදිවි නසා ගැනීම්, මිනී මැරුම් චෝදනා සම්බන්ධ ගැටළු ප්‍රධාන වශයෙන් දැකිය හැකිය. කොළඹ නාගරික බල ප්‍රදේශය තුළ මට්ටක්කුලිය ග්‍රාමයේ 80% පමණ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට පෙළඹී ඇත.

ක්‍රමවේදය

පළමුව මා පුස්තකාලයට පැමිණෙන දරුවන් 35දෙනෙකු ළමා කතන්දර පැයට තෝරා ගතිමි. පසුව ADIC ආයතනයෙන් ලබා දුන් කතන්දර කියා දුණි. එම පොත්වල ඇති ක්‍රියාකාරකම් කරවා ඇසු කතන්දර චිත්‍රයට නගන ලදී. පසුව ළමුන් පුස්තකාලයට කැඳවා ADIC ආයතනයෙන් ලබාදුන් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයට අදාළ කවි තාලයට ගායනා කිරීමට හුරු කළ අතර එම ගායන හැකියාව දියුණු කරගත් ළමුන්ට සහතිකපත් ප්‍රදානය කිරීම හා ඔවුන්ව ඇගයීම සිදු කරන ලදී. සෑම දරුවෙකුට ම කවි ගායනා කරන වාරයක් පාසා පුස්තකාලයෙන් සිනහ මුහුණු ස්ටිකර් ලබාදුණි. මෙය තරගයක් ආකාරයට සිදුකර වැඩිම සිනහ මුහුණු ස්ටිකර් ලබා ගන්නා දරුවන්ට තම දෙමාපියන් කැඳවා ගෙන එන ලෙස පවසන ලදි. මෙය සෑම දවස් තුනකට වරක් සිදු කළහ. මෙසේ දරුවන් හරහා මෙම පණිවිඩය නිවසට ගිය අතර සිනහ මුහුණු ස්ටිකර් වැඩිකර ගැනීමට දරුවන් ඉතා කැමැත්තක් දැක්වූහ. මෙහිදී දරුවන් දිගින් දිගටම සිනහ මුහුණු ස්ටිකර් වැඩිකර ගනිමින් තම දෙමාපියන්ට ද මෙම ස්ටිකරය දිනා ගන්නා ලෙස ඉල්ලා සිටින ලදි. තවද සතුටු කැලැන්ඩරය මගින් නිවසේ සතුට මැනීමට දරුවන් යොමු කරවීය.

අභියෝග

දරුවන් ගීත ගායනා කරන විට පියවරුන් එම මොහොතේ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතා කර සිටීම. දරුවන් උනන්දු වුවත් දෙමව්පියන් ඍණාත්මක ආකල්ප දැරීම. මත්ද්‍රව්‍ය බෙදා හරින ප්‍රධාන පුද්ගලයින් ප්‍රදේශයේ පදිංචි ව සිටින බැවින් ඔවුන්ගෙන් එල්ල වන තර්ජන, පුස්තකාලයේ වැඩසටහන්වලට තම දරුවන් යොමු නොකර සිටීම. පුස්තකාල කාර්ය මණ්ඩලය දරුවන්ගේ නිවෙස්වලට යාමේදී පියවරුන් නිවෙසේ රැඳී නොසිටීම.

ප්‍රතිඵල

පුස්තකාලයට පැමිණෙන දරුවන් මාර්ගයෙන් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය පිළිබඳව නිවෙස් තුළ සන්නිවේදනයක් ඇති කිරීම. දරුවන්ගේ ඉල්ලීම හමුවේ පවුල් 15ක පමණ මද්‍යසාර, දුම්වැටි හා මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන පියවරුන් එම ක්‍රියාවෙන් මිදී පුස්තකාලයට දරුවන් සමග පැමිණීම. ගෘහස්ථ හිංසනයට ලක් වූ මවුවරුන් 10 දෙනෙකු එම හිංසාවලින් මුදවා ගැනීමට හැකිවීම. ප්‍රදේශය පුරාම පුස්තකාලය මගින් ක්‍රියාත්මක කළ මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ දැනුවත්වීමේ වැඩසටහන් සමග දෙමාපියන් අත්වැල් බැඳ ගැනීම. දැනට පවත්නා ළමා සාමාජිකයින් 413ක් හා වැඩිහිටි සාමාජිකයින් 2372ක් අතරට මෙම පණිවිඩය ගෙන යාමට හැකිවීම. මෙම මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ පිළිබඳ වැඩසටහන් මගින් අවබෝධය ඇති කරලීමෙන් පවුල් 40ක් එයින් මුදවා ගැනීමට හැකිවීම. ප්‍රදේශයේ දුම්වැටි අලෙවි කළ පෙට්ටි කඩවල මිනිසුන් දෙදෙනෙකු අලෙවිය සම්පූර්ණයෙන්ම නවතා දැමීම.

නිගමනය

පුස්තකාලයට පැමිණෙන කුඩා දරුවන් මාර්ගයෙන් පටන් ගත් මෙම වැඩසටහන් අඛණ්ඩව ක්‍රියාත්මක කිරීම මගින් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සමාජ ගත කළ හැකි බව ස්ථිර වශයෙන්ම පැවසිය හැකිය.

Mattakkuliya Public Library's efforts with children to reduce the use of cigarettes, alcohol and drugs

Author: Chandani Silva

Background

Sammantrana Pura belongs to Mattakkuliya Grama Niladhari Domain in Colombo District. The number of families living in the area is 2300. The majority of these residents are porters in the Colombo Fish Market and Manning Market. Ignorance and poverty are prominent in the family background of those who earn daily wages. The problems related to divorce, child abuse, imprisonment, failure of children's education, suicides, and murder charges can be seen mainly among the residents of these cities who are addicted to drugs, alcohol, and cigarettes. Around 80% of Mattakkuliya village within the Colombo metropolitan area is addicted to drugs.

Methodology

First I selected 35 children who come to the library for children's story hour. Then the stories given by ADIC were told. The activities in the books were asked and the stories were drawn. Later, the children were invited to the library and trained to sing to the tune of poems related to drug prevention given by ADIC and certificates were awarded to the children who improved their singing ability and were evaluated. Each child was given a smiley face sticker from the library for each time they recited the poem. This was done as a competition and the children who got the most smiley face stickers were asked to bring their parents. This was done every three days. This message went home through the children and the children were very willing to increase the smiley face stickers. Here the children continuously increased the smiley face stickers and asked their parents to win this sticker as well. And the happiness calendar led the children to measure happiness at home.

Challenges

Fathers use drugs while children sing songs. Although the children are interested, the parents have negative attitudes. Not sending their children to the library's programmes because of threats from the main drug dealers who live in the area. Parents not staying at home when library staff visit children's homes.

Results

Creating communication in homes about drug prevention through children visiting the library. In response to the request of the children, the fathers of about 15 families who use alcohol, cigarettes and drugs, got rid of that act and came to the library with their children. Being able to rescue 10 mothers who were victims of domestic violence. Parent engagement with drug prevention awareness programmes implemented by the library throughout the area. To be able to take this message to the existing 413 child members and 2372 adult members. By creating awareness through these drug prevention programmes, 40 families were able to get rid of it. Two men completely stopped the sale of cigarettes in kiosks in the area.

Conclusion

It can be said with certainty that drug prevention can be socialized through the continued implementation of these programmes, which began with young children visiting the library.

නොච්චියාගම ප්‍රාදේශිය සභා මහජන පුස්තකාලය මගින් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට යොමු වෙමින් සිටි පාසල් දරුවන් ඉන් මුදවා ගැනීම සඳහා ක්‍රියාත්මක වීම.

කර්තෘ :- ජේ.සි.ජේ.සුරේන්ද්‍ර

පසුබිම

නොච්චියාගම ප්‍රාදේශිය ලේකම් කොට්ඨාශයේ නොච්චියාගම නගරයේ තිබෙන ප්‍රධාන පාසලක 8 ශ්‍රේණියේ ඉගෙනුම ලබන දරුවන් කිහිපදෙනෙක් විවිධ වර්ගයේ මත්ද්‍රව්‍යවලට ඇබ්බහි වී ඇති බව නොච්චියාගම පොලිසියේ ප්‍රජා සේවය හා එක්ව පාසල තුළ සිදුකළ මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ වැඩසටහනක දී මා හට හඳුනාගන්න ලැබුණි. පාසල හා සමීපව පුස්තකාලය පිහිටා ඇති නිසා මා නිරන්තරයෙන් පාසල හා සම්බන්ධව කටයුතු කරන අතර එම අවස්ථාවල මෙම දරුවන් පාසල තුළ දඬුවම් ලබන අවස්ථා මම දුටුවෙමි. මේ සඳහා මැදිහත් වීමට මා අදහස් කළ අතර ඒ සඳහා මෙම දරුවන් 05ගේ මව්වරුන් සමග මාර්තු 01 සිට මැයි 31 දක්වා කාලය තුළ ක්‍රියාත්මක වූයෙමි.

ක්‍රමවේදය

පළමුව මව්වරුන් සමග සුහද වී දරුවන්ගේ ඇබ්බැහි වීම් පිළිබඳව සාකච්ඡා කළ අතර එහිදී මා හට මෙම දරුවන්ට පවුල තුළින් ලැබෙන ආදරය, අවධානය අඩු බව දැනගන්නට ලැබුණි. ඒ නිසා ඒ පිළිබඳව සහ ADIC ආයතනයෙන් මා ලැබූ දැනුම උපයෝගි කරගෙන දෙමාපියන් දැනුවත් කිරීම සිදු කළෙමි. ඉන්පසු පාසැලේ ගුරුභවතුන් සමග සමීප ඇසුරට දෙමාපියන් යොමු කලෙමි. තම දරුවන් මෙයින් මුදවා ගැනීම පවුල තුළින් සිදු කළ යුතු බව වටහා දුන් අතර ඒ සඳහා සතුටු කැලැන්ඩර් ක්‍රමය ක්‍රියාත්මක කළේය. ඒ අතරම එම දරුවන් 05දෙනාද පුස්තකාලය ආශ්‍රිත කටයුතුවලට සම්බන්ධ කර ගත්තෙමි. ඒ අතර වාරයේ ඔවුන්ට ද මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයේ ආදීනව පිළිබඳව දැනුවත් කිරීම සිදු කළෙමි.

අභියෝග

දරුවන් අමතර පන්ති (Tuition) වලට සම්බන්ධ වීම නිසා දරුවන් නිරන්තරව පුස්තකාලයට සම්බන්ධ කර ගැනීමට අපහසු වීම.

ප්‍රතිඵල

සතුටු කැලැන්ඩර් ක්‍රමය නිසා පවුල තුළ ළමුන්ට නොලැබුණු ආදරය අවධානය ලැබී තිබීම. දරුවන් සහ දෙමව්පියන් අතර සුහදතාවය වර්ධනය වී තිබීම. පුස්තකාලයේ ළමා පාඨක සමාජයට මෙම ළමුන් සම්බන්ධ වීම. එමගින් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට හුරුව නිකරුණේ ගත කළ කාලය දැන් පුස්තකාලයට පැමිණ අනෙක් ළමුන් සමග විවිධ ක්‍රියාකරකම් කිරීමට සඳහා යොමු වීම. ඔවුන් සම්පූර්ණයෙන්ම මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් මුදවා ගැනීමට හැකි වීම. මේ වන විට පුස්තකාලය හා සම්බන්ධව ක්‍රියාකාරී ළමුන් පිරිසක් බවට ඔවුන් පත්ව සිටීම.

නිගමනය

දෙමාපියන්ගේ, වැඩිහිටියන්ගේ අවධානය, කාරුණිකත්වය මත මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට යොමු වූ දරුවන් ඉන් මුදවා ගෙන යහපත් දරුවන් ලෙස සමාජගත කිරීමට හැකි බව මෙයින් පැහැදිලි වේ.

Operation of Nochchiyagama Pradeshiya Sabha Public Library to rescue school children who were resorting to drug use.

Author :- J.C.J. Surendra

Background

In a drug prevention programme conducted in the school in collaboration with the community service of the Nochchiyagama police, I came to know that some children studying in grade 8 in a main school in Nochchiyagama town of Nochchiyagama Divisional secretariat are addicted to various types of drugs. As the library is located close to the school, I am constantly in touch with the school and I have seen cases where these children are being punished in the school. I intended to intervene in this and for that, I worked with the mothers of these 05 children during the period from March 01 to May 31.

Methodology

First, I got along with the mothers and discussed the children's addictions, where I came to know that these children receive less love and attention from the family. Therefore, I informed the parents about it and used the knowledge I got from ADIC. After that, I directed the parents to be in close contact with the school teachers. They realized that their children should be rescued from this through the family and for that they implemented the happy calendar method. At the same time, I got the involvement of those 05 children in activities related to the library. Meanwhile, I educated them about drug use etc.

Callenges

Due to children joining extra classes (tuition), it is difficult to connect children to the library regularly.

Results

Due to the happy calendar method, the children in the family have received the attention and love that they did not receive. Developing rapport between parents and children. Involvement of these children in the children's reading club in the library. Thus, the time spent in vain getting used to drugs is now being directed to the library and doing various activities with other children. Being able to wean them completely off drugs. By now they have become a group of active children in connection with the library.

Conclusion

It is clear from this that it is possible to get rid of drug addicts and socialize them as good children based on the attention and kindness of parents and elders

දුම්වැටි සහ මද්‍යසාර භාවිතය අවම කිරීමට ඇත්ඔය පෙරපාසල තුළින් ගත් උත්සහය

කර්තෘ :- ඩී.ඒ.දමයන්ති

පසුබිම
දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිත කරන අවස්ථා පෙරපාසල් වයසේ දරුවන්ට දැකීමට සැළසෙන අවස්ථා හේතුවෙන් කුඩා දරුවන් තුළ වැරදි ආකල්ප ගොඩනැංවීම සිදුවේ. එම නිසා දරුවන් තුළ කුඩාකල සිට ම නිවැරදි ආකල්ප වර්ධනය කිරීම රත්නපුර ප්‍රාදේශීය ලේකම් කාර්යාලයට අයත් ඇත්ඔය පෙර පාසලේ දරුවන් සම්බන්ධ කර ගනිමින් ගත් උත්සහයකි.

ක්‍රමවේදය
ඇත්ඔය පෙර පාසලේ දරුවන් 23ක් සිටින අතර ඔවුන් සියලු දෙනා සම්බන්ධ කර ගනිමින් "සිගරට් බිව්වම තොල් කැත වෙනවා, ගඳයි, අරක්කු බිව්වම මූණ කැත වෙනවා" වැනි පණිවිඩ ඇතුළත් කවි හා කතන්දර දරුවන්ට කියා දෙන ලදි. මෙම ක්‍රියාකාරකම නිතර නිතර දරුවන්ට කියාදීම සිදු කරන ලදි. පෙරපාසල අවසන් වීමට සුදානම් වන අවස්ථාවේ දී මෙම කවි දරුවන් සමග ගායනා කරන ලදි.

අභියෝග
පුංචි දරුවන් හා සම්බන්ධ කර ගනිමින් කරන සමාජ සත්කාරයක් හේතුවෙන් ඉතා සුපරීක්ෂාකාරී විය යුතු බව.

ප්‍රතිඵල
"සිගරට් බිව්වම මූණ කැතවෙනවා" යන්න දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිත කරන තාත්තලාට ,සීයලාට පවසා තිබූ දරුවන් 12ක් වන අතර ළමුන් ඉදිරියේ භාවිතය නැවැත් වූ පුද්ගල සංඛ්‍යාව 8කි. "සිගරට් බිව්වම තොල් කැතවෙනවා, මූණ කැතවෙනවා, ඇස් කැතවෙනවා" යනුවෙන් කීමට හැකි ළමුන් 15කි.

නිගමනය
ADIC ආයතනයට මෙම කාර්යභාර්ය නොනවත්වා ඉදිරියට කරගෙන යාමට හැකියාව ඇත්නම් ඉතා සාර්ථක ප්‍රතිඵල ලබා ගැනිමට හැකියාව පවතින බව.

The effort made by Athoya Preschool to reduce the use of cigarettes and alcohol

Author: D. A. Damayanthi

Background
Pre-school children are exposed to cigarette and alcohol abuse and develop bad attitudes in young children. Therefore, this is an attempt made by involving the children of Athoya Preschool belonging to the Ratnapura Divisional Secretariat to develop the right attitude in children from an early age.

Methodology
There are 23 children in Athoya Preschool and all of them were involved in this programme. Poems and stories were taught to the children with messages such as "When you smoke cigarettes, your lips become ugly, you smell, and when you drink alcohol, your face becomes ugly." This activity was often taught to the children. These poems were sung with the children as preschool was about to end.

Challenges
Due to social work involving small children, one should be very careful.
results
12 children had told their fathers and grandfathers who used cigarettes and alcohol that "your face becomes ugly when you smoke cigarettes" and 8 people stopped smoking in front of their children. 15 children can say "When you smoke cigarettes, your lips, your face and your eyes become ugly."

Conclusion
If ADIC has the ability to continue this task continuously, it can achieve very successful results.

කහටගස්දිගිලිය පුස්තකාලයේ මැදිහත් වීම තුළින් පෙර පාසල් ළමුන් තුළ ඵලදායි මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ වැඩසටහනක් සිදු කිරීම

කර්තෘ :- නිලුකා දමයන්ති කරුණාදාස

පසුබිම

කහටගස්දිගිලිය ප්‍රාදේශිය සභා මහජන පුස්තකාලය ප්‍රාදේශිය සභා පෙර පාසලේ ඉගෙනුම ලබන දරුවන් 84ක් සම්බන්ධ කරගනිමින් 2022 අගෝස්තු මාසයේ සිට ඔක්තෝබර් මාසය දක්වා මෙම වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කරන ලදී.

ක්‍රමවේදය

පළමුව දරුවන් සදහා කතන්දර පැය වැඩසටහන තුළ දී මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය හා සම්බන්ධ කතන්දර කවි මගින් දැනුවත් කිරීම හා ඒ ආශ්‍රිත ක්‍රියාකාරකම් සිදු කරනු ලැබූ අතර ඉන්පසු මද්‍යසාර දුම්වැටි භාවිත කරන්නෙකුගේ මුහුණක් හඳුනා ගැනීමට දරුවන් හුරු කරවීය. මෙය මාසය ඇතුළත සෑම සතියකම කරන ලදී.

අභියෝග

මා පුස්තකාල ආශ්‍රිත ව කටයුතු කරන නිලධාරිනියක් වීම නිසා ප්‍රචාරණයක් නොවන අයුරින් සහ කුඩා දරුවන් පිළිබඳ සැළකිලිමත් වෙමින් මෙම වැඩසටහන සිදු කිරීම තරමක ගැටළුදායක තත්වයක් වූ අතර ඒ නිසා පූර්ව ළමාවිය නිලධාරීන් හරහා දැනුවත් කිරීම් සිදු කිරීමට යොමු විය.

ප්‍රතිඵලය

කියාදුන් කවි හා කතන්දර නිවෙස් තුළ දී ප්‍රකාශ කිරීමෙන් පියවරුන් 18කු පමණ මද්‍යසාර හා දුම්වැටි භාවිත කර ළමුන් අසලට යෑමෙන් වැළකී ඇති අතට එම නිසා මද්‍යසාර හා දුම්වැටිවලින් නිදහස් සුවදායි පරිසරයක් නිවෙස තුළ ඇති වී තිබීම. ළමුන් 40කු පමණ දුම්වැටි හා මද්‍යසාර භාවිත කරන පුද්ගලයින් දුටු විය "ගඳයි" ලෙස ප්‍රකාශ කිරීමට යොමු වී තිබීම. ළමුන් 20කු පමණ පොදු ස්ථානවල මද්‍යසාර හා දුම්වැටි භාවිත කරන්නන් දුටු විට නහය වසා ගනිමින් හා එතනින් ඉවත් වෙමින් ප්‍රතිචාර දැක්වීමට හුරු වී තිබීම. පෙර පාසලේ ළමුන් සියලුම දෙනාට මද්‍යසාර දුම්වැටි භාවිතා කරන්නෙකුගේ මුහුණක් හඳුනා ගැනීමේ හැකියාව ලැබී තිබීම.

නිගමනය

කහටගස්දිගිලිය මහජන පුස්තකාලය තුළින් සිදුකළ මෙම වැඩසටහන නිසා පෙර පාසල් දරුවන්ට නිවැරදි දැනුමක් ලබා දීම තුළින් ඔවුන්ගේ ආකල්පවල වෙනසක් ඇති කර පෞර්ෂය වර්ධනයක් සිදු කිරීමට හැකියාවක් ලැබුණි.

Conducting an effective drug prevention programme for preschool children through the intervention of Kahatagasdigiliya Library.

Author: Niluka Damayanthi Karunadasa

Background

This programme was implemented by the Kahtagasdigiliya Pradeshya Sabha Public Library from August to October 2022 involving 84 children studying in Pradeshya Sabha Preschool.

Methodology

First, awareness was carried out through stories and poems related to drug prevention and related activities during the story hour programme for children and then the children were trained to recognize the face of an alcoholic or a cigarette user. This was done every week during the month.

Challenges

Since I am an officer working in libraries, it was quite problematic to carry out this programme in a non-advertising manner and take care of young children, so I resorted to awareness through pre-childhood officers.

Result

By reciting the poems and stories taught at home, about 18 fathers have avoided going near their children after using alcohol and cigarettes creating a healthy environment free from alcohol and cigarettes in the home. About 40 children resorted to commenting as "you smell" when they see people using cigarettes and alcohol. About 20 children are accustomed to reacting by covering their noses and leaving when they see people using alcohol and cigarettes in public places. All preschool children were able to can recognize the face of an alcoholic or a cigarette user.

Conclusion

By providing the preschool children with correct knowledge through this programme carried out by the Kahtagasdigiliya Public Library, the attitudes of the preschool children were changed and their personality was developed

දරුවන්ට සතුටින් සිටිය හැකි නිදහස් පරිසරයක් නිර්මාණය කිරීමට ශ්‍රී සාරානන්ද පෙරපාසල තුළින් ගත් උත්සාහය

කර්තෘ :- බී.එම්. සුජාතා

පසුබිම

පෙරපාසල් දරුවන්ගේ පියවරුන් නිවසේ සිටින විට වැඩිපුර කාලයක් රූපවාහිනිය, මුහුණු පොත, වට්ස්ඇප් වැනි දෑ භාවිතය නිසාත් මද්‍යසාර භාවිතයට නිවසින් පිටව යන නිසාත් දරුවන් සමග පවුලේ අය සමග සිටින කාලය මෙන්ම දරුවන් එකතුවී ක්‍රියාකාරකම් කිරීමේ අඩු බවක් දක්නට ලැබුණි. මෙය දරුවන්ට මානසිකව බලපෑම් ඇතිකරන නිසා මෙම ගැටළුව වෙනස් කිරීමට දකුණු පළාතේ මාතර දිස්ත්‍රික්කයේ හක්මන කොට්ඨාශයේ වේපතඉර ගමේ ශ්‍රී සාරානන්ද පෙර පාසල තුළින් 2022 වර්ෂයේ ක්‍රියාකාරකම් සිදුකරන ලදි.

ක්‍රමවේදය

පෙර පාසලේ දරුවන් 15 දෙනෙකු මේ සඳහා මුලින්ම තෝරා ගන්නා ලදි .පෙර පාසලේ සිටින දරුවන්ගෙන් මද්‍යසාර භාවිත වන පවුල්වල දරුවන්ගේ චර්යාමය වෙනස්කම් නිරීක්ෂණය කරන ලදි. ඉන්පසු දෙමාපිය දැනුවත් කිරීම් වැඩසටහන 2022 අප්‍රේල් පළමුවන සතියේ සිදුකරන ලදි. ADIC ආයතනයෙන් ලබාදුන් මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයට ආඳල කවි සතියකට දින 3ක් බැගින් යොදා ගනිමින් දරුවන්ට කියාදීම සිදුකරන ලදි. ඉන්පසු මැයි සහ ජූනි මාසයේ දරුවන්ගේ ප්‍රගතිය පිළිබඳ තොරතුරු පෙර පාසලට පැමිණෙන මව/පියාගෙන් විමසීම් කරන ලද අවස්ථාවේ දී මද්‍යසාර භාවිතය නිසා සිදුවන කරදර පිළිබඳවත් මව්වරු මාහට පැවසීම සිදුකරන ලදි. දරුවන් දෙමාපියන් සමග එකට එකතු වී නිවසේ රාත්‍රී 7.00 - 8.00 අතර ගීත, කතන්දර, රඟදැක්වීම් ආදී අවස්ථාවන් සිදුකර එය වීඩියෝගත කර ගුරුතුමියට වට්සැප් කරන ලෙස දරුවන්ට පැවරුමක් දෙන ලදි. මේ සඳහා ඔක්තෝබර් මාසය ම යොදා ගන්නා ලදි. එවන ලද වීඩියෝ එක පසු දින පෙරපාසලේ දී දරුවන් හැමෝටම පෙන්වා Happy Hero බවට පත් කර සතුටු මුහුණු ස්ටිකර් වීඩියෝ එක එවන ලද දරුවාට දීම ආරම්භ කරන ලදි. එයින් දරුවන්ගේ උනන්දුව සහ සතුට වැඩි වූ අතර මව්වරු ද මෙම ක්‍රියාකාරකම අගය කරන ලදි. එසේම පියවරුන්ගේ මද්‍යසාර භාවිතය පිළිබඳ දින සටහන් කිරීමට මව්වරුන්ට ඔක්තෝම්බර් මාසයේ පැවරුමත් දෙන ලදි.

අභියෝග

යුධ හමුදාවේ නියුතු තාත්තලා මේ වැඩසටහනට සම්බන්ධ කර ගැනීමට අපහසු වීම. නමුත් නිවසේ රැඳෙන නිවාඩු කාලය තුළ මේ සඳහා සම්බන්ධ වන ලෙස උපදෙස් දීම.

ප්‍රතිඵල

ගීත, කතන්දර, රඟදැක්වීම් ආදී අවස්ථාවන් සිදුකර නිවසේ පැවැත් වූ සතුටු සාදවල වීඩියෝ මා හට ලබාදුන් දරුවන් ගණන 10කි. පියවරුන්ගේ මද්‍යසාර භාවිතය පිළිබඳ දින සටහන් කළ මව්වරුන් ගණන 7කි. මද්‍යසාර භාවිතය අඩුකළ පියවරුන් ගණන 7කි. "අරක්කු බිව්වම මූණ කැතවෙනවා", "ගඳයි" කියා ප්‍රකාශ කළ හැකි ළමුන් ගණන 15කි. කවි කතාන්තර කියා සාද වීඩියෝ කර එවූ නිසා පවුලේ සමගිය, සතුට වැඩිවූ බව මවුවරුන් සතුටින් පැවසීය. එසේ තම දරුවන්ගේ පියවරුන් සැප්තැම්බර් මාසයට වඩා ඔක්තෝබර් මාසයේ මද්‍යසාර භාවිත කිරීම අඩු වී ඇති බව මද්‍යසාර භාවිතය පිළිබඳ දින සටහන් කිරීම තුළින් දක්නට ලැබුණු බව ද මව්වරු පැවසීය.

නිගමනය

පෙරපාසල් දරුවන් පිළිබඳ දෙමාපියන් සංවේදී වන නිසාවෙන් එම අවස්ථාව උපයෝගී කර ගනිමින් පෙර පාසල වැනි කුඩා ඒකකයක් හරහා දරුවන්ට සතුටින් සිටිය හැකි නිදහස් පරිසරයක් නිර්මාණය කිරීම පහසුවක් විය.

The effort made by the preschool to create a free environment where children can be happy

Author: B.M. Sujatha

Background

When the fathers of preschool children are at home, they spend more time using things like television, Facebook, WhatsApp, etc. and because they leave the house to consume alcohol, there is a lack of time spent with the children and the children's activities together. As this affects the children mentally, to change this problem, activities were carried out in the year 2022 in Sri Sarananda Pre-school in Wepathaira village, Hakmana Division, Matara District, Southern Province.

Methodology

15 preschool children were first selected for this purpose. Behavioural changes were observed among preschool children in families where alcohol is used. Then the parent awareness programme was conducted in the first week of April 2022. Children were taught anti-drug poems provided by ADIC 3 days a week. Then in the months of May and June, when the mother/father was asked about the children's progress, the mothers also told me about the problems caused by the use of alcohol. An assignment was given to the children to get together with their parents and perform songs, stories, performances etc. at home between 7.00-8.00 pm and videotape it and send it to the teacher on WhatsApp. The month of October itself was used for this purpose. The video was shown to all the children in the preschool the next day and the child who sent the video was appreciated as a Happy Hero by giving happy face stickers. It increased the children's interest and happiness and the mothers also appreciated this activity. Mothers were also tasked in October to record the dates of fathers' alcohol use.

Challenges

Difficulty involving fathers in the military in this programme. But has advised them to join this during their vacations.

Results

The number of children who gave me videos of happy parties held at home with songs, stories, performances etc. is 10. The number of mothers who recorded the dates of fathers' alcohol consumption is 7. The number of fathers who reduced the use of alcohol is 7. The number of children who can say "face becomes ugly after drinking alcohol", and "it smells" is 15. The mothers happily said that the family's harmony and happiness have increased because they had sent party videos and story and poetry recitals. Mothers also said that it was evident in their records that the fathers used less alcohol in October than in September.

Conclusion

Because parents are sensitive about preschool children, it was easy to use that opportunity to create a free environment where children can be happy through a small unit like preschool.

පිපෙන පියුම් ළමා සමාජ දරුවන් දණ්දෙනිය ගම වෙනස් කිරීමට ගත් උත්සාහය

කර්තෘ :- වි.පී.ධම්මිකා.

පසුබිම

දික්වැල්ල ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ටාසයේ දන්දෙණිය/දකුණ ගමේ ජීවත් වන සමහර පවුල්වල අය දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිතයට හුරු වීම නිසා නිවෙස්වල රණ්ඩු ඇතිවීම, කෑගැසීම හේතුවෙන් ළමුන්ට අධ්‍යාපන කටයුතු කර ගැනීමට අපහසු, වැවේ නාන ස්ථානය ළඟින් ගමන් කිරීමට අපහසු වීම, මද්‍යසාර සඳහා නිවැසියන් වැඩි මුදලක් වැය කිරීම නිසා ආර්ථික අපහසුතා ඇති පවුල් තිබීම, උත්සව සහ ඥාති සංග්‍රහ අවස්ථාවල මද්‍යසාර එකතු කරගැනීම බහුල වීම වැනි ගැටළු රාශියක් මතුවී තිබුණු අතර මෙය වෙනසක් කරගැනීමට අපට අවශ්‍ය විය.

ක්‍රමවේදය

ADIC ආයතනයේ සහය ඇතිව අප ළමා සමාජය 2022 වසරේ මුලින්ම එකතු වී ගම තුළ ඇති වී තිබෙන මෙම ගැටළු ගැන සාකච්ඡා කර ක්‍රියාත්මක විය යුතු ආකාරය පිළිබඳව සාකච්ඡා කර ගත්තේය. දුම්වැටි, මද්‍යසාර සමාගම් දරුවන් අල්ලා ගැනීමට යොදන උපක්‍රම හා දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිතය නිසා ඇතිවන කෙටි කාලීන හානි ඇතුළත් පෝස්ටර් ළමුන් විසින් නිර්මාණය කර ගම පුරාම නිතර නිතර අලවමින් ගම දැනුවත් කරන ලදි.

අවුරුදු කෑම මේසයට මද්‍යසාර ගෙන ආ විට සිදුවන හානි ඇතුළත්කර අත්පත්‍රිකා ළමුන් විසින්ම නිර්මාණය කර නිවෙස්වලට බෙදමින් දැනුවත් කරන ලදි. අවුරුදු උත්සවයේ දී ඒ පිළිබඳ රබන් පද වාදනය, පෝස්ටර් ප්‍රදර්ශනය කිරීම සිදුකරන ලදි. අප්‍රේල් පළවෙනිදා, ලෝක දුම්වැටි විරෝධී දින වැනි විශේෂ දිනවල අත්පත්‍රිකා බෙදීම පෝස්ටර් ප්‍රදර්ශනය කිරීම සිදුකරන ලදි. ළමා සමාජය පැවැත්වෙන දිනවල මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ කවි දරුවන්ට පාඩම් කරවා ඒවා නිවෙස්වල ගායනා කිරීම ඉඩ සලස්වන ලදි.

අභියෝග

අමතර පන්ති නිසා දරුවන් එකතු කර ගැනීම අපහසු වීම ඒ සඳහා ප්‍රශ්න විචාර තරග පවත්වා ත්‍යාග දීම, පන්සලේ ශ්‍රමදාන පැවැත්වීම, අවුරුදු උත්සව සංවිධානය, වෙසක් වැඩසටහන්, විශේෂ දිනවල උත්සව පැවැත්වීම, මාසික රැස්වීම් තරග වැනි විවිධ ක්‍රියා මගින් එම අභියෝග ජය ගත හැකි වීම.

ප්‍රතිඵල

දරුවන්ගේ ඉදිරිපත් වීමේ හැකියාව, නිර්මාණශීලීත්වය දියුණු විය. දුම්වැටි මද්‍යසාර සමාගම් දරුවන් හසුකර ගන්න යොදා ගන්නා උපක්‍රම පිළිබඳව ළමුන් 30/40කට හඳුනාගත හැකි වීම. මද්‍යසාර දුම්වැටි භාවිතය නිසා සිදු වන කෙටිකාලීන හානි ප්‍රකාශ කිරීමට ළමුන් 35/40කට හැකි වීම . ගම තුළ ගැටුම් පැවති පවුල් 4ක් ඉන් නිදහස්වීම. වැවේ නාන ස්ථානයේ මද්‍යසාර භාවිතයෙන් නිදහස් වීම. ප්‍රසිද්ධියේ දුම්වැටි භාවිතය ගම තුළ නැවතීම. ගිය වසරට වඩා මේ වසරේ අවුරුදු කෑම මේසයට මද්‍යසාර නොගෙනා ගෙවල් 25ක් වීම. දරුවන්ට නිදහසේ පාඩම් කිරීමට හැකි වීම. ගමේ ප්‍රභූවරුන්ගෙන් දරුවන් ඇගයීමට ලක් වීම. මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ ක්‍රියාකාරම් සිදුකිරීමට එක්වන ළමුන් පිරිස වැඩිවීම(ළමුන් 12 සිට 40 දක්වා) . ගමේ උත්සවවල දී මද්‍යසාර දුම්වැටි නොගෙන කාන්තා ශ්‍රමය භාවිතා කර මුදල් (රු. 10,000ක්) ඉතිරි කර ගැනීම.(අත්තිවාරම් දැමීමක දී)

නිගමන

දරුවන්ට එකතු වී නිවැරදි ලෙස මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ ක්‍රියාකාරකම් සිදු කිරීම තුළින් ළමයින්ට සුදුසු ලෙස පරිසරය වෙනස් කරගැනීමට හැකියාව ඇත .

The attempt of the children of 'Pipena Piyum' Children's Society to change Dandeniya village

Author: V.G. Dhammika.

Background
Some families living in Dandeniya/South village of Dickwella Divisional Secretariat are addicted to smoking and drinking alcohol. There were many problems such as quarrels at home, the difficulty for children to study due to shouting, difficulty to travel near the bathing place of the lake, having families with economic difficulties due to residents spending more money on alcohol and the high prevalence of bringing alcohol during festivals and family gatherings and we wanted to change this.

Methodology
With the support of ADIC, our Children's Society met for the first time in 2022 and discussed the problems that have arisen in the village and discussed how to act. Posters were created by the children and posted frequently throughout the village to educate the village about the tactics used by tobacco and alcohol companies to catch children and the short-term damage caused by the use of cigarettes and alcohol.
Leaflets were created by the children themselves and distributed to homes, including the harms that occur when alcohol is brought to the New Year's dinner table. During the festival, tambourine songs were played and posters were displayed. Distribution of leaflets and display of posters was done on special days like April 1st, World No-Tobacco Day. On the days of the Children's Society, the children were taught anti-drug poems and allowed to sing them at home.

Challenges
It was difficult to gather children due to extra classes. This was overcome by conducting quiz competitions and giving prizes, holding Shramadana in the temple, organizing New Year celebrations, and Vesak programmes, and holding festivals on special days and monthly meeting competitions.

Results
Children's presentation skills and creativity were improved. 30/40 children can identify the tactics used by tobacco and alcohol companies to trap children. 35/40 children can express the short-term harm caused by the use of alcohol and cigarettes. 4 families who were in conflict in the village became free from it. People restraining from using alcohol near the bathing place of the lake. Quitting smoking in public. 25 more households did not bring alcohol to the New Year dinner table this year than last year. Children can study freely. Children being appreciated by village dignitaries. Increase in the number of children participating in drug prevention activities (from 12 to 40 children). Saving money (Rs. 10,000) by using women's labour without taking alcohol or cigarettes in village festivals. (In a foundation laying)

Conclusions
Children can change the environment appropriately by getting together and doing drug prevention activities correctly.

දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිතය පිළිබඳ ආශාවක් ඇතිවීම වැළැක්වීමට රත්නපුර සමගි පෙර පාසලේ උත්සහය

කර්තෘ :- H. සරෝජනී මල්කාන්ති

පසුබිම
දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිතය වීර ක්‍රියාවක් ලෙස එම සමාගම් ළමුන්ගේ සිත් තුළට ඇතුල් කිරීමට ගන්නා උත්සහයත් එසේම දරුවන් ජීවත්වන ප්‍රජාවෙන් ද ළමුන්ට වැරදි ආකල්ප ඇතිවීමේ ප්‍රවණතාවයක් පැවතීම හේතුවෙන් එයින් දරුවන්ට ඇතිවන බලපෑම අඩුකිරීමට 2022 වසරේ ආරම්භ කරන ලදි.

ක්‍රමවේදය
2022 වසර අගෝස්තු මාසයේ මුල සිට ඔක්තෝම්බර් මාසයේ අග දක්වා ක්‍රමවේදය ක්‍රියාත්මක කර ඉදිරියට පවත්වාගෙන යනු ලැබේ. පළමුව දෙමාපියන් රැස්වීමට සහභාගී කරවාගෙන , සාමාන්‍ය පණිවිඩ සමග පෙරපාසල තුළ ආරම්භ කිරීමට සූදානම් වන මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ වැඩසටහන ගැන දැනුවත් කරන ලදි. දුම්වැටි, මද්‍යසාරවලට හුරු වී ඇති පවුල්වල දරුවන්ගේ අත්දැකීම් මගේ යැයි කරගෙන පෞද්ගලිකත්වයට හානි නොවන ලෙස දෙමව්පියන්ට දරුවන්ගේ මානසික තත්වය පැහැදිලි කර දීම ද සාකච්ඡාවට ගන්නා ලදි. ඉන්පසු මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයට අදාළ කවි සහ කතාන්තර ළමයින්ට කියාදෙන ලදි. ගීතය ගෙදරදීත් පාඩම් කරගෙන එන ලෙසට දෙමව්පියන් අතට ගීතය පත් කිරීම හා ගෙදර දී හඬනගා ගායනා කරමින් පාඩම් කරගෙන එන ලෙසට පැවරුමක් ලෙසට දෙන ලදි.

ප්‍රතිඵල
"සිගරට් බිව්වම තොල් කැත වෙනවා, මුහුණ කැත වෙනවා , ගඳයි" යනුවෙන් ප්‍රකාශ කරන ළමුන් ගණන 18/20 කි. මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ පණිවිඩ ඇතුළත් කවි කිහිපයක් ගායනා කළ හැකි ළමුන් 12කි. වෙනත් ස්ථානවල(පෙරපාසැලින් බාහිර) ගීතයක් කියන්න දරුවන්ට අවස්ථාව ලැබුණුවිට මෙම කවි ගායනා කළ දරුවන් මව්වරුන් පැවසූ පරිදි ගණන 02කි. දුම්වැටි භාවිතය නැවැත්වූ පියවරු ගණන 01කි . එයින් ඉතිරිකරන මුදල මාසිකව 12,750කි.

අභියෝග
කුඩා ළමයින් වන පෙරපාසල් ළමයින්ට දුම්වැටි, මද්‍යසාර ගැන පැවසීම පිළිබඳ දෙමාපියන්ගේ වැඩි කැමැත්තක් නොතිබීම. කාටූන්වල දුම්වැටි, මද්‍යසාර බොන දර්ශන පෙන්වීම පිළිබඳ දෙමාපියන් සමග සාකච්ඡා කිරීමෙන් අභියෝගය ජය ගන්නට හැකිවිය.

නිගමනය
සරළ ක්‍රියාකාරකම් සිදුකිරීම තුළින් කුඩා දරුවන් දැනුම ආකල්ප මෙන්ම හැසිරීමට පහසුවෙන් වෙනස් කළ හැකිවිය.

The attempt of Ratnapura Samagi Preschool to prevent the desire to use cigarettes and alcohol

Author: Sarojani Malkanthi

Background

It was started in 2022 to reduce the impact on children from the community they live in as well as the tendency of the cigarettes and alcohol companies to introduce the use as a heroic act into the minds of children.

Methodology

This method was implemented and maintained from the beginning of August to the end of October 2022. First, parents were invited to participate in a meeting and were educated about the drug prevention programme that was about to be started in the preschool with a general message. by claiming the experiences of children in families who were addicted to smoking and alcohol as my own, so as not to damage their privacy, the mental condition of the children was explained to the parents. Then poems and stories related to drug prevention were taught to the children. It was given as an assignment to study the song at home as well, to hand over the song to the parents and to sing and study it at home.

Results

18/20 children say "When smoking cigarettes, their lips become ugly, their face becomes ugly, and they smell." 12 children sing several poems containing drug prevention messages. According to the mothers, the number of children who sang these poems when the children had the opportunity to sing a song in other places (outside the preschool) was 02. The number of fathers who stopped using cigarettes is 01. The saving amount was Rs.12,750 per month.

Challenges

Parents' reluctance to tell young preschoolers about cigarettes and alcohol. The challenge was overcome by discussing with the parents about showing the scenes of smoking and drinking alcohol in the cartoons.

Conclusion

By performing simple activities, the knowledge, attitude and behaviour of young children could be easily changed.

දරුවන් අනාගතයේ දී දුම්වැටි හා මද්‍යසාර භාවිත කරන්නන් බවට පත්වීම වළක්වා ගැනීමේ අරමුණින් හක්මන කැබිලියපොල උතුර තක්ෂිලා පෙර පාසලේ දරුවන්ට නිවැරදි අවබෝධය ලබා දී ශක්තිමත් කිරීම

කර්තෘ :- ඒ.වී. විමලාවතී

පසුබිම

දුම්වැටි හා මද්‍යසාර සමාගම් දරුවන් හසුකරගැනීමට විවිධ ක්‍රම හරහා උත්සහ කරයි. එසේම ප්‍රජාවේ වැඩිහිටි අයගේ භාවිතය එසේම උත්සව අවස්ථාවලට මද්‍යසාර එකතු කරගැනීම නිසාත් දරුවන්ට වැරදි ආකල්ප ඇතිවීමට ඉඩකඩ තිබීම. මෙම හේතු නිසා දරුවන්ට ඇති වියහැකි බලපෑම අඩුකරමින් සමාගම්වල උපක්‍රමවලට හසුනොවී සිටීම සඳහා හක්මන කැබිලියපොල උතුර තක්ෂිලා පෙර පාසලේ දරුවන්ට 2022 පෙබරවාරි මස සිට සැප්තැම්බර් මාසය දක්වා නිවැරදි අවබෝධය ලබා දීම.

ක්‍රමවේදය

දරුවන්ට අවබෝධය ලබාදීම සඳහා ADIC ආයතනය මගින් ලබාදුන් කවි, ගායනය හා කතාන්දර කියාදීම මගින් සිදු කෙරිණි. පෙර පාසලේ දරුවන් 25 දෙනෙකු සඳහා කවි ගායනය හරහා "සිගරට් බිව්වම තොල් කැතවෙනවා, ගඳගහනවා, මූණ කැතවෙනවා, ඇස් කැත වෙනවා, ලස්සන නැතිවෙනවා. අරක්කු බිව්වම තොල් කැතවෙනවා, ඇස් බොරපාට වෙනවා, ලස්සන නැතිවෙනවා, ගඳ ගහනවා" යැයි දරුවන්ට කියා දුන් අතර ඒ සඳහා ලස්සන මූණු, කැත මූණු චිත්‍ර ද, රූකඩ ද යොදාගනු ලැබීය. ආයතනය මගින් ලබාදුන් කතාන්දර පොත් මගින් ද අවබෝධය ලබාදීම සිදු කෙරිණි. පෙර පාසලේ දරුවන්ගේ මව්වරු දැනුවත් කළ අතර තෝරාගත් කාටුන් පමණක් බලන්න දීමත්, සෙල්ලම් බඩු ගෙන දීමේ දී පරීක්ෂාකාරී වීමටත් කරුණු පහදා දෙන ලදි. දුම්වැටි භාවිත කරන මාමලා දුටුවිට නාසය වසාගැනීමට ද දරුවන් දැනුවත් කරනු ලැබීය.

අභියෝග

දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිත නොකරන නිවෙස්වල අම්මලා මෙම වැඩසටහන කරන්න අවශ්‍ය නැති බවට අදහස් ඉදිරිපත් කළත් දුම්කොළ සමාගම් සහ මද්‍යසාර සමාගම් ඉලක්ක කරන්නේ සියලුම දරුවන් බවත් වටහාදීමෙන් අනතුරුව වැඩසටහන ක්‍රියාත්මක කිරීමට හැකිවිය.

ප්‍රතිඵල

පෙර පාසලේ දරුවන් 25 දෙනෙකුට මෙම අවබෝධය ලබාදීමෙන් පසු ඒ සඳහා ප්‍රතිචාර දැක්වීමට දරුවන් සමත් වී ඇත. සිගරට් බොනවිට නහය වසාගන්නා දරුවන් 10ක් සිටින අතර දුම්වැටි මත්ද්‍රව්‍ය භාවිත කරන අය දුටු විට කවි ගායනා කරන දරුවන් 08 දෙනෙක් සිටී. "සිගරට් බිව්වම තොල් කැතවෙනවා, මූණ කැතවෙනවා. ගඳ ගහනවා" යනුවෙන් ප්‍රකාශ කළ හැකි දරුවන් සංඛ්‍යාව 12කි. උත්සවය සඳහා දුම්වැටි, මද්‍යසාර ගෙන ඒමෙන් වැළකී සිටි පවුල් සංඛ්‍යාව 03කි. එම උත්සව සතුටින් නිම කිරීමට හැකි වූ බවක් දැනගන්නට ලැබුණි. තම නිවසට පැමිණෙන වෙනත් දරුවන්ට කවි කියාදෙන දරුවන් 02ක් සිටින අතර ආයතනය මගින් ලබාදුන් කතාන්දර කීමේ හැකියාව ඇති දරුවන් 06 දෙනෙක් පමණ සිටි.

නිගමනය

දුම්කොළ හා මද්‍යසාර සමාගම් ඉලක්ක කරගත් දරුවන් සඳහා මෙම අවබෝධය ලබාදීම තුළින් අනාගතයේ දී මෙම දරුවන් දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිත කරන්නන් බවට පත්වීම වළක්වා ගැනීමට හැකි වනු ඇතැයි මගේ අදහසයි.

Strengthening and giving correct understanding to the children of Hakmana Kabiliapola North Thakshila Preschool to prevent children from becoming smokers and alcohol users in the future.

Author: A.V. Wimalawathi

Background

Tobacco and alcohol companies try to trap children through various methods. Also, due to the use of alcohol and tobacco by adults in the community and using such during festivals, there is a chance for children to develop wrong attitudes. Giving correct understanding to the children of Hakmana Kabiliapola North Thashiila Preschool from February to September 2022 in order to reduce the possible impact on children due to these reasons and not fall prey to the tactics of companies.

Methodology

To give understanding to the children, poems, songs and stories given by ADIC were recited. Through singing poems for 25 preschool children, the children were taught that "When you smoke cigarettes, your lips become ugly, you smell, your face becomes ugly, your eyes become ugly, and you lose your beauty. When you drink alcohol, your lips become ugly, your eyes become ugly, you lose your beauty, and you smell" while showing drawings and puppets with ugly and beautiful faces. Story books provided by the institute also imparted understanding. Mothers of preschool children were informed and told to show only selected cartoons and to be careful when bringing toys. Children were also instructed to cover their noses when they saw uncles using cigarettes.

Challenges

Mothers in cigarettes and alcohol-free homes rejected this programme, but after realizing that tobacco companies and alcohol companies are targeting all children, they agreed and the programme was implemented.

Results

After getting this understanding, 25 preschool children are now able to respond to it. 10 children cover their noses when smoking cigarettes and 8 children sing prevention songs when they see people using cigarettes and drugs. 12 children say, "When you smoke cigarettes, your lips become ugly, your face becomes ugly, and it smells." The number of families who refrained from bringing cigarettes and alcohol for the events is 03. It was learned that the celebrations went happily. 02 children teach poetry to other children who come to their home and about 06 children tell stories given by the institution.

Conclusion

In my opinion, by giving this understanding to children targeted by tobacco and alcohol companies, it will be possible to prevent these children from becoming smokers and alcohol users in the future

අනාගත පරපුර දුම්වැටි මද්‍යසාර භාවිතයෙන් වැළැක්වීම උදෙසා ආකල්පමය වෙනසක් ඇති කිරීම.

කර්තෘ :- කුසුම් ද සිල්වා

පසුබිම

කඹුරුගොඩ කනිෂ්ඨ විද්‍යාලයේ දරුවන් ජීවත්වන ප්‍රදේශයේ වැඩිහිටියන් බහුතරයක් මද්‍යසාර දුම්වැටි භාවිත කරන පුද්ගලයන් වේ. මෙම භාවිතයන් පිළිබඳව දරුවන්ට දැකීමට සැලසෙන නිසා එහි බලපෑම දරුවන්ට අහිතකර ලෙස බලපෑම් ඇතිවිය හැකිය. එම නිසා ප්‍රාථමික පාසලේ දරුවන්ගේ ආකල්පමය වෙනසක් සිදුකිරීම උදෙසා ළමුන් 52ක් සමග 2022 වසරේ ජූලි මාසයේ සිට ඔක්තෝම්බර් මාසය දක්වා ක්‍රියාකාරකම් සිදුකරන ලදි.

ක්‍රමවේදය

ප්‍රථමයෙන් විදුහල්පතිතුමා හමුවී මෙම වැඩසටහන ගැන දැනුවත් කර අවසර ඉල්ලා සිටින ලදි. ඉන්පසු ADIC ආයතනයෙන් මා ලබාගත් දැනුම උපයෝගී කරගනිමින් පෙර පාසල් දරුවන් සහ ප්‍රාථමික පාසල් දරුවන් එකට එකතුකර නිවාරණයට අදාළ කවි කියාදෙන ලදි. දරුවන් ඉතා සතුටින් එය ග්‍රහණය කරගත් බව විදුහල්පතිතුමා තේරුම් ගත් නිසා ගුරුවරුන් සඳහා වැඩසටහනක් සිදුකර දෙන ලෙස කියන ලදි. ඉන්පසු ADIC ආයතනයේ සම්පත් දායකත්වය ලබා ගනිමින් දෙමාපියන් ගුරුවරුන් වෙන් වෙන් වශයෙන් දැනුවත් කරමින් ගුරුවරුන්ට දරුවන් සමග ක්‍රියාකාරකම් කරන අයුරු දැනුවත් කරන ලදී. කතන්දර පොත්, කවි ද එම පාසලේ විදුහල්පතිතුමාට ලබාදුන් අතර එම කටයුතු මා විසින් සොයා බලමින් සිටී. දරුවන් සඳහා ලබාදුන් දැනුම හරහා දරුවන්ගේ ආකල්ප වෙනසක් ඇතිවී තිබෙනවාද කියා පසු විපරම් කර දරුවන් සමග කතා කරන ලදි.

අභියෝගය

පෙර පාසල් දරුවන් සහ මා පාසල් දරුවන් දැනුවත් කිරීමට යාමේදී ඔවුන් මා පිළිගනීවි දැයි ඇති වූ චකිතය මා හට අභියෝගයක් විය. එමෙන්ම දෙමාපියන් වැඩිහිටියන් ඊට දක්වන ප්‍රතිචාරය ද තවත් අභියෝගයක් විය. ADIC ආයතනයේ සහභාගිත්වය දායකත්වයෙන් එය සාධනීය මට්ටමකට ගෙන එන ලදි.

ප්‍රතිඵල

"සිගරට් බිව්වම අරක්කු බිව්වම මුහුණ කැතවෙනවා, ලස්සන නැතිවෙනවා" ලෙස කීමට හැකි ළමුන් 48/50කි. ක්‍රියාකාරකමක් ලබා දී "සිගරට් බිව්වෙ නැති මාමාගෙ මූණ මොකද්ද සොයන්න" කියූවිට ළමුන් 36/50ක් නිවැරදිව ක්‍රියාකාරකම සිදුකර තිබුණි.

නිගමනය

සෞන්දර්යාත්මක ක්‍රියාකාරකම් සිදුකිරීම තුළින් දරුවන්ගේ ආකල්පවල යහපත් වෙනසක් කෙටිකාලයක් තුළ සිදු කිරීමට හැකි බව නිගමනය කළ හැක.

Creating an attitude change to prevent future generations from smoking and drinking alcohol.

Author:- Kusum de Silva

Background

The majority of adults in the area where the children of Kamburuguda Junior School live are people who use alcohol and cigarettes. Because children are exposed to these practices, the effects can be detrimental to children. Therefore, activities were conducted from July to October 2022 with 52 children in order to change the attitude of primary school children.

Methodology

First, the principal was informed about this programme and permission was sought. Then using the knowledge I got from ADIC Institute, preschool children and primary school children were brought together and poems related to prevention were taught. The principal realized that the children were very happy and grasped it, so he asked to organize a programme for the teachers. After that, with the help of ADIC institute, the parents and teachers were educated separately and the teachers were taught about the activities that could be done with the children. Story books and poems were also given to the principal of that school and I am looking into the matter. I have talked with the children and have done follow-ups to see whether the children's attitudes have changed.

Challenge

I was nervous about whether they would accept me when I went to educate the preschool children. And the reaction of parents and elders was another challenge. It was brought to a positive level with the participation of ADIC.

Results

48/50 children can say "If you smoke cigarettes and drink alcohol, your face becomes ugly and loses its beauty." 36/50 children did the activity correctly when given an activity asking to find the face of the uncle who does not smoke cigarettes.

Conclusion

It can be concluded that a positive change in children's attitudes can be made in a short period by performing aesthetic activities

දුම්වැටි, මද්‍යසාර භාවිතය පිළිබඳ දරුවන් තුළ ඇතිවිය හැකි අකර්ෂණය අවම කිරීමට පෙර පාසල් ගුරුවරුන් සංවර්ධනය කිරීම

කර්තෘ :- බී.ටී.ඩී.ඩී. කරුණාරත්න, මුල් ළමාවිය සංවර්ධන නිළධාරී, රත්නපුර

පසුබිම
ග්‍රාම නිළධාරී වසම් 53කින් යුක්ත රත්නපුර ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාසයේ නාගරික, ග්‍රාමීය හා වතු ආශ්‍රිත මුල් ළමාවිය මධ්‍යස්ථාන සංඛ්‍යාව 100ක් පමණ වේ. ඒවායේ සේවය කරන සමස්ත ප්‍රධාන හා සහය ගුරුවරියන් සංඛ්‍යාව 200ක් පමණ වන අතර වයස අවුරුදු 3- 5ත් අතර පෙර පාසල් දරුවන් සංඛ්‍යාව 2510ක් පමණ වේ. ග්‍රාමීයව හා වතු ප්‍රජාව තුළ මත්ද්‍රව්‍ය ආශ්‍රිත ගැටළු බහුල බවත් දරුවන් ඉන් පීඩා විඳින බවත් ගුරුවරියන් පවසා ඇත.

මුල් ළමාවිසේ දී දරුවන් ලබා ගන්නා අත්දැකීම් ඔවුන්ගේ ඉදිරි අනාගතය තීරණය කිරීමේ දී වැදගත් සාධකයක් වේ. එබැවින් මද්‍යසාර හා දුම්වැටි භාවිතය පිළිබඳ නිවැරදි ආකල්ප රෝපණය කිරීම මේ අවදියේ දී කළ යුතු අතර මේ සඳහා පෙර පාසැල් ගුරුතුමියට වැඩි අවකාශයක් පවතී. ඒ සඳහා ගුරුවරිය දැනුමින් සන්නද්ධ කළ යුතුය.

ක්‍රමවේදය
මූලික වටයේ දී පෙරපාසැල් ගුරුවරියන් 08ක් පමණක් වැඩසටහනට සහභාගී වූ අතර දෙවන වටයේ දී එය 38 දක්වා වර්ධනය කර ගැනීමට හැකි විය. එමඟින් ලබාගත් දැනුම සමස්ත පෙරපාසැල් ගුරුවරියන්ගේ WhatsApp සමූහය වෙත යොමුකර කොට්ඨාසයේ සියලු පෙර පාසැල් ගුරුවරියන් දැනුවත් කරන ලදි. එම දැනුම පෙර පාසැල් තුළ යොදා ගන්නා ආකාරය පිළිබඳව වීඩියෝ WhatsApp සමූහය හරහා ගෙන්වා ගනිමින් පසුවිපරම් කරන ලදි. ඔවුන්ව සමූහයේ ඇති Happy Face ආදිය යොදා ගනිමින් දිරිගන්වන ලදි.

අභියෝග
සමහර දෙමව්පියන් මෙම වැඩසටහන තුළින් දරුවන්ට මත්ද්‍රව්‍ය පිළිබඳ අනවශ්‍ය දැනුවත් වීමක් හා අනවශ්‍ය වචන ඉගෙනීමක් සිදු වෙතැයි බිය වීම මෙම වැඩසටහනේ දී මතු වූ අභියෝගය විය.

ප්‍රතිඵල
මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය සඳහා ක්‍රියාත්මක වන පෙර පාසැල් ගුරුවරුන් සංඛ්‍යාව 38කි. එයින් ප්‍රතිලාභ ලබන පවුල් සංඛ්‍යාව 400ක් පමණ වේ .මෙම ක්‍රියාකාරකම් නිසා ළමුන්ගේ ඇතිවන වෙනස්කම් හොඳින් මැනගැනීමට හැකි ගුරුවරුන් සංඛ්‍යාව 15කි. දුම්වැටි භාවිතය නැවැත්වීම කළ පුද්ගල සංඛ්‍යාව 10කි.

නිගමනය
පවුල තුළ මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය කිරීමට හා අවම කිරීමට පෙර පාසැල් ගුරුවරිය පුහුණු කිරීම තුළින් හැකියාව ලැබෙන බව නිගමනය විය.

Development of preschool teachers to reduce the possible attraction of children to smoking and alcohol use.

Author: B.T.D.D. Karunaratne, Early Childhood Development Officer, Ratnapura

Background

There are about 100 early childhood centres in urban, rural and plantation areas in Ratnapura Divisional Secretariat with 53 Grama Niladhari domains. The total number of head and assistant teachers working in them is about 200 and the number of preschool children between the ages of 3-5 is about 2510. The teachers have said that there are many drug-related problems in rural and plantation communities and children are suffering from them.

Early childhood experiences are an important factor in determining their future. Therefore, planting the right attitudes about the use of alcohol and cigarettes should be done at this age and for this, the preschool teacher has more space. The teacher should be equipped with knowledge of that.

Methodology

In the initial round, only 08 preschool teachers participated in the programme and in the second round it was possible to increase it to 38. The knowledge gained from this was forwarded to the WhatsApp group of all preschool teachers and all the preschool teachers in the division were informed. Videos on how to use that knowledge in preschools were followed up through WhatsApp groups. They were encouraged by using emoticons like happy faces etc. in the group.

Challenges

The challenge that arose in this programme was that some parents feared that their children would gain unnecessary awareness about drugs and learn unnecessary words through this programme.

Results

The number of preschool teachers working for drug prevention is 38. The number of families benefiting from it is about 400. The number of teachers who can measure the changes in children due to these activities is 15. The number of people who stopped using cigarettes is 10.

Conclusion

It was concluded that the ability to prevent and reduce drug use in a family could be gained through training the preschool teacher.

මාධ්‍ය වෛරසයට එරෙහිව ගොඩ නැගුණු බද්දෙගම හල්පාතොට බෙරිල්ලවත්තෙ ළමයි, සමාජ නායකයන් මෙන්ම මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයෙහි සම්පත්දායකයෝ බවට පත් වෙති.

කර්තෘ :- සරත් කේ ගමගේ, යසස් බිම්සර කොඩිතුවක්කු, එච්.කේ දිමුතු සඳකැළුම්, ජේ. කේ. සචිත් අනුෂ්ක, පී.එල්.රසිදු රසාංජය

පසුබිම

විද්‍යුත් මාධ්‍ය මගින් විකාශය වෙන වැඩසටහන් තුළින් දුම්වැටි, මද්‍යසාර හා වෙනත් මත්ද්‍රව්‍යයන්ට වක්‍රාකාරයෙන් ලබා දෙන ප්‍රචාරණයන් නිසාවෙන් ඒවාට අලුතෙන් පිරිස් යොමු වීමේ හැකියාවක් පවතින අතර අනෙක් අතට ඒවා සාමාන්‍ය දෙයක් ලෙසට සමාජ ගතවීමක් දැකිය හැකිවේ. විද්‍යුත් මාධ්‍යයට අමතරව මුද්‍රිත මාධ්‍ය මගින් දුම්වැටි, මද්‍යසාර හා මත්ද්‍රව්‍ය සෘජුවම වෙළඳ නාමයන් සහිතවම ප්‍රචාරණය කරන ආකාරයක් දැකිය හැකිවේ. විශේෂයෙන් මේවා අලුතෙන් පිරිස් පොළඹවනවාට අමතරව භාවිත කරන පිරිසට නැවත නැවත මතක් කිරීමක් මෙන්ම මෙහි පවතින ඇත්ත වසන් කිරීමක් ද මේ නිසාවෙන් සිදුවේ. ළමයින් මෙයට ඉක්මණින් ගොදුරු වෙන කණ්ඩායම වෙයි. මෙයට එරෙහිව කටයුතු කිරීමට හල්පාතොට බෙරිල්ලවත්තෙ ළමයින් දහ දෙනෙකු පළමුව තෝරා ගත්තේය.

ක්‍රමවේදය

විද්‍යුත් මාධ්‍ය භාවිත කරන කල දකින දේ පිළිබඳව අවධානයෙන් සිටීමට සැලැස්වීම. ජාත්‍යන්තර දුම්වැටි විරෝධී දිනය දා ළමයින් සඳහා සරුංගල් තරගයක් පැවැත්වීම අනතුරුව ඔවුන් ළමා සමාජයක් ලෙස ගොනු කරලීම. වොලිබෝල් ක්‍රීඩාංගනයක් සැකසීම සහ ඒ අවට තිබූ මද්‍යසාර හිස් බෝතල් ළමයින්ට ගණන් කරන්නට සහ ඒවායේ වටිනාකම ගණනය කරලීම. විශ්ව ළමා දිනයට ගිනි මැළයක් කිරීම.

ප්‍රතිඵල

ස්වර්ණවාහිනිය නාලිකාව තුළ දුම්වැටි හා මද්‍යසාර ප්‍රවර්ධන කිරීම් විකාශනය වන බව අවබෝධවීම නිසා එම නාලිකාව නැරඹීමෙන් ළමයින් දහ දෙනෙකු ඉවත් විය. දුම්වැටි මද්‍යසාර පිළිබඳ ළමයින්ගේ ආකල්ප හා චර්යාවන් දියුණු වීම. නිවෙස් තුළ භාවිතයන් වෙනස් කිරීම. නිර්මාණශීලීව යමක් සංවිධානය කර සිදු කිරීමට හැකිවීම. ගම තුළ පොදු කටයුතු සිදු කරලීමට නායකත්වය ගන්නා පිරිසක් බවට පත් වෙමින් සිටීම. දුම්වැටි මද්‍යසාර පිළිබඳ වෙනත් ස්ථානයකට ගොස් ඕනෑම වයස් කණ්ඩායමක පිරිසකට වැඩ සටහනක් කිරීමට හැකි පිරිසක් වීම. යොමු වෙන ළමයෙකු වුව ඉන් මුදවා ගැනීමට හැකි කුසලතාවයක් වර්ධනය වීම. ළමයින්ගේ වෙනස දුටු නිසා සංවිධානය ගාල්ල දිස්ත්‍රික්කය තුළ මෙවන් කණ්ඩායම් සීයක් පිහිටුවාලීම සඳහා මෙම ළමයින්ගේ සම්පත් දායකත්වය ලබා දෙන ලෙසට ඉල්ලා සිටීම. බෙරිල්ලවත්ත සාර්ථකත්වය නිසාවෙන් පෙඩිරුවත්තෙහි මෙවන් කණ්ඩායමක් ගොඩ නගා ඔවුන් ද මේ ලෙස දියුණු කරමින් පැවතීම.

නිගමනය

නිවැරදි මග පෙන්වීමක් සහ විශ්වාසයක් ගොඩ නැංවීම තුළ වර්තමානයේ ළමා පරපුර දුම්වැටි, මද්‍යසාර හා වෙනත් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයෙන් වළකා ගැනීමට පමණක් නොව යහපත් සමාජයක් ගොඩ නැගීමේ කොටස්කරුවන් කර ගත හැකිය.

The children of Berillawatte in Halpathota,Baddegama, who stood up against the media virus, become social leaders as well as resources in drug prevention.

Authors : Sarath K Gamage, Yasas Bimsara Kodituwakku, H.K. Dimuthu Sandakelum, J. K. Sachith Anushka, PL Rasidu Rasanjaya

Background

Due to the indirect advertising of cigarettes, alcohol and other drugs through the programmes broadcasted by electronic media, there is a possibility of attracting new people to them, and on the other hand, they can be seen as a normal thing. In addition to the electronic media, cigarettes, alcohol and drugs are directly advertised with brand names through the printed media. In addition to motivating new people, this causes repeated reminders to the people who use them, as well as a cover-up of the truth. Children are the most vulnerable group. Ten children from Berillawatte, Halpathota were first selected to deal with this.

Methodology

Making people stay focussed on what electronic media shows and do. Conducting a kite competition for children on International No Tobacco Day and forming a children's club. Set up a volleyball court and have the children count the empty alcohol bottles around the court and calculate their value. Making a bonfire on Universal Children's Day.

Challenges

Attending tutoring classes and vocational training was also an obstacle for some children. At other times, disharmony between families and attitudes that were developed towards certain children became barriers. Some other children's habits and behaviours that were familiarized from childhood became problems in maintaining the children's society.

Results

Ten children quit watching the channel Swarnavahini after realizing that it broadcasts cigarette and alcohol promotions. Improving children's attitudes and behaviours about tobacco and alcohol. Changing practices in households. Being able to organize and do something creatively, becoming a group that takes the lead in doing public affairs in the village. Being a group that can go anywhere and do a programme on smoking and alcohol prevention for people of any age group. Developing a skill to save even a child who is at risk of experimenting with drugs. Seeing the difference in the children, the Nizad organization requested the resourcefulness of these children to establish hundred such groups in the Galle district. Due to the success of Berillawatta, a group like this was formed in Pedruwatta and they are being developed in the same way.

Conclusion

Through the right guidance and building confidence, today's generation of children can not only be prevented from using cigarettes, alcohol and other drugs but can also be made partners in building a good society.

බද්දෙගම ප්‍රදේශයේ බෙරිල්ලවත්තේ සහ ප්‍රෙඩ්රුවත්තේ ළමයින් විසින් ඔවුන්ගේ තාත්තලා දුම්වැටි සහ මද්‍යසාරවලින් නිදහස් කර ගනිති.

කර්තෘ :- සරත්. කේ. ගමගේ, යසස් බිම්සර කොඩිතුවක්කු, වී.ජී. සවිඳු ආලෝක, ඩබ්. චිරාන් පැහැසර, එම්.ඩබ්. සඳුලි හසංජනා, බී.ජී. දිනුජා රශිපබා, පී.ටී.රිශ්මි ඇසලමලී, කේ.ජී. පැතුම් නිම්සර, කේ.ඒ.තනුරි නිකේෂලා, බී.විහංගා දෙව්මිණි, එච්.ඒ. සිත්රූ කවීෂ, පී.ජී.එච්.එම්.රශ්මික, නිපුන් හසරැල්, එච්.එච්.ෂෙහාන් දානියල්

පසුබිම

බද්දෙගම ප්‍රාදේශීය ලේකම් කොට්ඨාසයේ හල්පාතොට මධ්‍යම වසමේ නව බෙරිල්ලවත්ත සහ ප්‍රෙඩ්රුවත්ත යනු සුවිශේෂ ගම්මාන දෙකකි. බෙරිල්ලවත්ත 2003 ගංවතුර නිසාවෙන් පීඩාවට පත් පිරිස් වෙත රජයෙන් ලබා දී ඇති කළ ගම්මානයක් වන අතර ප්‍රෙඩ්රුවත්ත යනු 2004 සුනාමියෙන් අවතැන්වූවන් පැමිණ අනවසරයෙන් පදිංචිය ඇරඹූ ගම්මානයකි. කොට්ඨාසය තුළ විවිධ විෂමාචාර ක්‍රියාවන් බහුල ගම්මාන දෙකක් ලෙසට ප්‍රකටය. විශේෂයෙන් ගංජා, හෙරොයින් වැනි මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය, අඩු වයස් විවාහයන් මෙම ගම්මාන දෙක තුළ බහුලව සිදුවේ. විවිධ ප්‍රදේශවලින් පැමිණි සම්මිශ්‍ර පිරිසක් සිටින මෙම ගම්මාන දෙකෙහිම සමාජ බෙදීමක් ඇත. මේ නිසාවෙන් ගැටළු රැසක් බෙරිල්ලවත්තෙහි සහ ප්‍රෙඩ්රුවත්තෙහි ඇත. විශේෂයෙන් මත්ද්‍රව්‍යයට පෙළඹෙන ප්‍රමාණය වැඩිය.

ක්‍රමවේදය

දුම්වැටි, මද්‍යසාර සහ වෙනත් මත්ද්‍රව්‍ය මගින් සිදුවන සත්‍ය හානිය, ආර්ථික හානිය සහ සමාජ බලපෑම පිළිබඳ ක්‍රියාකාරකම් හා සාකච්ඡා මගින් ළමා සමාජයේ ළමුන් තුල දැනුම හා ආබෝධය දියුණු කරන ලදි. ඔවුන් එම කරුණු පිළිබද තම පියවරුන් නිදහස් අවස්ථාවල කතා කිරීමට පටන් ගන්න ලදි. දුම්වැටි හා මද්‍යසාර භාවිතය නිසාවෙන් සිදුවෙන ආර්ථික හානි මෙන්ම සමාජ පිළිගැනීම නැති වීම පිළිබඳ ව නිවස තුළ ළමුන් විසින් කතාබහ කළහ. තම පියවරු සමග දිගින් දිගටම කරන අවිධිමත් සාකච්ඡා හරහා පියවරුන්ගේ අවබෝධය දියුණු කිරීමට උත්සාහ දරන ලදි.

ප්‍රතිඵල

බෙරිල්ලවත්තේ පියවරුන් හයදෙනෙක් ද ප්‍රෙඩ්රුවත්තේ පියවරුන් පස්දෙනෙක් දුම්වැටි සහ මද්‍යසාර භාවිතය අවම කිරීමට සහ එයින් දෙදෙනෙක් සම්පූර්ණයෙන්ම දුම්වැටි සහ මද්‍යසාර භාවිතය නතර කර ඒ සඳහා මාසිකව වැය කළ රුපියල් 10000කට වැඩි මුදලක්, එම සෑම පුද්ගලයෙක්ම නිවසේ අවශ්‍යතාවයන් සපුරා ගැනීමට ලබා දෙති. පවුල තුළ සතුට වැඩිවීම. බාහිර පුද්ගලයන් සමග වෙනදා මෙන් ගැටුම් ඇති කර නොගැනීම.

නිගමනය

ආකල්ප සංවර්ධනය කර සමාජයේ ආදර්ශවත්ව හැසිරෙන ළමයින්ට, නොමග ගිය දෙමව්පියන් යහමගට ගත හැකි බවත්, සතුටෙන් පිරි නිවසක් ඇති කර ගැනීමට හැකි බවත් ය.

Children of Berillawatte and Predruwatte in Baddegama free their fathers from smoking and alcohol.

Authors : Sarath K. Gamage, Yasas Bimsara Kodituwakku, V.G. Savindu Aloka, W. Chiran Pehesara, M.W. Sanduli Hasanjana, B.G. Dinuja Rashipaba, P.T. Rishmi Asalamalee, K.G. Pathum Nimsara, K.A, Thanuri Nikeshala, B. Vihanga Dewmini, H.A. Sithru Kavisha, P.G.H.M. Rashmika, Nipun Hasarel, H.H. Shehan Daniel

Background

New Berillawatta and Predruwatta are two unique villages in the Halpathota Central Domain of the Baddegama Divisional Secretariat Division. Berillawatta is a village built by the government for the people affected by the 2003 floods and Predruwatta is a village where the people displaced by the 2004 tsunami came and started to settle illegally. Two villages in the division are known to be prone to various misdemeanours. Especially the use of drugs like cannabis, heroin, and early marriages are common in these two villages. There is a social divide in both these villages with a mixed population from different regions. Because of this, there are many problems in Berillawatte and Predruwatte. Especially the number of people allured by drugs is high.

Methodology

Through activities and discussions on the actual harm, economic harm and social impact caused by cigarettes, alcohol and other drugs, the knowledge and awareness among the children of children's society were developed. They started talking about those things when their fathers were free. In the house, the children talked about the economic damage caused by the use of cigarettes and alcohol as well as the loss of social acceptance. Efforts were made to improve fathers' understanding through ongoing informal discussions with their fathers.

Challenges

Although the harmful effects of smoking and alcohol were recognized, the main obstacles to getting rid of fathers from smoking and using alcohol were the perception that getting rid of it would be a humiliation for them, the fear of being ostracized in the society they associate with, and the opinion related to their professions. But with the development of the children, the father's attitude towards the existing conditions started to change positively.

Results

Six fathers in Berillawatte and five fathers in Predruwatte reduced the use of cigarettes and alcohol. Two of them completely stopped the use of cigarettes and alcohol and spend more than 10,000 rupees they saved through that monthly, to meet the needs of the house. Increased happiness in the family. Not having conflicts with outsiders as usual.

Conclusion

Children who develop attitudes and behave well in society, can lead their misguided parents to the right path and have a happy home.

පිලිප් ගුණවර්ධන මහජන පුස්තකාල මගින් පාඨක සමාජයේ දරුවන් අනාගතයේ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට යොමු වීම අවම කිරීමට ගත් උත්සහයකි

කර්තෘ - යූ.පී. නිරෝෂා මානෙල් කුමාරි

පසුබිම

මට්ටක්කුලිය මහජන පුස්තකාලය කොළඹ බල ප්‍රදේශයට අයත් පුස්තකාලයක් වන අතර ADIC ආයතනයේ වැඩසටහන් හා නිරතුරුව සම්බන්ධ වීමත් සමග ළමුන් ඉලක්ක කර මධ්‍යසාර හා දුම්කොළ සමාගම් සිදුකරන ප්‍රචරණ උපක්‍රම හා ඒවායේ හානිය පිළිබඳ මා ලබාගත් අවබෝධය හා දැනුම උපයෝගි කරගෙන පුස්තකාලයට පැමිණෙන ලමුන් ඉන් මුදවා ගැනීම සඳහා මෙය සිදු කරන ලදි.

ක්‍රමවේදය

කොළඹ බල ප්‍රදේශයට අයත් අප මට්ටක්කුලිය පුස්තකාලයට පැමිණෙන දරුවන් අතරින් අවු. 6 සිට 13 දක්වා වයස් මට්ටම් වල දරුවන් 15කු තෝරාගෙන ඔවුන් කුඩා කණ්ඩායම් ලෙස වෙන් කර ADIC ආයතනය හා සම්බන්ධ වී ලබාගත් දැනුම සහ මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයට අදාල කවි හා කතන්දර ආශ්‍රයෙන් පලමුව ඔවුන් දැනුවත් කරන ලදී. ඉන්පසු ඔවුන් ලබාගත් දැනුමට අනුව චිත්‍ර ඇඳීමට, එම කතන්දර අනෙක් අයට ඇසෙන ලෙස කියවීමට, දුම්වැටි මද්‍යසාර භාවිත කරන්නන් දුටු විට නහය වසා ගනීමට ඔවුන් "ගඳයි" යනුවෙන් ප්‍රතිචාර දක්වීමට හුරු කලේය. ඔවුන් පුස්තකාලයට පැමිණෙන සෑම අවස්තාවකම විවිධ ප්‍රශ්න ඇසීම මගින් ඔවුන්ට එම කරුණු මතක් කිරීම සිදු කරන ලදි. ඔවුන්ට මෙම දැනුවත් කිරීම් සිදු කරන විට මව්වරුන්ද එයට සහභාගි වී සිටි නිසා ඔවුන් අතරින් කාන්තාවන් 8ක් තෝරාගෙන ඔවුන් තුළ මද්‍යසාර හා දුම්වටි පිළිබද ඇති මිථ්‍යා මත වෙනස් කිරීමට උත්සහ කළේය. එමෙන්ම මාධ්‍ය හරහා මද්‍යසාර හා දුම්කොළ සමාගම් සිදුකරන ප්‍රචාරණයන් පිළිබද දැනුවත් කිරීමද සිදු කළේය. තවද මද්‍යසාර හා දුම්වැටි භාවිත කරන ස්වාමිපුරුෂයන් සිටින කාන්තාවන්ට ඔවුන් ඉන් මුදවා ගනීමට සුහදව හා ආදරණීය ලෙස කටයුතු කිරීමට පෙළඹවීමක් සිදු කළේය.

අභියෝග

වෙන් කරන ලද කණ්ඩායම්වල ළමුන් සෑම දෙනාම එක් වේලාවක රැස් කර ගැනීමට අපහසු විය. මේ සඳහා හැකි පමණින් ඔවුන් පැමිණි වෙලාවන් අතරතුර පසුවිපරම් කිරීම්, ප්‍රගතිය බැලීම සිදු කළේය.

ප්‍රතිඵල

වැඩසටහනට සම්බන්ධ වූ ලමුන් 15 දෙනා හටම මද්‍යසාර, දුම්වැටි භාවිත කරන්නන් හඳුනා ගැනීමට සහ ඔවුන්ගේ රූපයට සිදුවන හානි විස්තර කිරීමට ද හැකියාව ලැබී තිබීම. සෑම දරුවෙක්ම නිතරම මද්‍යසාර හා දුම්වැටි භාවිතය මෝඩ වැඩක් කැත වැඩක් යැයි පැවසීමට හුරු වී තිබීම. තවද දරුවන් පුස්තකාලයට පැමිණි විගසම මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණයට අදාල කතන්දර පොත පලමුවෙන් ඉල්ලා සිටීම හා එය කියවීමට ඉතා ආශා කිරීම. ළමුන් 6කු මද්‍යසාර හා දුම්වැටි භාවිත කරන්නන් දුටු විට නහය වසා ගැනීම සහ ගඳයි යනුවෙන් ප්‍රතිචාර දැක්වීම සිදු කිරීමට හුරු වී තිබීම. එක් කාන්තාවකගේ ස්වාමි පුරුශයෙකු යහළුවන් සමග නිවෙස තුල මද්‍යසාර භාවිත කිරීම සම්පූර්ණයෙන්ම නවතා තිබීම.

නිගමනය

මෙම වැඩසටහන හරහා මා ලබාගත් අත්දැකීම් සහ දනුම උපයෝගි කරගෙන මෙම වැඩසටහන නොනවත්වාම පුස්තකාලයට පැමිණෙන සියලුම දරුවන් සමග දිගින් දිගටම සිදු කිරීමට මා ඉතාමත් කැමැත්තෙන් ආසාවෙන් සිටි.

Title - An attempt by Philip Gunawardena Public Library to reduce the children of the reading society from resorting to drug use in the future.

Author - U.P. Nirosha Manel Kumari

Background

Mattakkuliya Public Library is a library belonging to the jurisdiction of Colombo and due to the constant involvement with the programmes of ADIC Institute, I gained a good understanding and knowledge about the advertising tactics of alcohol and tobacco companies targeting children and their harm. By using that knowledge this programme was implemented to save the children who come to the library, from such.

Methodology

Among the children who come to our Mattakkuliya library belonging to the Colombo area, 15 children between the ages of 6 to 13 were selected and divided into small groups, and they were first educated through the knowledge gained from ADIC and the poems and stories related to drug prevention. Then they were guided to draw pictures based on the knowledge they acquired, to read the stories aloud to others, to cover their noses when they saw cigarette smokers and to respond by saying "It smells". They were reminded of those facts by asking different questions every time they visited the library. Among the mothers who were present at the children's awareness programme, 8 women were selected and an attempt was taken to change their myths about alcohol and smoking. They were also informed about the campaigns of alcohol and tobacco companies through the media. Furthermore, women with husbands who use alcohol and cigarettes were encouraged to be kind and loving to them in order to save them from the harmful practice.

Challenges

It was difficult to gather all the children in segregated groups at the same time. Therefore, follow-ups and progress were made during their visits as much as possible.

Results

The 15 children involved in the programme were also able to identify alcohol and tobacco users and describe the damage to their image. Every child always says that drinking and smoking are stupid and horrible. Also, as soon as the children come to the library, they ask for a story book related to drug prevention and are eager to read it. 6 children are used to reacting by covering their noses and saying "It smells" when they see alcohol and tobacco users. One woman's husband has completely stopped drinking alcohol at home with friends.

Conclusion

Using the experience and knowledge I gained through this programme, I am willing to continue this programme with all the children who come to the library continuously.

මාධ්‍ය වෛරසයට එරෙහිව ක්‍රියාත්මක වන මීගම ශ්‍රී පුරාණ විහාර දහම් පාසල් දරුවෝ

කර්තෘ : ආර්.ඩී දිල්රුක් දර්ශන

පසුබිම
මත්ද්‍රව්‍ය හා දුම්වැටි භාවිතය දරුවන් කෙරෙහි ආකර්ෂණය කර ගැනීමට මාධ්‍ය තුළ විශාල උත්සහයක් ගන්නා අවස්ථාවක මද්‍යසාර හා මත්ද්‍රව්‍ය තොරතුරු මධ්‍යස්ථානයේ සහයෝග යෙන් මා කළුතර දිස්ත්‍රික්කයේ මතුගම ප්‍රදේශීය ලේකම් කොට්ඨාශයේ මීගම ශ්‍රී පුරාන විහාර දහම් පාසලේ ළමුන් සමඟ එයට එරෙහිව ඒකරාශි විය. මෙම ක්‍රියාකාරකම 2022 මාර්තු සිට ඔක්තෝබර් දක්වා සිදු කරන ලදී.

ක්‍රමවේදය
පළමුව දරුවන් 15 දෙනකු දැනුවත් කිරීම සිදු කරන ලද අතර පසුව දරුවන්හට මාධ්‍ය මැනීමට අවස්ථාව සලසා දෙන ලදී. මෙමගින් මත්ද්‍රව්‍ය සහ දුම්වැටි භාවිතය සඳහා නවකයන් හුරු කර ගැනීම සඳහා මාධ්‍ය තුල සිදුවන උත්සාහය ළමුන් විසින් අවබෝධ කර ගන්නා ලදී. තවද මාධ්‍ය ආයතන නළු නිලියන් සහ ටෙලි නාට්‍ය සහ චිත්‍රපට අධ්‍යක්ෂකවරුන් වෙත ලිපි යැවීම සිදු කරන ලදි.

අභියෝග
ප්‍රචාරණය සිදු කරන තැනැත්තන් සජීවීවම සම්බන්ධ කර ගැනීමට අපහසුවීම සහ සජීවීව හමුවීමට නොහැකි හෙයින් ආදීනව පෙන්වා දීමට අපහසු විය.

ප්‍රතිඵල
මාධ්‍ය තුල සිදුවන ප්‍රචාරයනන්ට හදුනාගැනීම් 46ක ප්‍රමානයක් හදුනාගැනීම සහ ඒවාට ඍජුවම ප්‍රතිචාර දක්වන පිරිසක් සහ FACEBOOK වැනි සමාජ මාධ්‍ය තුල සිදුවන ප්‍රචාරනයන්ට විරුද්ධව ප්‍රතිචාර දක්වන දරුවන් 15ක පිරිසක් ගොඩ නැගීම සහ ඔවුන් 130කට වඩා වැඩිවාර ගණනක් ප්‍රතිචාර දක්වා තිබීම.

නිගමනය
මෙවැනි කියාකාරකම් සිදුකිරීම තුලින් මත්ද්‍රව්‍ය ප්‍රචාරනය කරන සමාජ මාධ්‍ය ජාලා අඩපන කිරීමට හැකිය. වැරදි මත සමාජ ගතවීම වැලැක්විය හැකි බව සහ ළමුන්ගේ ප්‍රතිචාර දැක්වීම් මගින් නලු නිලියන් මත්ද්‍රව්‍ය ප්‍රචාරනය වන රගපෑම් සදහා ඉදිරිපත් විමේ යම් අඩු බවක් වර්තමානයේ දක්නට ලැබිම.

Children of Meegama Sri Purana Vihara Dhamma School act against the media virus

Author: R.D. Dilruk Darshana

Background

At a time when there is a big effort in the media to lure children into using drugs and cigarettes, I and the children of Meegama Sri Purana Vihara Dhamma School in Matugama Divisional Secretariat of Kalutara District united against it with the support of the Alcohol and Drug Information Centre. This activity was carried out from March to October 2022.

Methodology

First, 15 children were educated and then they were given the opportunity to measure the media. This made the children understand the media's efforts to accustom the youth to use drugs and cigarettes. Also, letters were sent to media stations, actors and actresses and teledrama and film directors.

Challenges

It was hard to point out the harm to the people doing the advertising as it was difficult to directly contact them and meet them in person.

Results

46 people can identify the advertisements in the media and directly respond to them. There's a group of 15 children who respond against the advertisements on social media such as Facebook and they have responded more than 130 times.

Conclusion

By carrying out such activities, it is possible to weaken social media networks that promote drugs. Misconceptions can be prevented and by children's responses, it is seen that there is a lack of participation of actors and actresses in drug advertising campaigns.

ACKNOWLEDGMENT

Alcohol and Drug Information Centre (ADIC) wishes to thank all the speakers for accepting our invitation to the Community Symposium 2022 - Promising practices on community led interventions for alcohol, tobacco and other drugs control. The significant contributions of the speakers are highly valued and we wish to thank them for their part in making this venture a success.

The sharing of scientific information during the free presentations was very informative and we wish to thank all the presenters for their committed involvement. The valuable contribution of the Scientific Committee in making this event a success is greatly appreciated.

The organizers wish to thank the Chairperson, Board of Directors, Executive Director, IOGT-NTO, Staff members and volunteers at ADIC for their contributions in numerous ways.

Organising Committee
Community Symposium 2022
Promising practices on community led interventions for alcohol, tobacco and other drugs control

Author Index

P.L. Rasidu Rasanjaya	294/D, Suduwalipotha, Pathwaliwitiya, Unanvitiya.	076 2015028	rasindurasanjaya123@gmail.com	
S.S. Dhanushka	Divisional secratariat office ,Tawalama	071 5848048	Senarathnadhanushka2021@gmail.com	Child Rights Promoting Officer
A.A. Danujitha Sadusha Perera	YAN Srilanka	0714708448	0714708448	
A.D.A.Ruchira Madushan	ADIC Srilanka, 40/18 park road ,colombo 05	071 9406247	ruchiramadushan21@gmail.com	
A.K.C.A.Abeysinghe	YAN Sri Lanka	070 4973267		
A.K.Champa Priyadarshani	"Senapura janashakthi banku sangamaya , Senapura, Thissamaharama"	071 7446580		
A.K.H.Wahabdheen	YAN Sri Lanka	075 2483505		
Akesh Piyushanka Gunasena	"Rideereka", Eladuwa, Halkandawila.	070 4967575	akesh.piyushanka@gmail.com	
Amarathunga Witharanage Wimalawathie	Priya Niwasa, Kohuliyadda, Hakmana	077 1788115	wimalaamarathunga8@gmail.com	Pre school Teacher
Anthonisami Lucasmery	Battalgalla Division, Dickoya	077 6360283		Child Development Officer
Arumukam Kodeeswarar	Mahathani, Tellippali, Jaffna.	071 1326224	Kodeesw@yahoo. Com	
Ashan shanaka	38/4 Samamaawath Seenimothada Naklugamuwa	070 6666980	Rashomadilrukshi400@gmail.com	
B. Vihanga Devmine	Fedruwaththa Lama Samajaya, Fedruwaththa, Halapathota, Baddegama.	078 7508523		
B.G. Dinuja Rashipaba	Berillawaththa Lama Samajaya, New Berilla Waththa, Halpathota, Baddegama.	077 0168629		

Author Index

B.M. Sujatha	192/1, wepathaira Batahira, Hakmana	070 2056715		Preschool Teacher
B.P.Nimsara heshan	No/13 Dabayara road yayawaththa morakatiara	071 5536843	nimsarahesan.max@gmaill.com	
Banage Thennegedara Diluka Devi karunarathne	Divisional Secretariat, Rathnapura	071 4408892	dilukadavi@gmail.com	Early Childhood Development Officer
Bandu kumara basnayska	D.S.office thahsgoda	071 8998367		Child Rights Promoting Officer
Buddhi Prabodhani Karunathilaka	5/2, Lunethota, Kurugala, Padukka	071 3630406	bprabodanijeewandhara@gmail.com	
C.N.Edirisinghe	YAN Sri Lanka	074 0093639		
C.P.Wijesinghe	YAN Sri Lanka	071 4009761		
Cassion Violet	Tillerie Estate	077 5881013		Child Development Officer
Chamalki Dulanjana	R/EMB/Kolambageara Maha vidyalaya ,Kolambageara			
Champika Jeewani Surendra	Nochchoyagama Public library	070 1606574	surendracampika@gmail.com	Librarian
Champika Malkanthi Adikari	"Godawaya Janashakthi Banku sangamaya Walawa, Godawaya"	071 3488151		
D.A.Damayanthi	Ethoya Preschool Rathnapura	071 9368147		Preschool Teacher
D.D.P. Bhagya Rajapaksha	YAN Sri Lanka, No. 40/18, Park Road, Colombo 05.	077 2128606	rajapakshabhagya96@gamil.com	
D.S.Muththettupola	YAN Sri Lanka	070 5330272		
D.S.S Dodampe	H/Tangalle Boys National school Tangallele	0718190513	dssdodampe14@gmail	

Author Index

Damith Chathuranga	R/EMB/Kolambageara Maha vidyalaya ,Kolambageara			
Danushka Lakshan	MSK Stores, Sankapalakolbageyara	0767741535	Danuskaprasad988@gamil.com	
Deshanthi Chathurika Hettiarachchi	442/C/1,Jayagath Mawatha ,Kahathuduwa ,Polgasowita	077 0382820	Chathurikadilini64@gmail .com	Primary School Teacher
Dipasika Madhushani	R/EMB/Kolambageara Maha vidyalaya ,Kolambageara			
Dona Sadana Upekshika Wickramathilaka	Medical Officer of Health Office, Wellawaya	070 2681648	sadanawickramathilaka@gmail.com	School Dental Therapist
E.A. Bhanuka Lanka Edirisinghe	Narangahamulla watta, Ambehara, Uhumeeya, Kurunegala.	0716950646	banukable@gmail.com	
G.K.K.R.Ganegama	YAN Sri Lanka	076 2422527		
G.S.P.Dinusham Nimsara	Dinujaya South, Kudawella, Nakulugamuwa	071 5888178		
Galbada Hewage Amitha Wickramasinghe	Mr/ Thalpavila Mihindu Modal School, Thalpavila,Devinuwara,Matara	0703022997	amithawickramasinghe56@gmail.com	Primary School Teacher
Gallage Tharushi Chamika	Kirulapone Branch Library	0764808238	kirulaponebranch@gmail.com	Library Assistant
Gamage Dona Nilmini Thilaka Kumari Gamage Gamage	468/3, Pahathgama , Hanwella	"072-8023682/ 0777-041275 "	ntkgamage@gmail.com	Teacher
Ginthota Sarukkala Patabadige Dinusham nimsara	Dinujaya s/kudawella nakulugamuwa	715888178	rrdmi6a123456@gmail.com	
Gnanaprragasam Thrisha	Agra Division, Henfold Group, Lindula	077 2586925		
Gopal Parameshwaran	Ingestre Estate	0768733071		Welfare Officer

Author Index

Gothami Padmi Kumari Wickramage	"Prabath". Weliyaya , Monaragala . /Medical of the health /M.O.H.Office , Wellawaya	0705862995	gothamipadmi27@gmail.com	Public Health Midwife
Gunaseelan Yogashini	Agra Division, Henfold Group, Lindula	077 0863679		
H.D Nipuni Wasundara	Youth Action Network	0705784555	wasundaranipuni3@gmail	
H.I.Maduka Iroshani	Medical Officer of Health Office, Wellawaya	071 2661391		Health Work Assistant
H.K. Dimuthu Sandakelum	API Organization, Fedru Janapadaya, Halpathota, Baddegama.	071 8466228		
H.K.Omesha Dewmini	No 93, Kolambage mw	0779140048	sudharakah.k.oshan@gmail.com	
H.M. Shehan Daniyal	Fedruwaththa Lama Samajaya, Fedruwaththa, Halapathota, Baddegama.	077 1452489		
H.Menaka surangi Aththanayaka.	No, 160/1, Thawalgoda , Kosgama	071 8390423		Primary School Teacher
Heenadeera Pathiragee Ashan Shanaka	38/4 Samamawath Seenimothada Nakulugamuwa	0706666980	Rashomadilrukshi400@gmail.com	
Heeralu Gamage Dalani Hashanthi	Divisional Child Protection Officer,Divisional Secretariat,Welipitiya	076 9905084	hashanthidgamage@gmail.com	Divisional Child Protection Officer,
Herath Mudiyanselage Tikiribandalage Subasinha	Jayalathgama, Balalla.	0718177231	dilshansenura77@gmail .com	
Hettiarachchige Sithru Kaveesha	Fedruwaththa Lama Samajaya, Fedruwaththa, Halapathota, Baddegama.	0787508523		
Hewa kaluhala mullagei Thamara kumari udayangani	SUBASHITHA ,Dehilandayaya ,Newroad,Wellawaya	0716601536	Kithsiri70r@gmail.com	Public Health Midwife

Author Index

I.H. Kasun Lakmal	Koralage watta, Polwatta Road, Denipitiya	078 9104497	kasunpro28@gamil.com	
I.M.M.Withanachchi	YAN Sri Lanka	077 0428521		
J.A.M. Dilshi Anthoni	Ingestrre Estate, Bathboard Division, Dickoya	076 1611208		
J.K. Sachith Anushka	API Organization, Fedru Janapadaya, Halpathota, Baddegama.	075 2489716		
Joseph Iruthayarajah	Urben council , Point pedro.	0776310018		The Chirman, Urban Council, Point Pedro
K.A. Thanuri Nikeshala	Fedruwaththa Lama Samajaya, Fedruwaththa, Halapathota, Baddegama.	074 1453903		
K.G. Pethum Nimsara	Berillawaththa Lama Samajaya, New Berilla Waththa, Halpathota, Baddegama.	077 5054298		
K.k.G.Swarnakanthi	CRPO,Divisional Secretariat,Welipitiya	0715875767	kankanamgeswarnakanthi@gmail.com	Child Rights Promoting Officer
K.M. Dilani Mihirangi Bandara	No. 68, Janapadaya, Maligawila	0710683240	dilanimihirangi@gmail.com	
K.M.Samanmali	"Gonnoruwa Janashakthi banku Sangamaya 7 post Gonnoruwa, Hambanthota"	071 3045542		
K.M.T Sachithra	Youth Action Network	0774430397	tharindusmanage976@gmail.com	
K.M.W.Madhuranga	YAN Sri Lanka	071 3586905		
K.N.Balasooriya	YAN Sri Lanka	070 3073651		
Kahawela mudiyanselage wasantha madhuranga	Pothuwila road,09 th mail post,lahugala	0713586905	wasanthamaduranga9510@gmail.com	

Author Index

Kalanchi Durage Namal Warnasooriya	YAN srilanka	0716310154	kdnamalwarnasooriya@gmail.com	
Kanchana Dhanasri Mapalagama.	Divisional secratariat office, Four Gravers,Galle.	071 6966260		Women Development Officer
Kandane Arachchige Chamika Dilhari	670/A,Thunadhena, Dodampe, Rathnapura /YAN SRILANKA	0778965140	Chamikadilhari140@gmail.com	
Kavitha Jeyaraman	Fordyce Estate	0768941877		Child Development Officer
Kiri Gamage Prasad Senaka	Alcohol & Drug Information Center (ADIC), No. 40/18, Park Road, Colombo 05.	077 6071791	prasad.kirigamage@gmail.com	
Kumburu gamuwage suneetha lalani	Galwalayaya road thanamalwila	0704059229 /0711465058	Kithulkotephm1987 @gmail.com	Public Health Midwife
L. Nilangika kumari	"Senapura janashakthi banku Sangamaya , Senapura , Thissamaharama"	076 2537610		
L.B.Sanduni Dilhara	YAN Sri Lanka	071 9788680		
L.Nirosha Priyangika Vikramasinha	"69/1 Dabewelana Pannegamuwa Weeravila"	077 2010395		
L.Vinuk Jithsara Theunath	No 47, Pallikkudawa road Thangalle	0705739005	vkbro207315@gmail.com	
Laddu Ajitha Shirani De Silva	1/369 Guruniwasa Horana road Alubomulla	0718306023	ajithashirani68@gmail .com	Preschool Teacher
Laksharee Gunawardhana	"Amara", Watagedra mulla, Denipitiya	0714282962	lakshareegunawardana92@gmail.com	

Author Index

M. Ishra Nethmini	Pasala idiripita sankapala kolabageara	0761724496	Danuskaprasad988@gamil.com	
M.A. Tharun Gunarathne	No. 71/1 B, Tanabima, Ketiyape, Deiyandara, Matara.	070 3898977		
M.D.Shyangila Muthugala	COLOMBO PUBLIC LIBRARY	0762864488	shyangila@gmail.com	Library Assistant
M.G.Chandani Silva	Mattakkuliya Public Library	0715319537	silvachandani680@gmail.com	Librarian
M.M. Rohini	415, Karijjavila, Kirinda, Tissamaharama.	0770213057	senuriniwarthan@gmail.com	
M.W. Sanduli Hasanjana	Berillawaththa Lama Samajaya, New Berilla Waththa, Halpathota, Baddegama.	076 1295466		
Malala Aloka Bandaralage Upeksha Kumudini Aloka Bandara	91/1, Kirindigalla, Ridibendiella.	0773258791	ualokabandara@mail.com	
Malangama Dingiri Bandaralaya Rupa Lalani Bandara	Sewwandi pre school Batewela Wewelwatta Ratnapura	0765521915/ 0719170840		Pre school teacher
Manamperige Sasanka Charuka Manamperi	309/D/4 Edaduwawa,Peradeniya	0750358147	smanamperi7@gmail.com	
Maravilage Thejani Anuththara.	109/B Sankapala,Kolambageara.	0784802478	anuththarathejani962@gmail.com	
Meyyappan Mohanambal	Ingestre Estate, Upper Division, Dickoya	077 8656967		Child Development Officer
Millawa Patabendige Chamith Malaka Kulasekara	Colaniziation Officer Banglow, Tract 05, Right Bank, Rajanganaya, Anuradhapura.	0712288777	chamithkulasekara58@gmail.com	
Mohamed Ihthisham	YAN Sri Lanka, No. 40/18, Park Road, Colombo 05	0779390820	mohamedihthisham084@gmail.com	

Author Index

N.V. Pasindu Madushan	API Organization, Suduwelipotha, Pathawelivitiya, Unanwitiya.	076 2324372		
Nagaratnam Nagarani	Ingestre Estate, Lower Division	0774537563		Child Development Officer
Namal gamage geethani	375/3, Padmasri Ihalapanvila ,Wanduramba	0778412927	Geethaninamalgamage1@gmail.com	Child Club Facilitator
Niluka Damayanthi Karunadasa	Kahatagasdigiliya Public Library	077 3218574		Library Assistant
P.G.B.Y.Herath	YAN Sri Lanka	070 4563256		
P.G.H.M. Rashmika Nipun Hasaral	Fedruwaththa Lama Samajaya, Fedruwaththa, Halapathota, Baddegama.	074 1521855		
P.K.Ranmal Premathilake	YAN Sri Lanka / ADIC Sri Lanka	0702482385	ranmal.adic@gmail.com	
P.P.G.Kaveesha Lakshan	120/B/21 Godigamuwa, Netolpitiya	0718389280	yvinodani90@gmail.com	
P.piyumi nadeeshika vidyani pelendage	R/sripada central collage	0718796071	Piuminadeeshika071@gmail.com	
P.piyumi nadeeshika vidyani pelendage	R/sripada central collage	071 8796071	Piuminadeeshika071@gmail.com	Primary School Teacher
P.T. Rishimi Esalamali	Berillawaththa Lama Samajaya, New Berilla Waththa, Halpathota, Baddegama.	0741567730	kumaralakshman567@gmail.com	
P.V.Eranga Priyadarshana	YAN Sri Lanka	0772788512	erangapriyadarshana2125@gmail.com	
Parameshwaran Parikshan	Ingestre Estate, Lower Division, Dickoya	076 3533071		
Pathegama Gam Acharige Ramya	Divisional Secretariat Dicwella.	0707995284	ramyapathegama@gmail.com	Child Rights Promoting Officer
R.A.M.M.Ranawaka	YAN Sri Lanka	071 2899181		

R.M.C.Padmi	"No:476 Kumarasinha mawatha, Godawaya, Hambalantota "	071 5410723		
R.M.G.V.Rathnayake	YAN Sri Lanka	712353328		
R.V. Samantha Kumara	Rattaran Kanatta, Waguruwela, Buttala.	703824485		
Rajapaksha Arachchige Don Kularathna	R/EMB/Kolambageara Maha vidyalaya ,Kolambageara	0779574167	Kularathnarajapaksha7@gmail.com	Principal
Raman Ushanandhini	Fordyce Estate, Gonagalla Division, Dickoya	076 6648389		Welfare Officer
Rathnasingam Tharmenthira	Divisional secratariat office Chavakachchari	0776717204		Development Officer
Rathnayaka Mudiyanselage Shanuja Prasadani	No.73,Yalabowa,Wellawaya./ M.O.H.Office Wellawaya	0776675891	Dinukad376@gmail.com	Public Health Midwife
Rideevitage Don Dilruk Darshana	Thotupola road, Meegma, Dargatown.	0778306060	rddilrukdarshana@yahoo.com	
S . Supun Sudarshana pathum bandara	Vaeli ela ,pahalamaragaha wewa	0788916116	pathumsudarshanasss98@gmail.com	
S.J.I.Hemamala	Sewmini,kongala,hakmana	0706603377	Hemamalisiriwardhana432@gmail.com	Preschool Teacher
S.M.A Prarthana Lakshani Manchanayaka	Siwali Branch Library	076 7747533	smaplmanchanayaka@gmai.com	Library Assistant
S.Supun Sudarshana Pathum Bandara	YAN Sri lanka	0788916116	pathumsudarshanasss98@gmail.com	
Sadithya Dilmina	R/EMB/Kolambageara Maha vidyalaya ,Kolambageara			
Santhiyogu Priyatharsan Croos	Department of Media Studies, University of Jaffna, Thirunelvely, Jaffna,	077 8833968	santhiyopriya@gmail.com	

Author Index

Sarath K. Gamage	API organization, Halpathota Center, Baddegama	0760941139	"skgamage32@gmail.com samurdhiapi@gmail.com"	
Sarojani Malknath	Rathnapura	071 6626313		Preschool Teacher
Sellaiyah Devaraj	Kotiyagala Estate, Bogawanthalawa	077 8101197		Welfare Officer
Sevior Jayamery	Ingestrre Estate, Bathboard Division, Dickoya	076 6303861		Child Development Officer
Singhe S. Wickramasinghe	Mithuru Mithuro Movement, 170, Andrson Road, Dehiwala.	0771151578	singhesiri@gmail.com	
T. Paakyaletchumi	Kotiyagala Estate, Bogawanthalawa	076 6583723		Child Development Officer
Tharuni Nikeshala		0741453903	Mahilchandika@Gamil.com	
Thilini Sisara Maduwanthi	253/1 Pahala Andaluwa ,Kolambageara	0701049763	sisarathilini@gamail.com	
Thirimamuni Nipuni Samodya Waththegama.	Pahala Dimigahahena, Kudaheella North, Getamanna road, Beliatta.	077 2272014	waththegamatns96@gmail.com	
Thushara Uduwanage	WP/Ho/Niyandagala Vidyakirthi Junior School, Homagama	0768253529	miraclethushara@gmail.com	Primary School Teacher
U.G.Nallika Damayanthi	No.T.16/A, Family quarters, Udawalawa	0714437397	nalikadhamayanthi69@gmail.com	Teacher
U.P. Hewavithana	D.S. office , Habaraduwa	0714451374/ 0771612517	hewavithanaup@gmail.com	Child Right Promoting Officer
U.P. Nirosha Manel Kumari	Pilip Gunawardhana Public Library	071 8477842		Librarian
U.R. Dimuthu Dasun Jayathilaka	Berillawaththa Lama Samajaya, New Berilla Waththa, Halpathota, Baddegama.	077 1895923		

Author Index

V. Dhanusha	Department of Media Studies, University of Jaffna, Thirunelvely, Jaffna,	075 3697235	chaithannyadhanu123@gmail.com	
V.G. Savidu Aloka	Berillawaththa Lama Samajaya, New Berilla Waththa, Halpathota, Baddegama.	0775222018		
V.G.Dhammika	Nisansala,dunumadalagaha hena,dandeniya south,rathmale,matara.	0776741359	Chirantharandunu788@gmail.com	Children Club Facilitator
W. Chiran Pahasara	Berillawaththa Lama Samajaya, New Berilla Waththa, Halpathota, Baddegama.	0741567706		
W.Kusum De Silva	No:18,school Road,Kaburugoda,Bandaragama.	0713 433 444	kusumdesilva833@gmail.com	Preschool Teacher
W.M. Ayoni Devi Chandradasa	Mihinthale Public Library	071 3021005		Librarian
W.P. Indrani Umuduni Widanapthirana	Balangoda Urbana council Library	076 5603323	widanapathiranau@gmail.com	Librarian
Walichchoru Hewage Kavishka Madushan	Youth Action network	076 6062950	kavishkamadushan053@gmail.com	
Weerasuriyage Deepasika madhushani	461 Galkoriya Junction, Kolambageara	077 9711560	deepashikamadushani0@gmail.com	
Wilegoda Gamage Chamadari Menaka	District Secretariat , Galle	0714479255	menakachamadari@gmail.com	Women Development Officer
Yasas Bimsara Kodithuwakku	API Organization, Baddegama	0779814727	kyasasbimsara@gmail.com	

Alcohol and Drug Information Centre (ADIC)
No: 40/18, Park Road,Colombo 05, Sri Lanka
Tel: +94 112 584416, +94 112 592515
Fax: +94 112 508484
Email- info@adicsrilanka.org
Web site: www.adicsrilanka.org