



නාලිකා ළමුන් සමඟ



ඔබේ දරුවන්,

හරඹන ප්‍රියතම කාටුන්, චිත්‍රපටි, රෙලිනාට්‍රස්
ළමුන්ට සිගරට්, අරක්කු, බියර් බොන්න
හුරුකිරීමට හොඳගන්නා බව ඔබ දන්නවාද ?

දැනට සිගරට්, අරක්කු, බියර් භාවිතය නිසා මියයන පිරිස්
වෙනුවට නව පිරිස් භාවිතයට පොළබවා ගැනීමට දුම්කොළ සහ
මද්‍යසාර කර්මාන්ත විවිධ උපක්‍රම ක්‍රියාත්මක කරයි. ඒ සඳහා
ඉලක්ක කරන්නේ ඔබගේ දරුවාය. දරුවා වඩා ආසාවෙන් හරඹන
විවිධ රූපවාහිනී වැඩසටහන් හරහාය.

(මෙය දෛව්‍යයෙන් විසින් අභිචාර්යයෙන් කියවියයුතු පත්‍රිකාවකි)



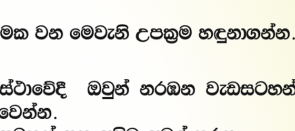
දරුවන් රවටන උපක්‍රම

සිගරට්, අරක්කු, බියර් භාවිතය දුර්වල අනුවන ක්‍රියාවක්
වුවත් කාටුන් වර්ත හරහා එය විරක්මක් ලෙස පෙන්වන ආකාරය



අරක්කු, බියර් භාවිතය පිළිබඳව විවිධ මිත්‍යා මත ප්‍රචාරණය
කරන ආකාරය

එක්සත් ඉට කෙල්ලක් set
වෙලා තැන්නම් බ්‍රිව්එක්ස් වැද්දලා
වෙහෙම බොන්නෙ එහෙම
උනාම නමා



සතුටු අවස්ථාවලත් දුකක් ඇතිවූ අවස්ථාවලත් අරක්කු, බියර්
බොනවා කියන මිත්‍ය සමාජගත කරන්න දරණ උත්සාහයක්

උදා :- අඟුරුසිත්තම් - ස්වර්ණවාහිනිය

කාන්තාවන්ට සිගරට්, අරක්කු, බියර් භාවිතය පුරුදු කිරීමට
ඔවුන්ගේ භාවිතය සාමාන්‍ය කරන ආකාරය



නව නිළියන්, ප්‍රසිද්ධ වර්ත වලට මුදල් ගෙවමින් TV නාලිකා හරහා වම
පුද්ගලයන් සිගරට්, අරක්කු, බියර් භාවිතා කරන පුද්ගලයන් ලෙස
පෙන්වීම



දෛව්‍යයෙන් ලෙස ඔබේ දරුවා අනාගතයේ සිගරට් බොන්නෙක් බවට හෝ අරක්කු බොන්නෙක් බවට පත්වනු දැකීමට ඔබ අකමැති නම්,

- දුම්කොළ සහ මද්‍යසාර සමාගම්වල මෙම කුට උපක්‍රම
පිළිබඳව දැනුවත් වන්න.
- අද දිනයේ පවා ක්‍රියාත්මක වන මෙවැනි උපක්‍රම හඳුනාගන්න.
- දරුවා TV බලන අවස්ථාවේදී ඔවුන් හරඹන වැඩසටහන්
පිළිබඳව සැලකිලිමත් වෙන්න.
(අපි දියුණු කරන වැඩසටහන් සහ අපිව අවුල් කරන
වැඩසටහන් ගැන දරුවා සමඟ සාකච්ඡා කරන්න)
- තෝරාගත් වැඩසටහන් පමණක් නැරඹීමට දෙන්න.
- සිගරට්, අරක්කු, බියර් භාවිතය දුර්වල අනුවන ක්‍රියාවක්
වුවත්, කාටුන්, රෙලිනාට්‍රස් චිත්‍රපටි හරහා සිගරට්,
අරක්කු, බියර් භාවිතා කරන පෙන්වන හඳුනා බොරුව
පිළිබඳව දරුවා සමඟ කතා කරන්න.

මද්‍යසාර, සිගරට් භාවිතය පිළිබඳ නිවැරදිව අවබෝධය පහසුවෙන් දරුවන්ට ලබාදිය හැකි ආකාර කිහිපයක්

- ලේඛන පුද්ගලයන් හරහා සිගරට්, අරක්කු, බියර්
භාවිතා කරන අවස්ථාවන් ප්‍රදර්ශනය කරනවා දුටුවොත්
පහත ආකාරයට දරුවන් සමඟ සංවාදයන්
ගොඩන ගන්න.

උදා :-
අපට පාලේ යන එන අවස්ථාවල
දකින සිගරට් බොන අයගෙ මුහුණ
බලන්නකෝ තොල් කැනවෙලා,
මුණ කැනවෙලා ළගින් යනකොට
ගඳයි (දරුවාට මෙම ප්‍රායෝගික
ක්‍රියාකාරකම කිරීමට දෛව්‍යයෙන්
එන ඔබ උදව් කරන්න)



උදා :-
සිගරට්, අරක්කු, බියර්
බොන අය එන්න එන්නම
කැන වෙනවා, මුණ
කැනවෙනවා, රඟපාන
අය මේකප් කරලා ඉන්න
නිසා අපට ලේස්සනයි
වගේ ජේනවා.

- රඟපාන අය සිගරට්, අරක්කු, බියර් බොනවා
පෙන්වනවට එයාලට සල්ලි ලැබෙන බව දරුවාට කියලා
දෙන්න
කාලෙන් කාලෙට වෙනස් කරමින් ජනප්‍රිය වර්ත
තෝරාගෙන ඔවුන් සිගරට්, අරක්කු, බියර් බොන අය
ලෙස රෙලිනාට්‍රස් චිත්‍රපටි හරහා පෙන්වන ප්‍රමාණය
රැවිටීමට උත්සාහ කරන බව දරුවාට කියලා දෙන්න.
- සිගරට්, අරක්කු, බියර් බිලා විරන්වයක් ලැබෙන බව
පෙන්වුවත් බොන්නෙන් අමාරුවෙන් බිව්වට පස්සෙන්
ඉන්න අමාරුවෙන් බව දරුවාට කියලා දෙන්න.
අරක්කු, බියර් බිලා වැඩි දෙනා විරයෝ වෙන්නේ
අහිංසක අයට කරදර හිරිහැර කිරීමෙන් බව දරුවාට
වටහා දෙන්න.

- උත්සවයකදී හෝ යහළුවන් එකතුවූ අවස්ථාවලදී
අරක්කු, බියර් බිලා සතුටින් ඉන්න බව පෙන්වන
අවස්ථාවන් ප්‍රදර්ශනය කරනවා දුටුවොත්

- උත්සව අවස්ථාව සහ යහළුවෝ එකතු වූනම
කොහොමත් සතුටුයි.
- අරක්කු බියර් බොනකොට දැනෙන්නෙ අප්‍රිය බවක්
අමාරුවක් ඒ බව අරක්කු බියර් බොන වෙලාවේ
මොන අයගෙ මුහුණ බැලුවම ජේනවා.
- අරක්කු, බියර් තිත්ත නිසා ඒවා බොන්න අමාරු නිසා
තමා අරක්කු බොන්න පොඩි විදුරු ගන්නෙ
- අරක්කු, බියර් බොන අය නහය හකුලගෙන, කට අඳ
කරගෙන අමාරුවෙන් ඒවා බීපු ගමන්ම මොනවා හරි
කන්නෙ අප්‍රසන්න බව ටිකක් හරි අඩුකරගන්න.
- අරක්කු බියර් බොන්නෙන් අමාරුවෙන් මුහුණ බැලුවම
ජේනවා බිව්වට පස්සේ ඒ අය ඉන්නෙන් අමාරුවෙන්
කියලා.
- අරක්කු, බියර් බිව්වොත් වෙන්නෙ සතුට
නැතිවෙන එක
- අරක්කු, බියර් බිලා සතුටු වෙනවා වගේ පෙන්වන්න
අමාරුවෙන් බව දරුවාට පැහැදිලිකර දෙන්න



මෙවැනි උපක්‍රම TV එකේ දුටුවොත් ඔබ වගකීමක් ඇති අම්මා කෙනෙක් තාත්තා කෙනෙක් විදිනව

- අදාල TV නාලිකාවට තැපැල්පතක් දන්න
- මද්‍යසාර හෝ දුම්වැටි භාවිතා කරමින් රඟපෑම් සිදුකළ
නළුවාට හෝ නිළියට තැපැල්පතක් දන්න නැත්නම්
දුරකතන ඇමතුමක් දෙන්න
- තවදුරටත් ඔබ ක්‍රියාත්මක වෙනවානම් පහත ලිපිනයන් දී
ඇති අයතනවලට ලිපිකින් දන්වන්න

ළමා රක්ෂණ අධිකාරියට දන්වන්න
ජාතික ළමා රක්ෂණ අධිකාරිය
නො 330, තලවතුගොඩ පාර, මාදිවෙල.
011-2778911

ජනාධිපතිතුමාට ලිපියක් දන්න
ජනාධිපති ලේකම් කාර්යාලය, බාලපාර, කොළඹ 01

කාන්තා හා ළමා කටයුතු අමාත්‍යාංශයට දන්වන්න
3 වන හා 5 වන මහල, සෙන්සිටිවය 2 වන අදියර, බත්තරමුල්ල.
011-2186055

NATA ආයතනයට දන්වන්න
දුම්කොළ හා මද්‍යසාර පිළිබඳ ජාතික අධිකාරිය
11 වන මහල, සෙන්සිටිවය 2 වන අදියර, බත්තරමුල්ල.
011-2187140

**අදාල TV නාලිකාවට කතාකරන්න,
පෝස්කාඩ් එකක් දාන්න.**

නාලිකාව	ලිපිනය	දුරකථන අංකය
සිරස TV	අරලය උයන, දෙපානම, පන්තිපිටිය.	011-534 0111 011-285 1371
ස්වර්ණවාහිනිය	අංක 676, මාලු පාර, කොළඹ 03.	011-250 3818 011-250 3820
රූපවාහිනිය සංස්ථාව	හිඳපස් වතුරඉය, කොළඹ 07	011-250 1050 011-258 0939
I.T.N	චිත්‍රමසිංහපුර, බත්තරමුල්ල	011-277 3289 011-277 4725
හිරු TV	35 වන මහල, ලෝක වෙළඳ මධ්‍යස්ථානය, කොළඹ 01.	011-233 7555
දෙරණ TV	නො 320 TB ජයා මාවත, කොළඹ 01.	011-533 3354