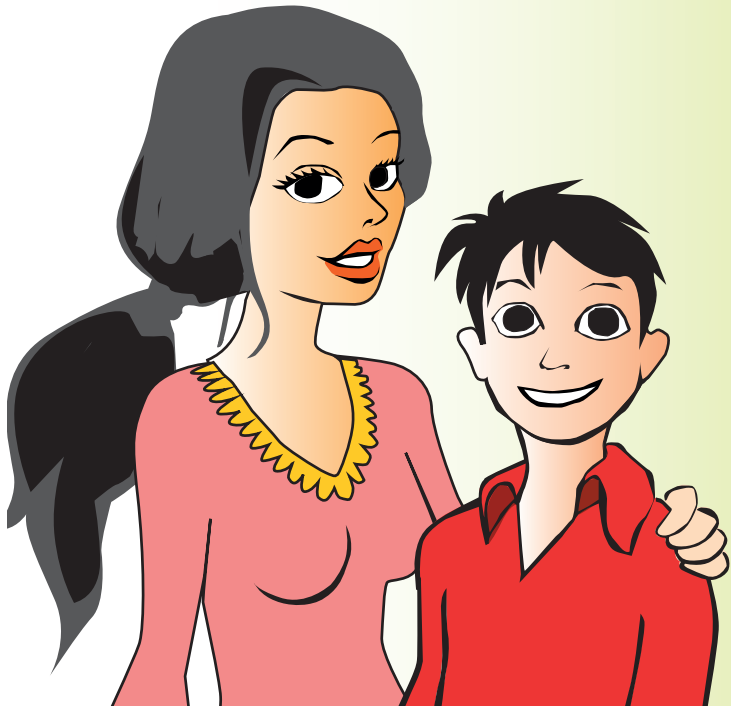


■ උත්සවයකදී හෝ යහළුවන් එකතුවූ අවස්ථාවලදී අරක්කු, බියර් බිලා සතුවත් ඉන්න බව පෙන්නවන අවස්ථාවන් ප්‍රදර්ශනය කරනවා දුටුවොත්

- උත්සව අවස්ථාව සහ යහළුවෝ එකතු වූනම කොහොමත් සතුවයි.
- අරක්කු බියර් බොනකොට දැනෙන්නෙ අප්‍රිය බවක් අමාරුවක් ඒ බව අරක්කු බියර් බොන වෙලාවේ බොන අයගෙ මුහුණ බැලුවම පේනවා.
- අරක්කු, බියර් තිත්ත නිසා ඒවා බොන්න අමාරු නිසා තමා අරක්කු බොන්න පොඩි ඒදුරු ගන්නෙ
- අරක්කු, බියර් බොන අය නහය හකුලගෙන, කට ඇඳ කරගෙන අමාරුවෙන් ඒවා බීපු ගමන්ම මොනවා හරි කන්නෙ අප්‍රසන්න බව ටිකක් හරි අඩුකරගන්න.
- අරක්කු බියර් බොන්නෙන් අමාරුවෙන් මුහුණ බැලුවම පේනවා බිච්චාට පස්සෙ ඒ අය ඉන්නෙත් අමාරුවෙන් කියලා.
- අරක්කු, බියර් බිච්චොත් වෙන්නෙ සතුව නැතිවෙන එක
- අරක්කු, බියර් බිලා සතුව වෙනවා වගේ පෙන්නන්නෙ අමාරුවෙන් බව දරුවාට පැහැදිලිකර දෙන්න



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

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

ළමා රක්ෂණ අධිකාරියට දන්වන්න

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

ජනාධිපතිතුමාට ලිපියක් දාන්න
ජනාධිපති ලේකම් කාර්යාලය, ශාඛා, 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

ඇදාල TV නාලිකාවට කතාකරන්න,
පෝස්කාඩ් එකක් දාන්න.

නාලිකාව	ලිපිනය	දුරකථන අංකය
සිරස TV	අරලිය උයන, දෙපානම, පන්නපිටිය.	011-534 0111 011-285 1371
ස්වර්ණවාහිනි	අංක 676, ශාඛා පාර, කොළඹ 03.	011-250 3818 011-250 3820
රූපවාහිනි සංස්ථාව	තිදනස් වතුරුගුය, කොළඹ 07	011-250 1050 011-258 0939
I.T.N	වික්‍රමසිංහපුර, බත්තරමුල්ල	011-277 3289 011-277 4725
හිරු TV	35 වන මහල, ලෝක වෙළඳ මධ්‍යස්ථානය, කොළඹ 01.	011-233 7555
දෙරණ TV	නො 320 T.B ජය මාවත, කොළඹ 01.	011-533 3354

TV නාලිකා ළමුන්
බේරීම



ඔබේ දරුවන්,

හරඹන ප්‍රියතම කාටූන්, විකුපට්, ටෙලිනාට්‍රස් ළමුන්ට සිගරට්, අරක්කු, බියර් බොන්න හුරුකිරීමට යොදාගන්නා බව ඔබ දන්නවාද ?

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

(මෙය දෙමව්පියන් විසින් අනිවාර්යයෙන් කියවියයුතු පත්‍රිකාවකි)

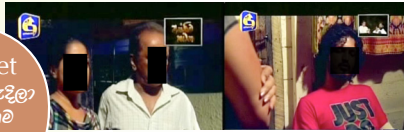


දරුවන් රවටන උපක්‍රම

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



අරක්කු, බියර් භාවිතය පිළිබඳව විවිධ මිත්‍යා මත ප්‍රචාරණය කරන ආකාරය



විකටෝරියා වුට් කෙල්ලක් set වෙලා තැන්තම් බ්‍රිට්විකක් වැරදිලා වෙහෙම බොන්නෙ ව්‍යෙම උනාම නමා

සතුව අවස්ථාවලත් දුකක් ඇතිවු අවස්ථාවලත් අරක්කු, බියර් බොනවා කියන මතය සමාජගත කරන්න දරණ උත්සාහයක්

උදා :- ඇගුරුසිතමි - ස්වර්ණවාහිනිය

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



නව නිළියන්, ප්‍රසිද්ධ වර්තවලට මුදල් ගෙවමින් TV නාලිකා හරහා එම පුද්ගලයන් සිගරට්, අරක්කු, බියර් භාවිතා කරන පුද්ගලයන් ලෙස පෙන්වීම



දෙමව්පියන් ලෙස ඔබේ දරුවා අනාගතයේ සිගරට් බොන්නෙක් බවට හෝ අරක්කු බොන්නෙක් බවට පත්වනු දැකීමට ඔබ අකමැතිනම්,

- දුම්කොළ සහ මද්‍යසාර සමාගම්වල මෙම කුට උපක්‍රම පිළිබඳව දැනුවත් වන්න.
- අද දිනයේ පවා ක්‍රියාත්මක වන මෙවැනි උපක්‍රම හඳුනාගන්න.
- දරුවා TV බලන අවස්ථාවේදී ඔවුන් නරඹන 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, ටෙලිනාට්‍ය චිත්‍රපටි හරහා සිගරට්, අරක්කු, බියර් භාවිතාකර ළමයින්ට පෙන්වන්න හඳුනා බොරුව පිළිබඳව දරුවා සමඟ කතා කරන්න.



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

- ලස්සන පුද්ගලයන් හරහා සිගරට්, අරක්කු, බියර් භාවිතාකරන අවස්ථාවන් ප්‍රදර්ශනය කරනවා දුටුවොත් පහත ආකාරයට දරුවන් සමඟ සංවාදයන් ගොඩනගන්න.

උදා :-

අපට පාරේ යන එන අවස්ථාවල දැකින සිගරට් බොන අයගේ මුහුණ බලන්නකෝ තොල් කැනවෙලා. මුණ කැනවෙලා ළමයින් යනකොට ගඳයි (දරුවාට මෙම ප්‍රායෝගික ක්‍රියාකාරකම කිරීමට දෙමව්පියන් වන ඔබ උදව් කරන්න)



උදා :-

සිගරට්, අරක්කු, බියර් බොන අය එන්න එන්නම කැන වෙනවා තොල් කැනවෙනවා, මුණ කැනවෙනවා, රඟපාන අය මේකට කරලා ඉන්න නිසා අපට ලස්සනයි 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 ටෙලිනාට්‍ය චිත්‍රපටි හරහා පෙන්වා ළමයින් රැවිචීමට උත්සාහ කරන බව දරුවාට කියලා දෙන්න.
- සිගරට්, අරක්කු, බියර් බිලා විරත්වයක් ලැබෙන බව පෙන්වන්න බොන්නෙක් අමාරුවෙන් බිච්චට පස්සෙන් ඉන්නෙ අමාරුවෙන් බව දරුවාට කියලා දෙන්න.
අරක්කු, බියර් බිලා වැඩි දෙනා විරයෝ වෙන්නේ අහිංසක අයට කරදර හිරිහැර කිරීමෙන් බව දරුවාට වටහා දෙන්න.