මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ පාසල් වැඩසටහන..

ඇතුළු අනෙකුත් මත්ද්‍රව්‍ය ගැන ඇත්ත සොයමු.

ADIC

Alcohol and Drug Information Centre

මොකද්ද අපේ
අරමුණ

සතුට

නිදහස

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

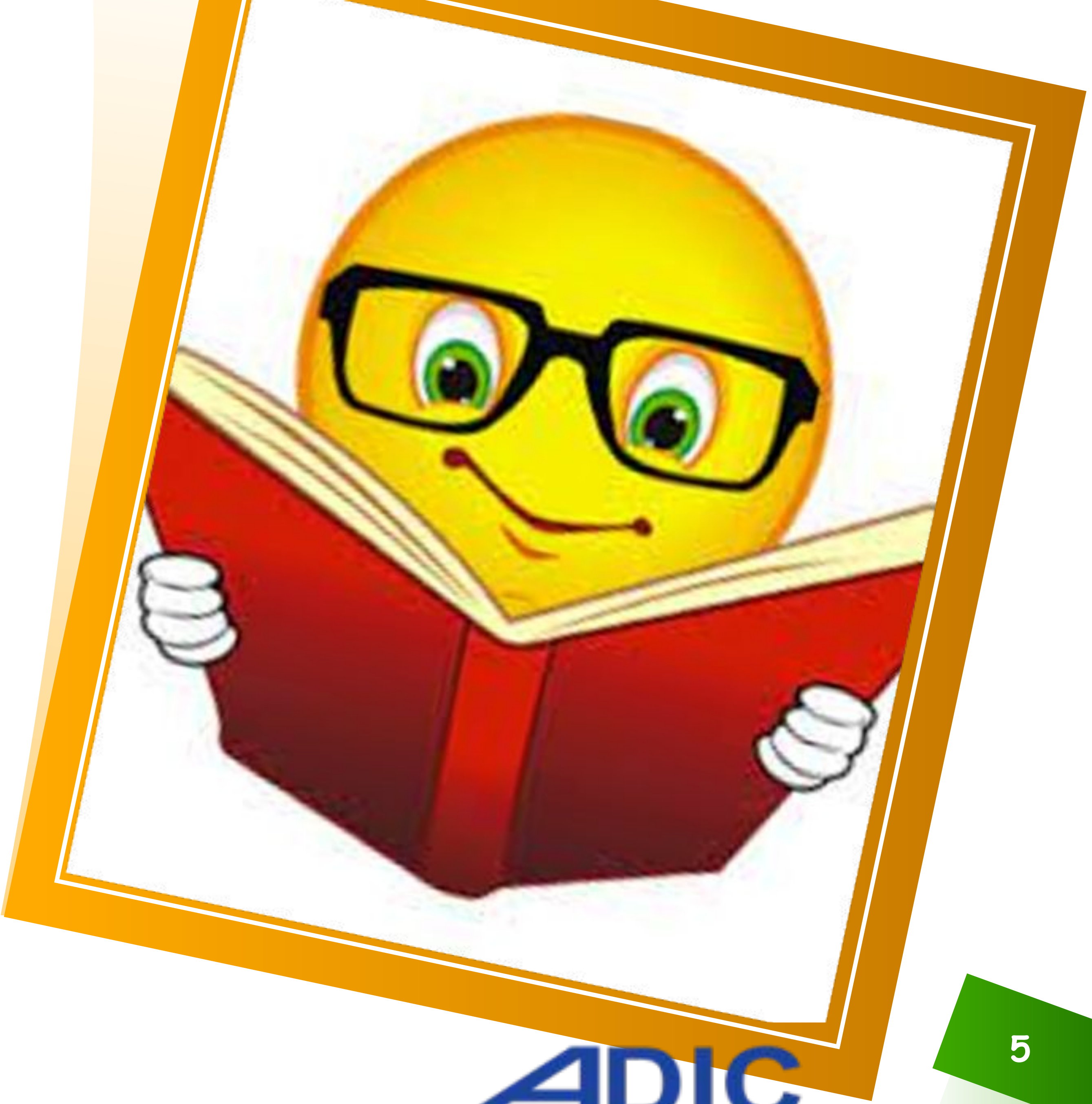
වැඩසටහන කරන්නේ....

- අපි මත්ද්‍රව්‍ය ව්‍යාපාරිකයන්ගේ උගුල්වලට හසුවීමට ඉඩ ඇති නිසා
- මත්ද්‍රව්‍ය වලින් සතුටක් නිදහසක් සැහැල්ලුවක් ලැබෙනවා යැයි අපි රැවටීමට ඉඩ ඇති නිසා
- අපේ බොහෝ දෙනෙක් මත්ද්‍රව්‍යවලින් ඇත්තටම වෙන්නේ මොකද්ද කියලා තාමත් දන්නේ නැති නිසා
- අපි ද මත්ද්‍රව්‍ය වලට හසුනොවී අන් අයද එයට හසුනොවීමට ක්‍රියාත්මක වීමට

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

කළයුතු මත්ද්‍රව්‍ය මොනවාද?

- ❖බියර්
- ❖අරක්කු
- ❖සිගරට්
- ❖ඇතුළු වෙනත් මත්ද්‍රව්‍ය



Alcohol and Drug Information Centre

ඇත්තටම මත්ද්‍රව්‍යව
මොනවාද තිබෙන්නේ

ඒවායේ බලපෑම කුමක්ද?

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

මද්‍යසාර ගැන නිවැරදිව හඳුනා ගැනීම

කසිප්පු

බියර්

ගල්

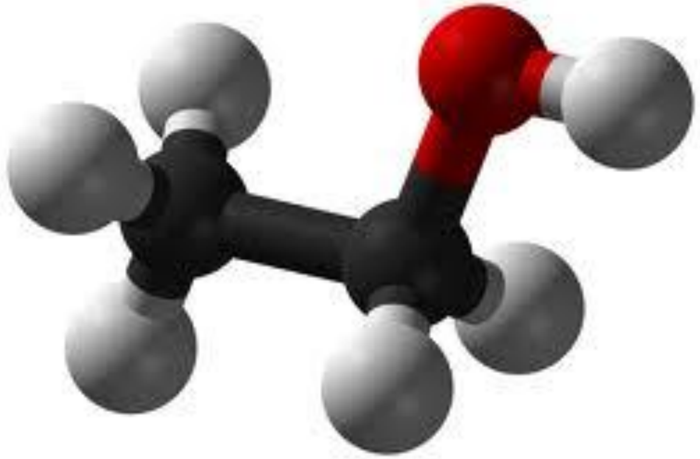
ජින්

වයින්

පොල්

විස්කි

බ්‍රැන්ඩි



C_2H_5OH

එතනෝල්.

මද්‍යසාර රසායන

- ස්නායු උත්තේජකයක්
- එනම් අපට සතුට සුවය ලැබෙන
- ස්නායු අවපීඩකයක්
- එනම් අපව දුර්වල කරන
- අඩපණ කරන

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

බිව්වාම ?

- ගඳයි
- තිත්තයි
- සැරයි
- බඩ දනවා

මද්‍යසාර ගැන ඇත්ත කියන්න ...

උත්තේජක ලක්ෂණ ? අවපීඩක ලක්ෂණ ?

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

මද්‍යසාර රසායනය මොළය උත්තේජනය කරන රසායනයක් ද ?

මද්‍යසාරය මධ්‍ය ස්නායු පද්ධතිය අවපීඩනයට ලක්කරන රසායනයක්

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

ඇත්තටම මද්‍යසාර නිසා වෙන්නේ කුමක්ද?

ඒ අවස්ථාවේම ඇති වන බලපෑම

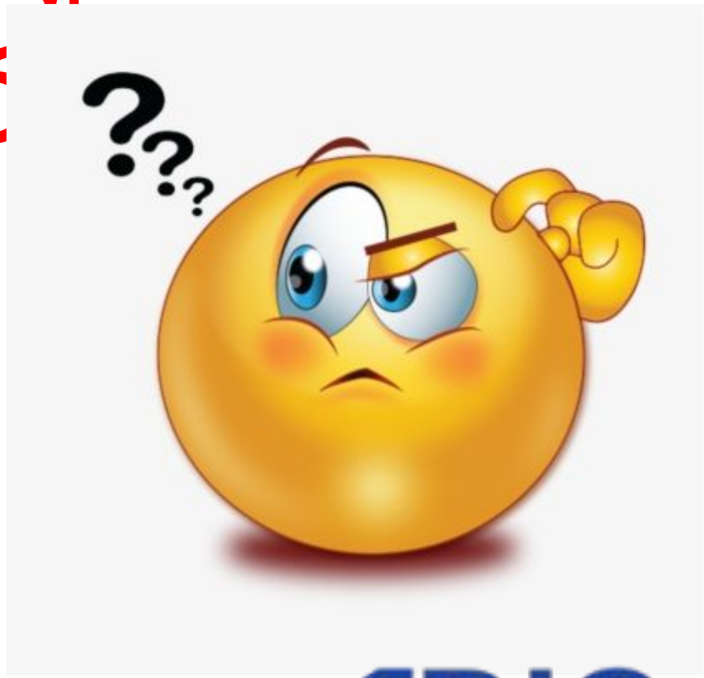
- බඩ දඟලනවා
- ඇස් රතු වෙනවා
- හිසරදය
- ඔක්කාරය

දිගු කාලීන

- ප්‍රසන්න පෙනුම නැති වීම
- ලිංගික අප්‍රාණිකත්වය ඇතිවීම
- උදරය ඉදිරියට නෙරා ඒම
- වයසට වඩා වයසක පෙනුම ඇතිවීම

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

රසායනය අපහසු වුවත් මිනිස්සු ඇයි අරක්කු බොන්නේ



ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

මද්‍යසාර භාවිතය අප්‍රසන්න වුවත් එය දිගින් දිගටම පවතින්නේ වටෙන් එකතු වෙන දේවල් නිසා..

මොනවද මේ වටෙන් එකතු වෙන දේවල්???

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

වටෙන් එකතුවෙන

බොන තැන්	බොන විදිය
රවුමට පුටු	විදුරු එකට හප්පලා චියර්ස් කියල
ලස්සන විදුරු	සුපුරුදු යාලුවෝ එක්ක
අමාරුව වහගන්න බයිට්	
සැර අඩු කරගන්න බිම වර්ග	

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

වචන	බොන අවස්ථාව
අඩියක් ගැහුවා	ට්‍රිප් එක
සෙට් වෙමුද	විභාගය අවසන් උනාම
කබරයා දනවා	බිග් මැච්
ඩ්‍රින්ක් එක දනවා	ක්‍රීඩා උත්සව
	යාලුවෝ එක්ක ඉද්දි

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

වටෙන් එකතුවෙන දේවල්

අපි හදන සංකේත

- කොල්ලෙක් වුනාම ටිකක් බොන්න ඕනෙ
- පාටියක්නම් අරක්කු තියෙන්න ඕනෙ
- බියර් කියන්නෙ ගෑනු බීමක්

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

වටෙන් එකතුවෙන දේවල්

අපි දැන් බලමු, මද්‍යසාර ගැන කියන අනිත් කතාවල ඇත්ත බොරුව...

- සතුට සමරන්න - දුක නැති කරගන්න
- ප්‍රශ්න අමතක කරන්න - පරණ දේවල් මතක් වෙන්න
- නිදි වරන්න - නින්ද යන්න
- නුවර එළියේ දි සීතලට - අනුරාධපුරයේදි...

රසායනිකව එකම මද්‍යසාරයෙන් එකිනෙකට හාත්පසින් වෙනස් ප්‍රතික්‍රියා ඇතිවිය නොහැකියි.

Alcohol and Drug Information Centre

ඇත්ත

දන්නවාද? දැක්කද?

අරක්කු බීලා අහිංසකයන්ට පාට් දුන අය

චණ්ඩි ඉස්සරහ දෙකට නැමෙන හැටි

බොරුව

අරක්කු බොන්නේ ප්‍රශ්න අමතක වෙන්න කියන අයම තවත් දවසක අරක්කු බීලා ප්‍රශ්න මතක් කරගෙන රණ්ඩුවෙන්න හදන හැටි

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

බොන විදිය වෙනස් කළොත් ?

- රවුමට නැතිව පේලියට හිටියොත්...
- වීදුරු නැතිව අඬු කෝප්ප දුන්නොත්..
- යාලුවො නැතිව තනියම බොන්න දුන්නොත්..
- කෝප්ප වලට දාලා වේ එකේ ඇල්ලුවොත්..
- අරක්කුවල අමාරුව වහගන්න කන්න මුකුත් නැත්නම්..
- ලොකු ජෝග්ගු වලට අරක්කු දාලා

අපිට මොකද්ද කරන්න පුළුවන්?..

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

අපි කියන සහ අපිට ඇහෙන වචන නිවැරදි කරමු

අඩියක් ගැහුවා	→	සපත්තුවටද
සෙට් වෙමුද	→	මාළු බාන්නද
කබරය දනවා	→	තලගොයි දන්න
බැරිද	→	
ඩ්‍රින්ක් එක දනවා	→	කූල් බීමද බොන්නේ
හෝටලයක් දැම්මා	→	ණයට කන්න
පුළුවන්ද	→	
වෙරි වෙනවා		අරක්කු බීලා

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

අනෙකුත් මත්ද්‍රව්‍ය ගැන ඇත්ත දැන ගනිමු.

- දුම්වැටි
- හෙරොයින්
- ගංජා, තූල්, බාබුල්, ඇතුළු විවිධ නම් වලින් එන පෙති වර්ග

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

සිගරට්

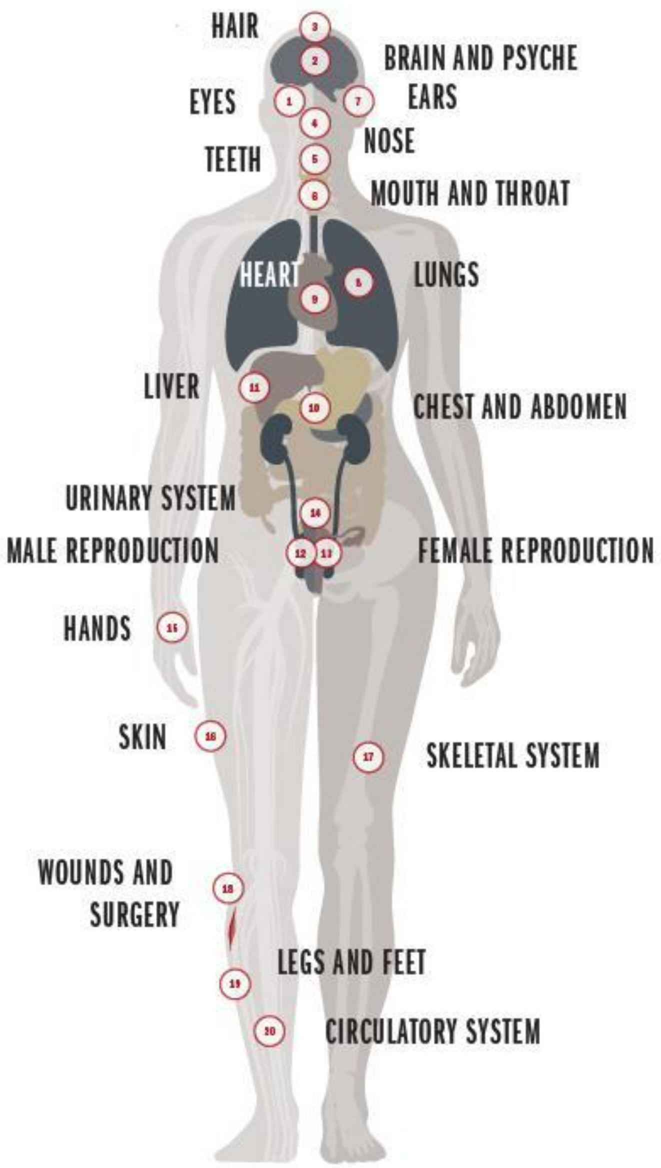
මුලින්ම බොන කෙනෙක්ගේ අත්දැකීම කොහොම ඇතිද .

කැහැ කැහැ කඳුළු, හොටු පෙරාගෙන

සිගරට් බීලා..

එතකොට ලැබෙන්නේ මොනවද.

සිගරට් ශරීරයේ හානි නොකරන අවයවයක් නැහැ

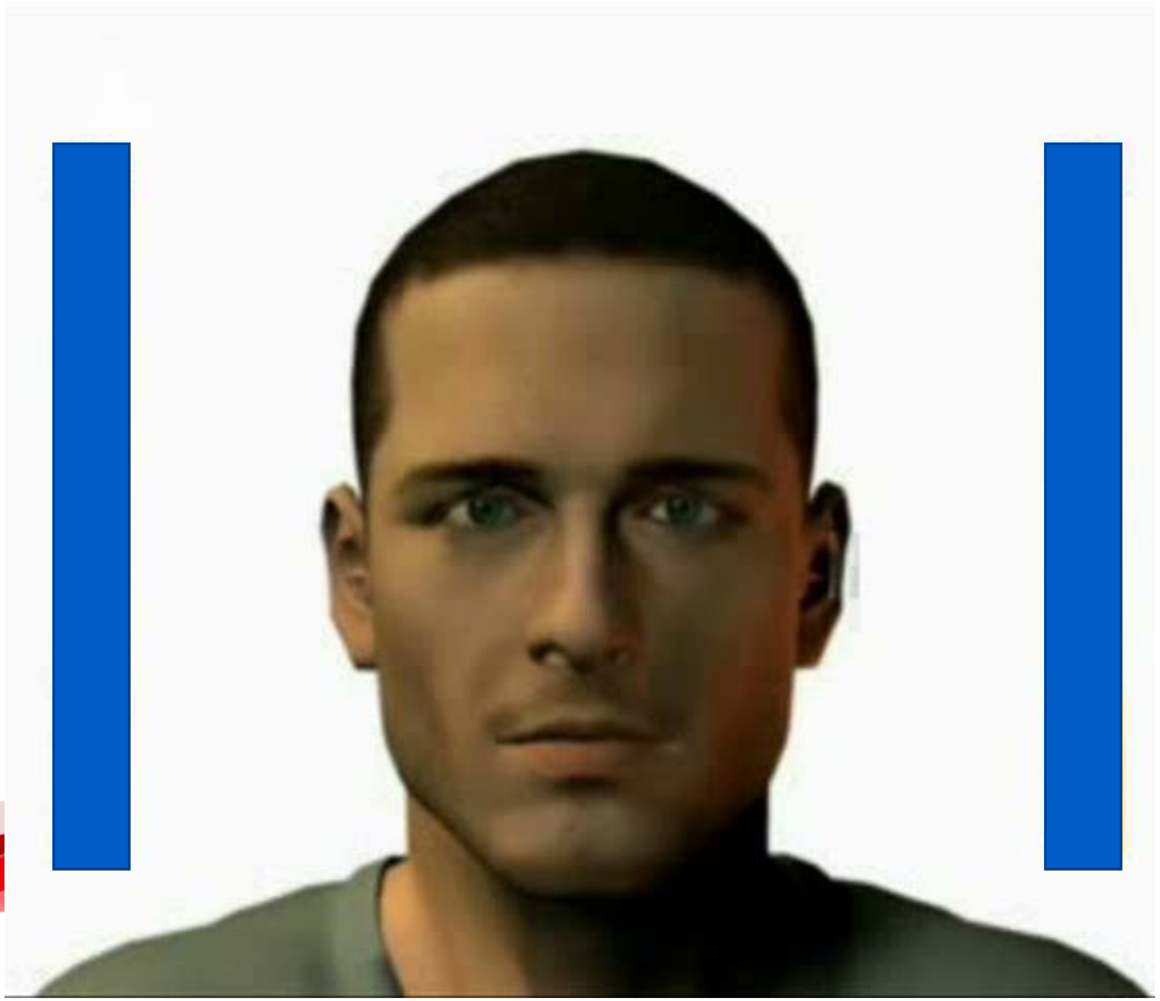


ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

සිගරට් බොන කෙනෙක් ලගින් ගියත් ගඳයි නේද.

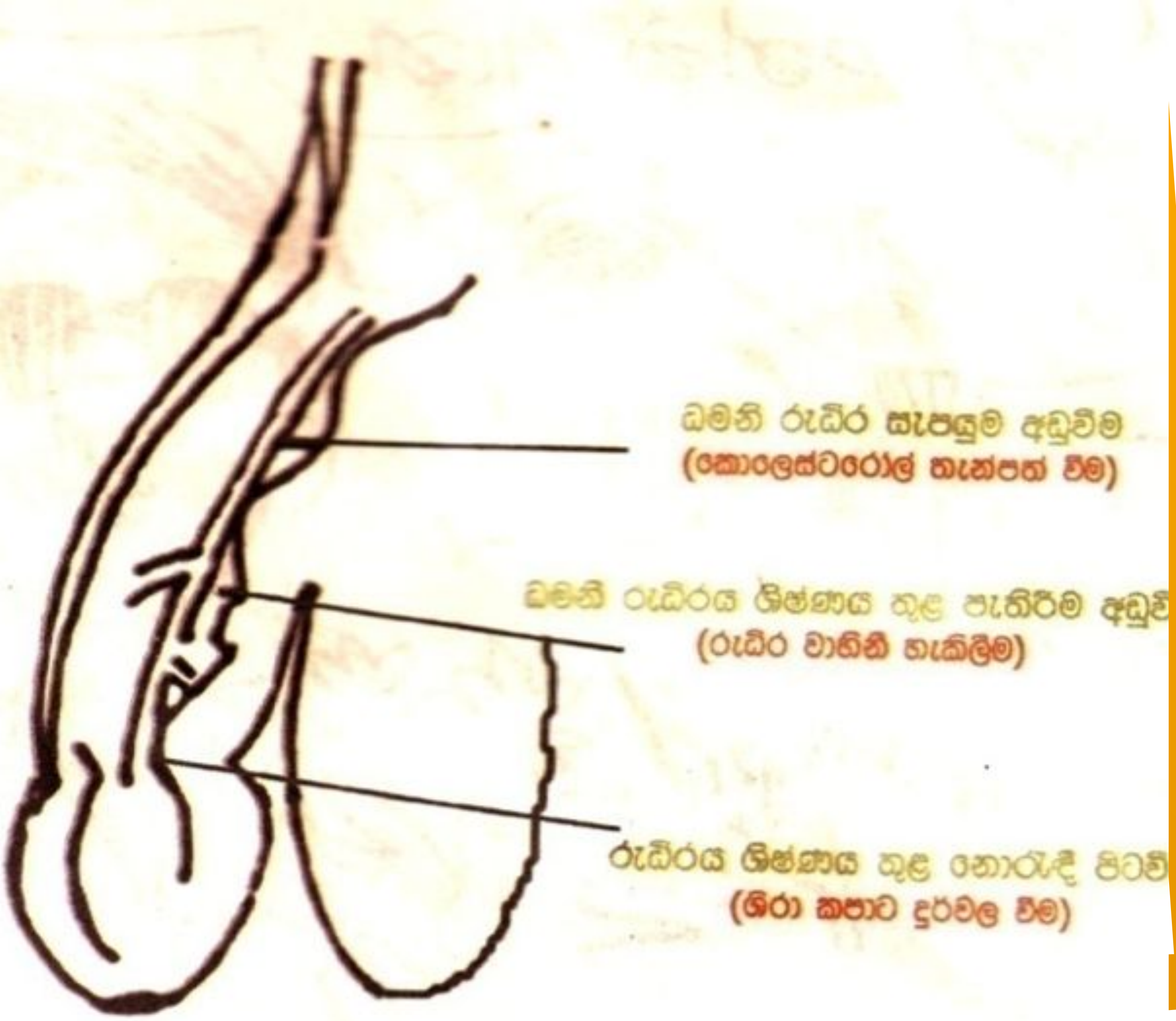
ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

සිගරට් බොන කෙනෙක්ට රස දැනෙන්නෙත් නෑ



- තොල් කළු වෙලා
- හක්ක බහිනවා
- ඇස් බොරපාට වෙලා
- නිතරම තරහෙන් ඉන්නෙ
- වයසට වඩා වයසක පෙනුම
- මූණ පට්ට කැත වෙනවා

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre



දුම්කොළ ලිංගික බෙලහීනතාවය ඇතිවීමට බලපාන ප්‍රධාන සාධකයක්

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

බාබුල්, තුල්, මාවා, දුම්කුඩු අපිට හිමිකර දෙන්නේ මෙච්චරයි

සිගරට් බොන අය ,
දුම්කොළවලට හුරු
වුනු අය
ඉන්නේ ජීවිතේ කොටු
වෙලා, රස වින්දනය
සීමා වෙලා

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

වැසිකිලි යන්න
නම් සිගරට්
එකක්
බොන්න ඕන
කියලා කොටු
වෙලා

ඉන්නේ ඊළඟ
සිගරට් එක
බොන්නේ කොයි
වෙලාවෙද කියලා
හිතමින් කොටු
වෙලා

සිගරට් බොන අය , දුම්කොළවලට හුරු වුනු අය ජීවිතේ කොටු වෙලා, සීමා වෙලා තියන දේවල්...

කිසිම සතුටක්
නෑ කියලා දැන
දැනත් තව
කෙනෙක්ට බයේ
බොන්න වෙන
එකට කොටු
වෙලා

කෑම එක
මොනතරම්
රස වුනත්
දිවට රස
නොදැනී යාම

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

අපිට ඉගනගන්න තියන සල්ලි කොච්චර වියදම් වෙනවද සිගරට් වලට ?

සිගරට් එකක මිල - රු 100.00

දිනකට සිගරට් 5ක් සඳහා වැය කරන මුදල

රු 100.00 x 5 = රු 500.00

මසක සිගරට් වියදම

රු 500.00 x 30 = රු 15,000.00

වසරක සිගරට් වියදම

රු 15,000.00 x12 = රු180,000.00

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

අරක්කු, බියර්, සිගරට් සමාගම් සහ මත්ද්‍රව්‍ය ජාවාරම්කරුවන් අපිව අල්ලගන්නේ කොහොම ද?

මොනවද එයාලගේ උප

හොයල බලමුද ?......

Alcohol and Drug Information Centre

කොහොමද සමාගම් ඔයාලව අන්දන්නෙ

මොන වයසේ අයද?

දුම්කොළ සමාගම විසින් සිදුකරන ලද පර්යේෂණවලින් සහ අනෙකුත් ආයතන වලින් සිදුකරනු ලැබු පර්යේෂණවලට අනුව සිගරට් භාවිතයට පෙළඹවිය යුත්තේ වයස අවුරුදු 16 යට වඩා අඩු වයසේදී බව සනාථ වී තිබෙනවා

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

කොහොමද කරන්න්.

දරුවන් සිගරට් භාවිතයට යොමු කරවිය හැකි පහසු ලාභදායි සහ ප්‍රතිඵලදායකම ක්‍රමය **මාධ්‍ය** බව දුම්කොළ සමාගම් සිදුකරන ලද පර්යේෂණ වලින් අනාවරණය වී තිබෙනවා

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

ළමා ලොවේ වීරයින් අතරට රිංගන බියර්,අරක්කු සමාගම් මේ උගන්වන්නේ මොකක

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

සිගරට් භාවිතය ප්‍රචාරය කරවීමට

චිත්‍රපටවල දුම්පානය කරන අවස්ථා 50 ක් නැරඹූ දරුවන්ට වඩා දුම්පානය කරන අවස්ථා 160 කට වඩා නැරඹූ ළමුන්ගෙන් 31 ක් දුම්පානය අත්හදු බැලීමට පෙළඹී ඇතිබව සොයාගෙන ඇත.

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

ආරම්භක වැඩසටහනේ සිටම මෙම කාටූනය වැඩිහිටියන් ඉලක්ක කර ගෙන නිර්මාණය වූවක් විය. එහි මුල් කතාංග දෙක සඳහා ප්‍රධාන අනුග්‍රාහයකයා වූයේ Winston නම් සිගරට් සමාගමයි. එම වෙළෙඳ නාමය සහිත සිගරට් පැකට්ටුවල රූපද කාටූනය අතරට එක් කිරීමට කාටූන් නිර්මාපකයන් ක්‍රියා කර තිබුණි. එහෙත් පසුකාලීනව මෙය ළමයින් අතර වඩාත් ජනප්‍රිය වැඩසටහනක් බවට පත් වීමත් සමග එහි අනුග්‍රාහකත්වය Welch's නම් පළතුරු යුෂ බීම නිෂ්පාදන සමාගම වෙත හිමිව තිබේ.

Winston සිගරට් සමාගම ෆ්ලින්ට්ස්ටෝන්ස් සඳහා අනුග්‍රාහකත්වය දැරූ කාලයේදී එම සිගරට් අඩංගු දර්ශනද කාටූනය සඳහා යොදා ගත්තේය.

- මීට අමතරව 1967 දී පමණ ෆ්ලින්ට්ස්ටෝන්ස් කාටූන් චරිත 'බීර' දැන්වීම් සඳහාද යොදා ගෙන ඇත. එහෙත් එසේ නිර්මාණය වූ දැන්වීමක් හෝ වැඩසටහනක් ප්‍රසිද්ධියේ ප්‍රචාරය වීමක් සිදුව නැත. කෙසේ වෙතත් එම නිර්මාණයේ පිටපත් කීපයක්ම රහසේ ව්‍යාප්ත වී තිබෙන බව දැනගන්නට ඇත.

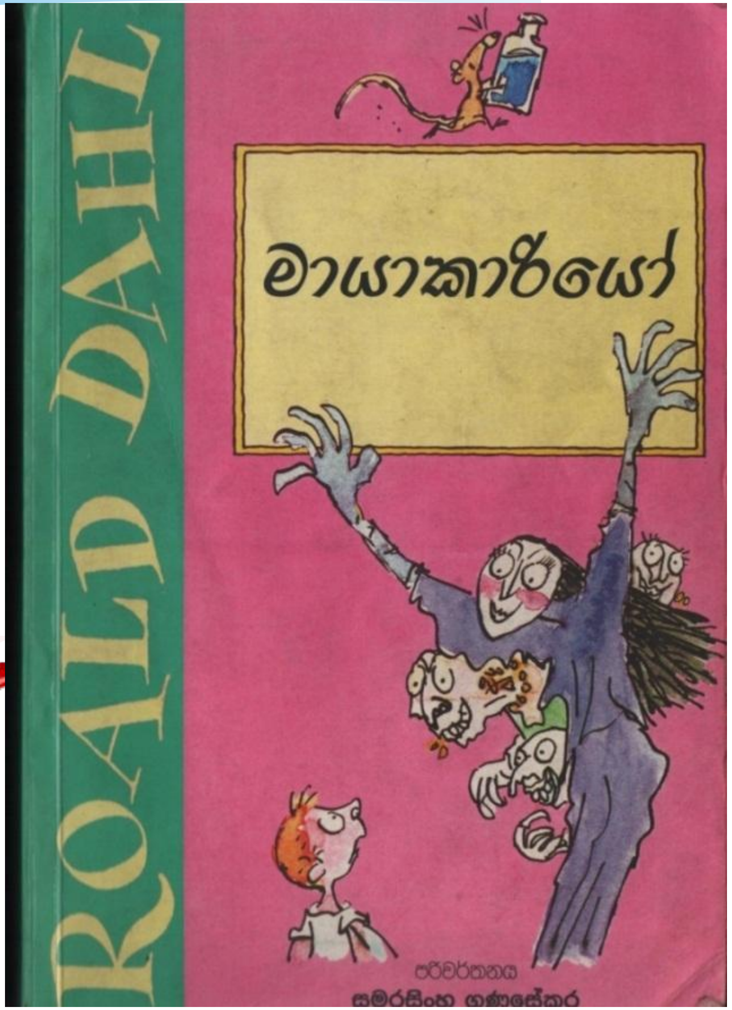
More information: http://en.wikipedia.org/wiki/The_Flintstones

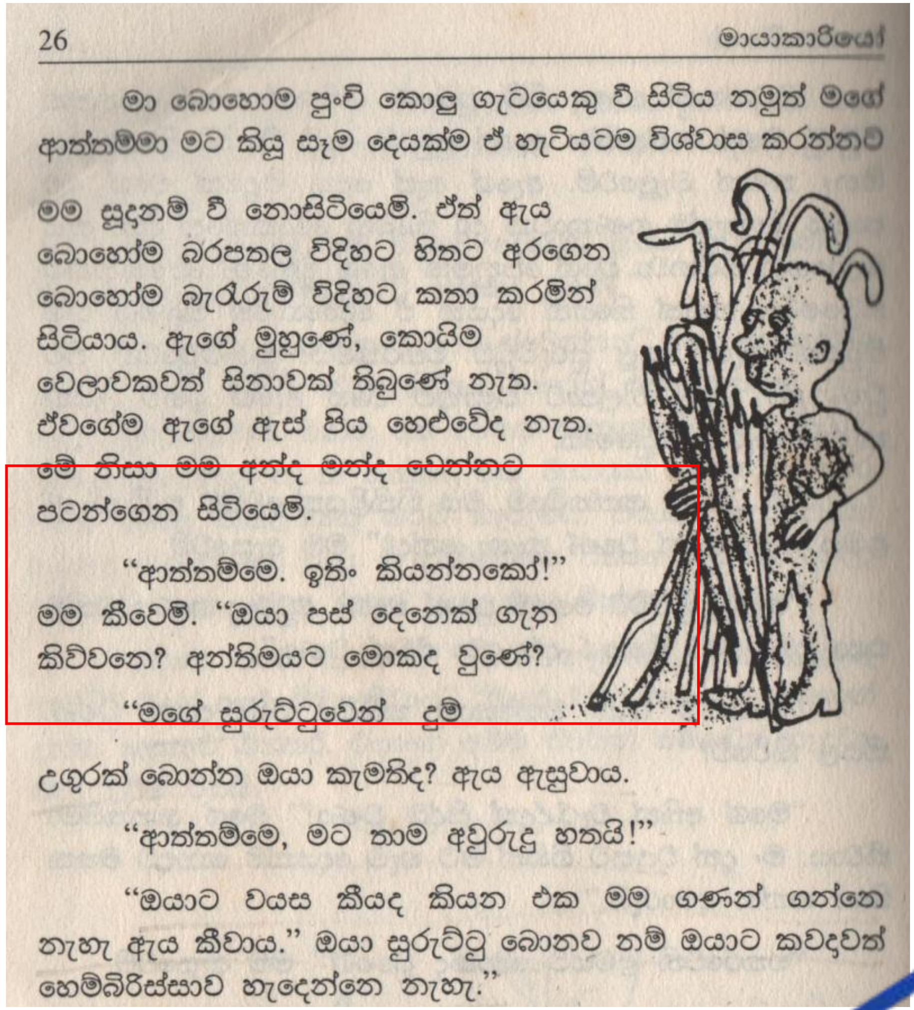
උපුටා ගැනීම: go magazine Novem

මද්‍යසාර භාවිතය රසවත් කිරීමට යොද ගත් කාටූන්

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

ළමුන් ගේ කතා පොත් හරහා





26 මායාකාරියෝ

මා බොහොම පුංචි කොලු ගැටයෙකු වී සිටිය නමුත් මගේ ආත්තම්මා මට කියූ සෑම දෙයක්ම ඒ හැටියටම විශ්වාස කරන්නට මම සූදනම් වී නොසිටියෙමි. ඒත් ඇය බොහෝම බරපතල විදිහට හිතට අරගෙන බොහෝම බැරෑරුම් විදිහට කතා කරමින් සිටියාය. ඇගේ මුහුණේ, කොයිම වෙලාවකවත් සිනාවක් තිබුණේ නැත. ඒවගේම ඇගේ ඇස් පිය හෙළුවේද නැත. මේ නිසා මම අන්ද මන්ද වෙන්නට පටන්ගෙන සිටියෙමි.

"ආත්තම්මෙ. ඉතිං කියන්නකෝ!" මම කීවෙමි. "ඔයා පස් දෙනෙක් ගැන කිව්වනෙ? අන්තිමයට මොකද වුණේ?

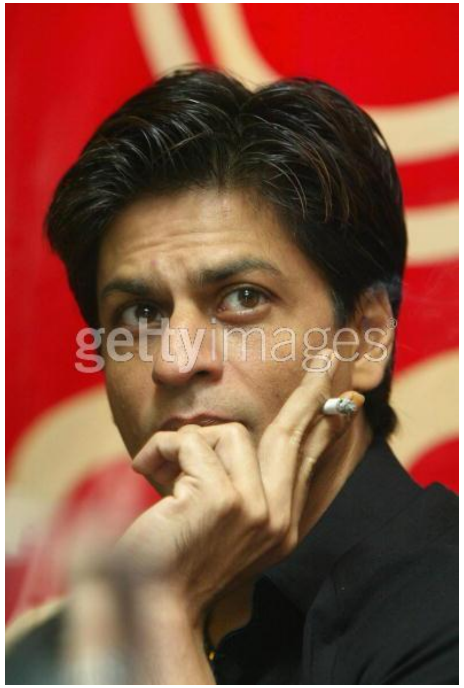
"මගේ සුරුට්ටුවෙන් දුම් උගුරක් බොන්න ඔයා කැමතිද? ඇය ඇසුවාය.

"ආත්තම්මෙ, මට තාම අවුරුදු හතයි!"

"ඔයාට වයස කීයද කියන එක මම ගණන් ගන්නෙ නැහැ ඇය කීවාය." ඔයා සුරුට්ටු බොනව නම් ඔයාට කවදවත් හෙම්බිරිස්සාව හැදෙන්නෙ නැහැ."

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

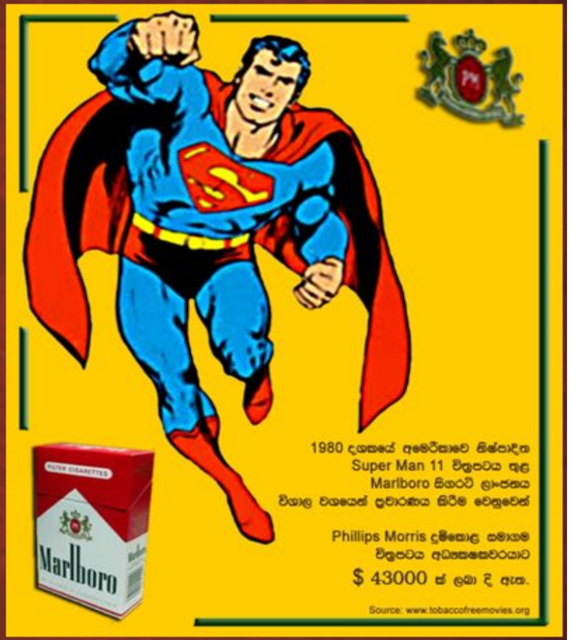
ටෙලිනාට්‍ය සහ චිත්‍රපට හරහා ප්‍රචාරය සිදුකරන

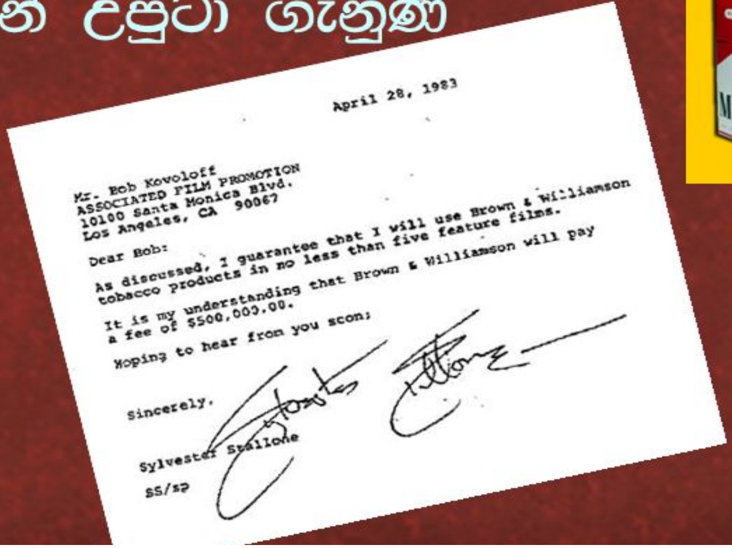


තම ප්‍රියතම සිනමා තරුව දුම්පානය කරන දර්ශන නරඹන ළමුන්ගේ මනස දුම්පානයට ආකර්ෂණය වීම එවැනි දර්ශන නොබලන දරුවන්ට වඩා **16 ගුණයකින්** වැඩි බව සොයා ගෙන ඇත.

- Superman II චිත්‍රපටයේ Malbarrow දැන්වීම් වෙනුවෙන් $42,000 ක් ගෙවූ බව නිෂ්පාදක කියයි.

- සිල්වෙස්ටර් ස්ටැලෝන්, වික්‍රමාන්විත වල දුම්බීම පිළිබඳ ගිවිසුමකට ඔහු එලඹීමෙන් ඩොලර් මිලියන භාගයක් $500,000.00 - ලැබිය යුතු බව පවසන මෙම ලිපිය අන්තර් ජාලයෙන් උපුටා ගැනුණි





April 28, 1983

Mr. Bob Kovoloff
ASSOCIATED FILM PROMOTION
10100 Santa Monica Blvd.
Los Angeles, CA 90067

Dear Bob:

As discussed, I guarantee that I will use Brown & Williamson tobacco products in no less than five feature films.

It is my understanding that Brown & Williamson will pay a fee of $500,000.00.

Hoping to hear from you soon;

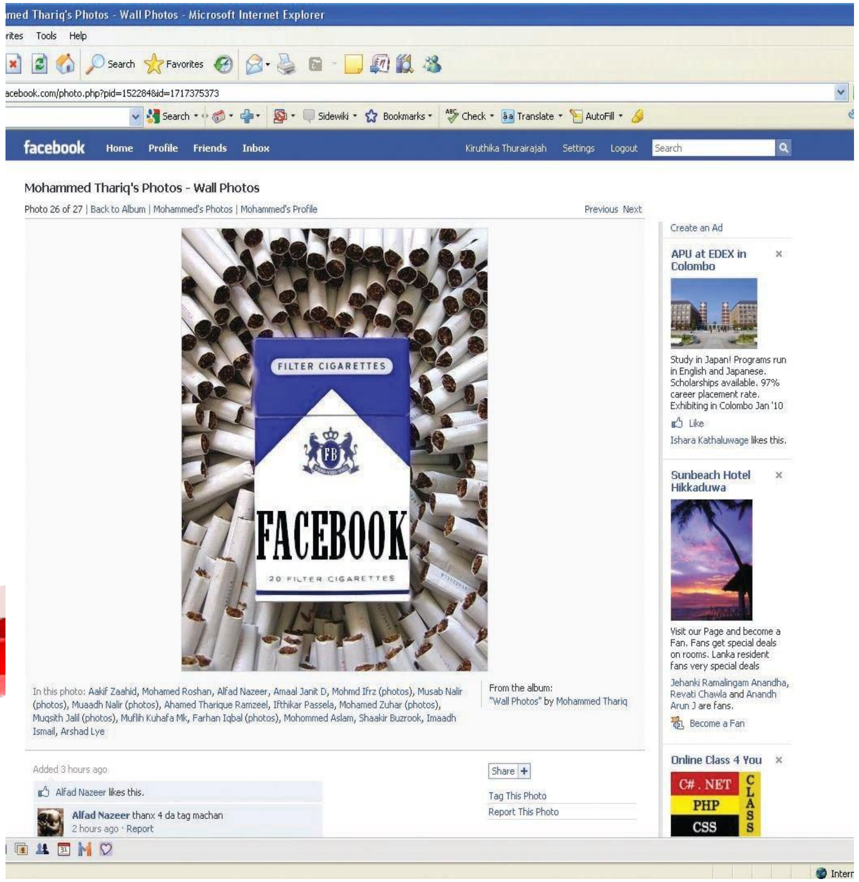
Sincerely,

Sylvester Stallone

SS/sp

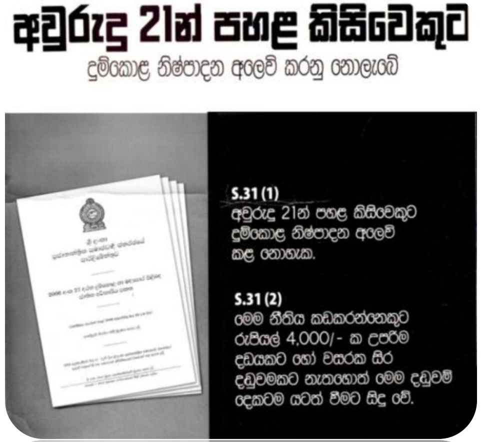
Alcohol and Drug Information Centre

අන්තර්ජාල
ය



ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

කර්මාන්තයේ සෘජු මැදිහත්වීම



දරුවන්ට සිගරට් නොවිකිණිය යුතුයැයි කියමින් අප සමාගම ඒ සඳහා ව්‍යාපාරයක් ආරම්භ කළේ වැඩිහිටියෙකු වීමට නම් දුම්පානය කළ යුතුය යන පණිවිඩය දරුවන්ට ලබා දීමටයි.

1994 දුම්කොළ සමාගමේ වාර්තාවෙන්

මේ සියලු බලපෑම්වල
එකතුවෙන් මත්ද්‍රව්‍ය රසවත්
වන ආකාරය
දැන් අපි විමසා බලමු.

අරක්කු / බියර් /සිගරට් ඇතුළු මත්ද්‍රව්‍ය

- ☹ ගඳයි
- ☹ තිත්තයි /සැරයි
- ☹ උගුර පිච්චෙනවා
- ☹ බඩ දැගලනවා
- ☹ ඔළුව බරයි
- ☹ ඇස් අරින්න අමාරුයි
- ☹ ඇඟට පණ නැහැ
- ☹ වමනෙ යනවා
- ☹ වැටෙනවා

- / 0

එකතු වන අනෙකුත් සාධක

- අපේ විශ්වාසයන්
- අපි දෙන අවසරය
- අපි කරන උදව්
- අපි කියන වචන
- අපි හදන සංකේත
- බොන විදිය
- බොන තැන්
- ටෙලි නාට්‍ය / චිත්‍රපට
- පොත් /පුවත්පත් ලිපි

++++

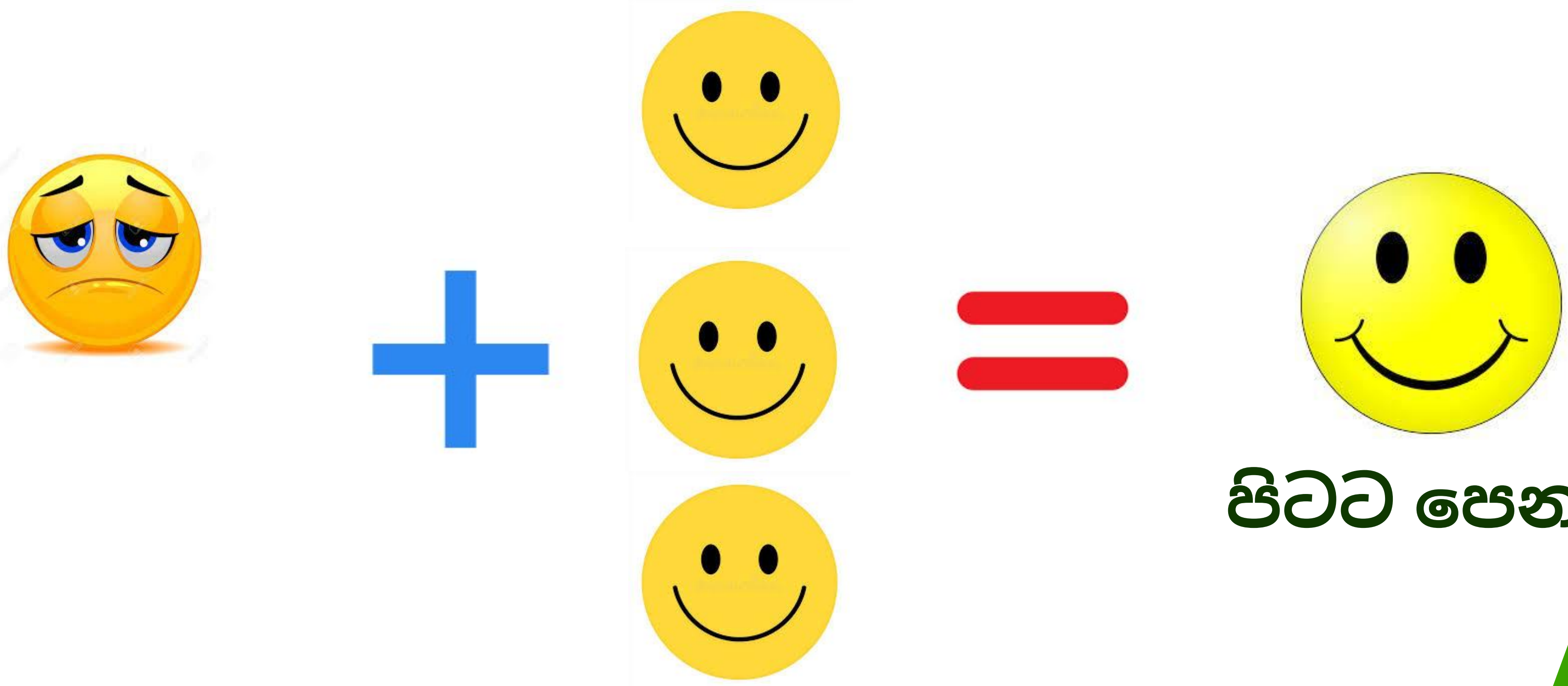
/ පෙන්වන් න

- ☺ සැප
- ☺ සතුට
- ☺ ජොලි

+

Alcohol and Drug Information Centre

මේ ඔක්කොමත් එක්ක මත්ද්‍රව්‍ය මද්‍යසාර භාවිතය රසවත් වන්නෙ..



පිටට පෙන විදිය.

මද්‍යසාර භාවිතය

වටෙන් එකතු වෙන දේවල්

අපිට මොනවද කරන්න පුළුවන් ?

දුම්කොළ හා මද්‍යසාර සමාගම් සහ අනෙක් මත්ද්‍රව්‍ය ජාවාරම් කරුවන්ගේ රැවටීම් වලට හසුනොවී අපේ අනෙක් යහළු යෙහෙළියන්ටද ඒවාට හසුනොවන්නට උදව් කරමු.

- පංතියේදී යහළු යෙහෙළියන් සමග නැරඹූ චිත්‍රපට ටෙලි නාට්‍යවල සිගරට් පෙවීමට දරන උත්සහයන් පිළිබඳ කතා කරමු. (අනෙක් පාසල් වල ශිෂ්‍ය, ශිෂ්‍යාවන්ටත් කියා දෙමු.)
- මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය ගැන හොරෙන් වර්ණනා කරන හෝ පුම්බන අය ඉන්නවාද කියා සොයමු
(ඒ අය විහිළුවට ලක්කරමු.)
- උසස් පෙළ ,සාමාන්‍ය පෙළ විභාග අවසන් වන දින පවත්වන සාදවලට ,අන්තර් පාසල් ක්‍රිකට් තරගාවලි තුළට අපි ආසා කරන ක්‍රීඩා සහ විනෝද උත්සවවලට දුම්කොළ හා මද්‍යසාර සමාගම් වල ආක්‍රමණය හඳුනාගනිමු
- වැඩියෙන්ම අපට සිගරට් මද්‍යසාර පෙවීමට උදව් කරන මාධ්‍ය ආයතනය වැඩසටහන නිෂ්පාදකයන් නළු නිළියන් කවුද කියලා හොයලා ඒ අයව දුරකතනයෙන් හමුවීම් මගින් අන් අය මාර්ගයෙන් සමාජ මාධ්‍ය මගින් අප්‍රසාදය පළ කරමු. ඒ ගැන රටට කියමු.
- වැඩියෙන්ම අපට සිගරට් මද්‍යසාර පෙවීමට උදව් කරන මාධ්‍ය ආයතනය වැඩසටහන නිෂ්පාදකයන් නළු නිළියන් කවුද කියලා හොයලා ඒ අයව දුරකතනයෙන් හමුවීම් මගින් අන් අය මාර්ගයෙන් සමාජ මාධ්‍ය මගින් අප්‍රසාදය පළ කරමු. ඒ ගැන රටට කියමු.
- මෙවැනි උපක්‍රමවලට පහසුවෙන් හසුවන්නේ අපේ පාසලේ සිටින දේවල් අඩුවෙන්ම තේරෙන දුර්වල අයයි යන්න හෙළිකරමුග එවැනි උපක්‍රම අඩපන කිරීමට අපිම ක්‍රියාත්මක වෙමු.

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

Thank You!

ADIC
Alcohol and Drug Information Centre

ADIC

Alcohol and Drug Information Centre

40/18, Park Road

Colombo 05.

011 2 58 44 16

www.adicsrilanka.org

www.facebook.com/adicsrilanka