आज़ादी का अमृत महोत्सव

AN AWARENESS PROGRAMM IN

भारत 2023 INDIA

ILL EFFECTS OF ALCOHOLIC DRINKS, USE OF TOBACCO & DRUGS ABUSE

Venue: Assembly Hall (Indoor)
21 July, 2023 (Friday)
Time - 02.00 PM Onwards

RESOURCE PERSON

Dr. Vijay
Retired, Associate Professor
Cum Medical Officer,
IGIPESS

ORGANIZED BY

Internal Quality Assurance Cell (IQAC)
Indira Gandhi Institute of Physical Education & Sports Sciences, DU

Dr. Dharmander Kumar
Convener, Workshop

Dr. Man Singh
Member

Dr. Ekta Bhushan Satsangi
Member

Prof. Samiran Chakraborty
Coordinator, IQAC

Prof. Sandeep Tiwari
Principal (Offg.)

https://www.youtube.com/channel/UCjioRCswFiwC9GkEta5k5Xg
Website: www.igipess.du.ac.in
https://twiter.com/IGIPESS1
https://www.facebook.com/IGIPESS87

INDIRA GANDHI INSTITUTE OF PHYSICAL EDUCATION &
SPORTS SCIENCES
(University of Delhi)
B-Block, Vikaspuri, New Delhi-110018

Dated: 12 /07/2023

Ref.IPE/2023/IQAC/082

सूचना

सभी **शिक्षण** और गैर-शिक्षण **कर्मचारी** को सूचित किया जाता है कि IQAC द्वारा **21जुलाई, 2023** (शुक्रवार) समय दोपहर 2:00 बजे से **"मादक पेय, तम्बाकू और नशीली दवाओं के उपयोग के दुष्प्रभाव"** विषय पर एक कार्यशाला का आयोजन किया जा रहा है। कार्यक्रम संस्थान के **असेंबली हॉल (इनडोर)** में होगा।

उपरोक्त जागरूकता कार्यक्रम में भाग लेने के लिए शैक्षिक और गैर-शैक्षिक कर्मचारियों के सभी सदस्यों को सादर आमंत्रित किया जाता है।

आपकी उपस्थिति सादर प्रार्थनीय है।

NOTICE

All the Teaching & Non- Teaching Staff are hereby informed that a workshop titled as An Awareness Program on "**ILL EFFECTS OF ALCOHOLIC DRINKS, USE OF TOBACCO & DRUGS**" will be organized by the IQAC, on 21st July, 2023 (Friday) from2:30 p.m. onwards in the Assembly Hall (Indoor) of the Institute.

All the members of Teaching and Non-Teaching Staffs are cordially invited to attend in the above said Awareness Programme.

Your presence is highly solicited.

Sd/
Dr. Dharmender Kumar
Convener, Workshop

Copy to:

1. Prof. Samiran Chakraborty, Coordinator, IQAC
2. Dr. Dharmander Kumar, Convener, Workshop
3. Section Officer (Admin.)
4. Circulation among Teaching and Non-Teaching Staff
5. Computer Lab (for Uploading the same on Institutes' website)
6. Sr. P.A.to Principal (Offg.)
7. Office Copy

Dr. Dharmander Kumar
Convener, Workshop

INDIRA GANDHI INSTITUTE OF PHYSICAL EDUCATION &
SPORTS SCIENCES
(University of Delhi)
B-Block, Vikaspuri, New Delhi-110018.

Dated: 12 /07/2023

Ref.IPE/2023/IQAC/081

सूचना

बी.एस.सी (सेम- II), बी.पी.एड (सेम- II), एम.पी.एड. (सेम-II) के सभी छात्रों को सूचित किया जाता है कि IQAC द्वारा **21जुलाई, 2023** (शुक्रवार) समय दोपहर 2:00 बजे से **"मादक पेय, तम्बाकू और नशीली दवाओं के दुरुपयोग के दुष्प्रभाव"** विषय पर एक कार्यशाला का आयोजन किया जा रहा है। कार्यक्रम संस्थान के **असेंबली हॉल (इनडोर)** में होगा।

सभी बी.एस.सी. (सेम- II), बी.पी.एड. (सेम- II), एम.पी.एड. (सेम- II) के छात्रों को उपरोक्त तिथि समय और स्थान पर कार्यक्रम में भाग लेना अनिवार्य है।

NOTICE

All the Students of B.Sc. Sem – II, B.P.Ed. Sem- II, M.P.Ed. Sem– II are hereby informed that a workshop titled as, An Awareness Programme on "**ILL EFFECTS OF ALCOHOLIC DRINKS, USE OF TOBACCO & DRUGS ABUSE**" will be organized by the IQAC, on 21st July, 2023 (Friday) from 2:30 p.m. onwards in the Assembly Hall (Indoor) of the Institute.

All the students (B.Sc. Sem II, B.P.Ed. Sem II and M.P.Ed Sem II) are required to attend the said programme compulsorily on the date and venue mentioned above.

Sd/
Dr. Dharmander Kumar
Convener, Workshop

Copy to:

1. Prof. Samiran Chakraborty, Coordinator, IQAC
2. Dr. Dharmander Kumar, Convener, Workshop
3. Section Officer (Admin.)
4. Student Notice Board and circulation through mail
5. Computer Lab (for Uploading the same on Institutes' website)
6. Sr. P.A.to Principal (Offg.)
7. Office Copy

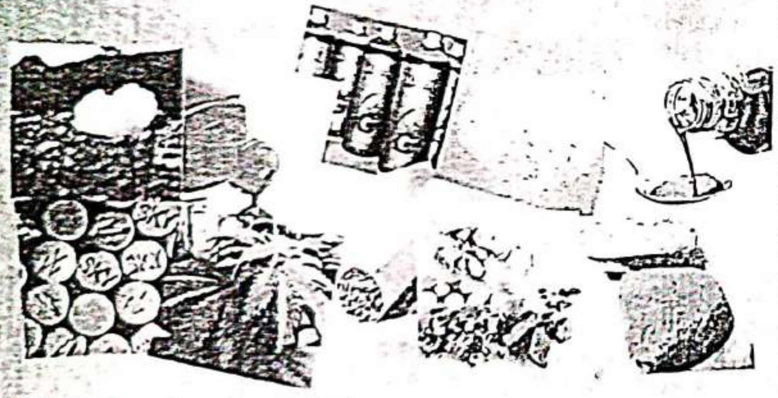
Dr. Dharmander Kumar
Convener, Workshop

DRUGS AND THE LAW

(Narcotic Drugs and Psychotropic Substance Act, 1985)

- Possession of narcotic drugs or psychotropic substances even in small quantity for personal use is an offence.
- Cultivation of narcotic crops (opium, cannabis, etc.) without permission is an offence.
- To allow your premises to store, sell or consume illegal drugs is an offence.
- Illicit manufacture, sale, purchase and transportation of narcotic drugs is an offence.
- Trafficking of drugs such as Heroin, Charas & Cocaine etc., in commercial quantity is non-bailable offence and can lead to imprisonment of upto 20 years and fine upto Rs. 2 lakhs.
- Death penalty can be imposed for repeat offences.

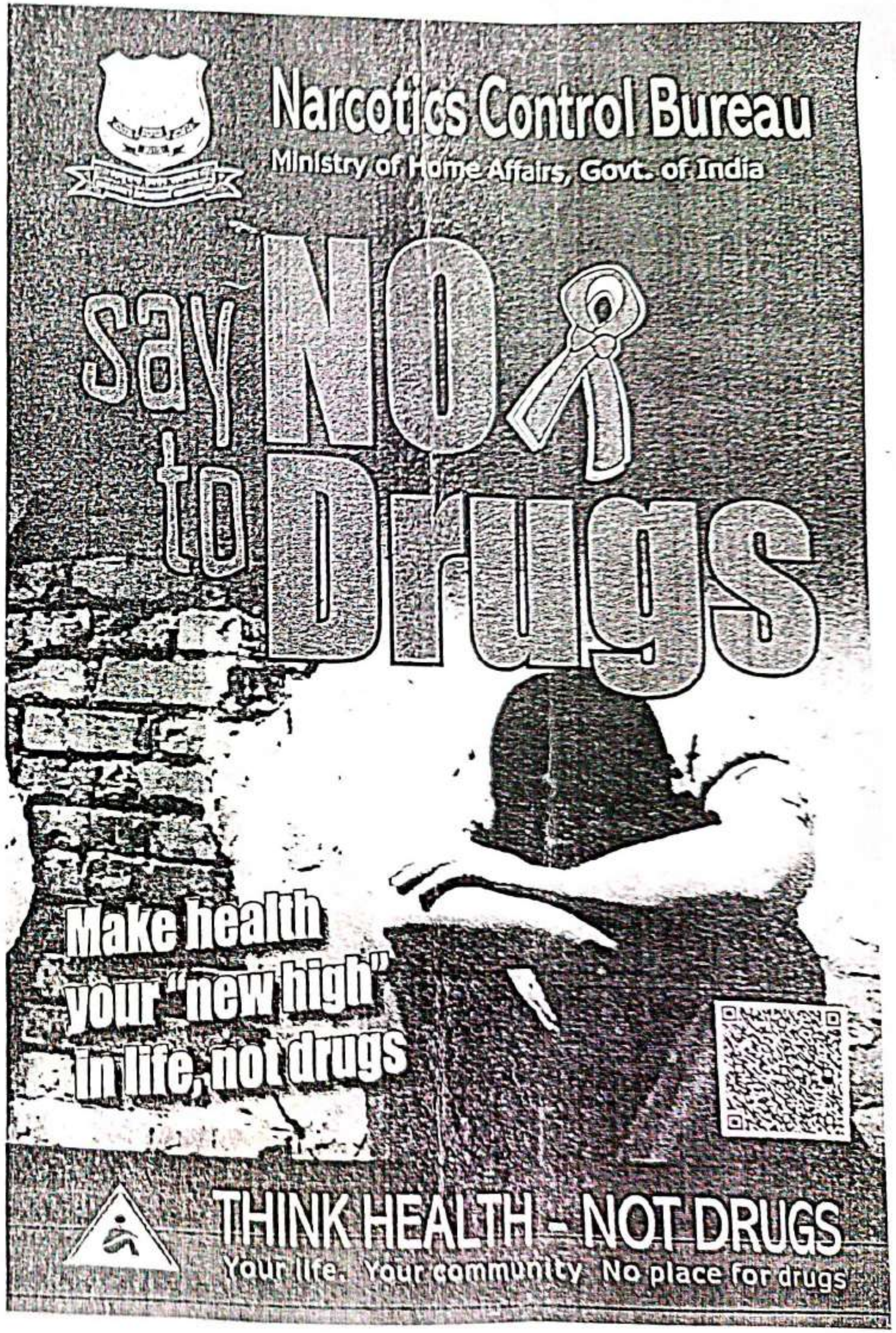
DO DRUGS CONTROL YOUR LIFE?



Information about drug trafficking may be given on the following email id and telephone number. Informer's identity will be kept secret and suitable reward will be given in case of seizure.

ZONAL DIRECTOR, DELHI ZONAL UNIT
Narcotics Control Bureau
Ministry of Home Affairs, Govt. of India
West Block-1, Wing-7, R.K. Puram, New Delhi-66
(O) : 011-26177347, 26170487
zddzu-ncb@nic.in
http://narcoticsindia.nic.in
@narcoticsbureau

स्वच्छ भारत

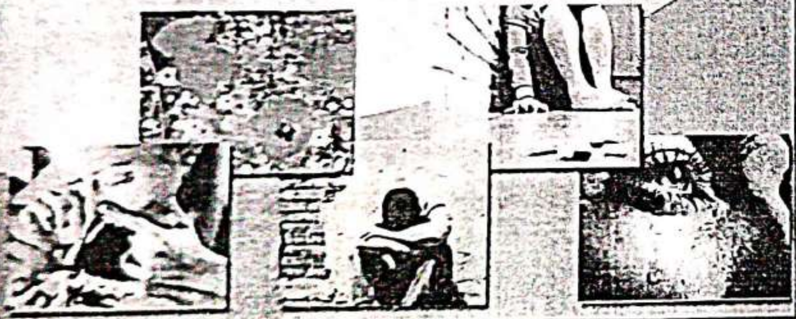


CamScanner

ड्रग्स और कानून

(स्वापक औषधि और मनः प्रभावी पदार्थ अधिनियम, 1985)

- स्वापक औषधियां या मनः प्रभावी पदार्थ निजी प्रयोग के लिए, यहां तक कि थोड़ी मात्रा में भी, रखा जाना एक अपराध है।
- अनुमति के बिना स्वापक फसलों (अफीम, भांग आदि) की खेती एक अपराध है।
- गैर कानूनी औषधियों को रखने, बेचने या उपभोग करने के लिए अपने अहाते का उपयोग करने देना एक अपराध है।
- स्वापक औषधियों का अवैध उत्पादन, बेचना, खरीदना और परिवहन एक अपराध है।
- हेरोइन, चरस और कोकेन आदि जैसे ड्रगों को वाणिज्यिक मात्रा में बेचना गैर–जमानती अपराध है जिसके लिए 20 वर्ष तक की जेल और 2 लाख रु0 तक का जुर्माना हो सकता है।
- ऐसे अपराध बार–बार करने वाले को मृत्यु दंड तक दिया जा सकता है।

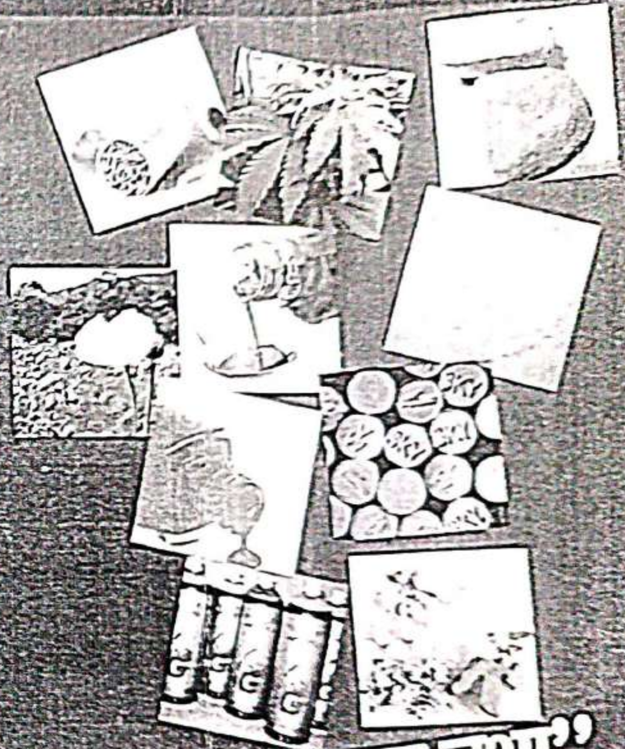


नशीले पदार्थों के अवैध व्यापार के बारे में सूचना नीचे दिए गए ई–मेल आई डी और फोन नम्बर पर दी जा सकती है। मुखबिर की पहचान गुप्त रखी जाएगी और जब्ती होने पर उचित ईनाम भी दिया जाएगा।

क्षेत्रीय निदेशक, दिल्ली क्षेत्रीय कार्यालय
स्वापक नियंत्रण ब्यूरो
गृह मंत्रालय, भारत सरकार
पश्चिमी खण्ड–1, विंग–7, रामकृष्णपुरम, नई दिल्ली–110066
(O) : 011-26177347, 26170487
zddzu-ncb@nic.in
http://narcoticsindia.nic.in
@narcoticsbureau

क्या ड्रग्स आपके जीवन को नियंत्रित करते हैं?

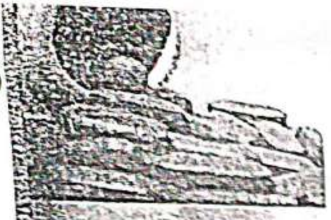
स्वापक नियंत्रण ब्यूरो
गृह मंत्रालय, भारत सरकार
Narcotics Control Bureau
Ministry of Home Affairs, Govt. of India

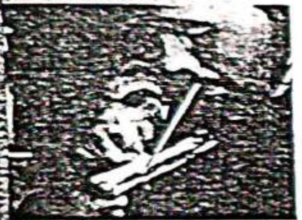


सेहत को जीवन का "नया नशा" बनाएं, ड्रग्स को नहीं

सेहत का ध्यान करें, नशे का नहीं

आपका जीवन आपका समुदाय ड्रग्स का कोई स्थान नहीं





HARMFUL EFFECTS OF DRUG ABUSE

- Infectious Diseases & Impaired Health.
- HIV/AIDS.
- Absence from school/College.
- Loss of job/income.
- Possible death due to frustration or ill health.
- Commission of crimes like theft, rape, murder, etc.

SIGNS OF DRUG ABUSE

- Sudden change of mood/temper.
- Lack of appetite.
- Bouts of drowsiness or sleeplessness.
- Unsteady gait.
- Nausea and body pain.
- Spending long hours in toilet.
- Telling lies.
- Losing interest in job or in extra-curricular activities.
- Increasing demand for money/stealing.
- Keeping tablets, capsules, scorched tinfoil, cigarettes, syringes, etc.

WHAT PARENTS SHOULD DO

- Caring for your children, spending time with them.
- Keep an interest in child's activities & his friends.
- Talk to them and trust them, find out the root cause of worries of your child, encourage children to admit their drug habit.
- Share with spouse.
- Consult with doctor and overcome drug addiction through treatment and counseling.
- Set an example yourself by not abusing drugs.

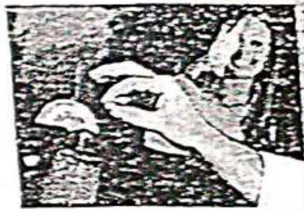
WHAT STUDENT SHOULD DO

- Always resist peer pressure. Always say "No" to Drugs.
- Drugs are not "cool" . Decide yourself.
- Girl students should be cautious while taking drinks containing "date rape drugs" like Rohypnol at rave parties, etc.
- Report drug abuse or trafficking to your school/college principal or police.

WHAT TEACHERS SHOULD DO

- Check vendors and hawkers around the school/college.
- Sudden drop in performance should arouse suspicion.
- Random checks in hostel rooms.
- Dissemination of information on drugs.
- Organize events periodically to keep the campaign against drug abuse alive like observing of "International day against drug abuse and illicit trafficking" on 26th June every year.

Listen FIRST



Cannabis
Normally smoked or taken orally
Street name :
Hash, Charas, Ganja, Marijuana

Opium/Heroin
Normally smoked snorted, or injected
Street name :
Apheem
Brown sugar
Smack

Cocaine
Normally sniffed, or Injected
Street name :
Coke,
Snow, Crack

Party drugs
Taken orally
Name :
Amphetamines (Ice),
Ecstacy (MDMA "E"),
L.S.D. (ACID TRIP)
Mephedrone (Meow-Meow), MCAT,
N-Bomb, Cacao

Prescription drugs
Taken orally or Injected
Name :
Buprenorphine, Pentazocine
Diazepam Alprazolam morphine
Cough syrups,
Codeine,
Zolpidem etc.

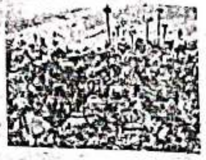
Inhalants
Normally Sniffed
Name :
Glue, Nailpolish,
Correction fluid,
Spray paint etc.

CamScanner

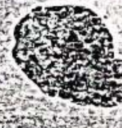
नशीले पदार्थों के दुरूपयोग के हानिकारक प्रभाव

- संक्रामक बीमारियां और स्वास्थ्य खराब होना ।
- एच आई वी / एड्स ।
- स्कूल / कॉलेज से अनुपस्थित रहना ।
- नौकरी / आमदनी की क्षति ।
- निराशा या खराब सेहत के कारण मौत हो सकती है ।
- नशीले पदार्थों का व्यसनी, चोरी, बलात्कार, हत्या जैसे अपराध कर सकता है।

नशीले पदार्थों के दुरूपयोग के लक्षण



- मूड / स्वभाव में अचानक बदलाव आना ।
- भूख न लगना ।
- उनींदेपन या अनिन्द्रा के दौरे आना ।
- चाल डगमगाना ।
- शरीर में दर्द रहना और उबकाई आना ।
- शौचालय में घंटों बिताना ।
- झूठ बोलना ।
- नौकरी या खेलकूद व मनोरंजक गतिविधियों में रूचि ना होना ।
- पैसे की बढ़ती मांग करना / चोरी करना ।
- कैप्सूल, टैबलेट, जले हुए टिन की पन्नी, सिगरेट, सुई या सिरिंज आदि रखना ।

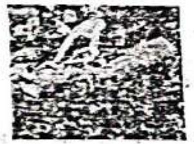


अभिभावकों को क्या करना चाहिए

- अपने बच्चों पर ध्यान दें, उनके साथ समय बिताएं ।
- बच्चे और उसके साथियों की गतिविधियों में दिलचस्पी लें ।
- उनसे बातचीत करें और उन पर विश्वास रखें, अपने बच्चे की व्याकुलताओं का मूल कारण ढूंढे, बच्चों को हौसला दें कि वे अपनी नशे की आदत को स्वीकार करें ।
- पति / पत्नी से इस बात को साझा करें ।
- डॉक्टर से परामर्श करें और इलाज से और परामर्श से नशे की लत से छुटकारा दिलाएं ।
- स्वयं नशीले पदार्थों का दुरूपयोग न करके अपना उदाहरण पेश करें ।

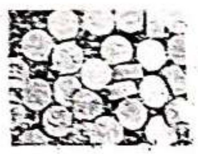
विद्यार्थियों को क्या करना चाहिए

- सदैव साथियों के दबाव का विरोध करें । हमेशा ही "नशीले पदार्थों को ना" कहें ।
- ड्रग्स 'कूल' या 'सही' नहीं होते है । स्वयं निर्णय करें ।
- छात्राएं पेय पदार्थ लेते समय रोहीपनोल जैसे "डेट–रेप ड्रग्स" के प्रति सावधान रहें ।
- नशीले पदार्थों के दुरुपयोग या अवैध व्यापार के बारे मे अपने स्कूल / कॉलेज व पुलिस को रिपोर्ट करें ।



शिक्षकों को क्या करना चाहिए

- स्कूल / कॉलेज के आसपास विक्रेताओं तथा फेरीवालों की समय– समय पर जांच करें ।
- छात्रों के प्रदर्शन में अचानक गिरावट आने पर शक के दायरे में लाना चाहिए।
- होस्टल के कमरों की समय–समय पर अचानक जांच करें ।
- नशीले पदार्थों के बारे में सूचना का प्रसार करें ।
- प्रत्येक वर्ष 26 जून को "नशीले पदार्थों के दुरुपयोग एवं अवैध व्यापार के विरुद्ध अन्तर्राष्ट्रीय दिवस" के रूप में मनाए जाते जैसे कार्यक्रम समय समय पर आयोजित करते रहें ताकि नशीले पदार्थों के विरुद्ध अभियान सक्रिय रखा जा सके ।



कैनाबिस
सामान्यतया कश लगाकर / या मुख द्वारा लेना
प्रचलित नाम:
हेश, चरस, गांजा, मारिजुआना

अफीम / हेरोइन
सामान्यतया कश लगा कर, फूँक मारकर या सुई लगाकर लेना
प्रचलित नाम
अफीम, ब्राउन शुगर, स्मैक

कोकीन
सामान्यतया सूंघ कर या सुई लगा कर लेना
प्रचलित नाम:
कोक, स्नो, क्रैक

पार्टियों में इस्तेमाल नशीले पदार्थ
मुख से लेना
नाम :
ऐम्फेटामाइन (आइस)
एक्सटैसी (एम डी एम ए 'ई'),
एल एस डी (एसिड ट्रिप),
मैफेडाड्रोन (म्याऊं–म्याऊं) एमकैट

नुस्खा दवाएं
मुख से या सुई लगाकर लेना
नाम :
स्पास्मो–प्रोक्सीवोन / ब्यूप्रिनोर्फिन / डाइजेपैम
एल्प्राजोलेम
खाँसी के सिरप आदि

सांस द्वारा नशीले पदार्थ लेना
सामान्यतया सूंघ कर लेना
नाम :
गोंद, नेलपॉलिश, करेक्शन फ्लूइड, स्प्रे पेंट आदि

CS CamScanner