

अखिल विश्व गायत्री परिवार

शांतिकुंज हरिद्वार व्यसन मुक्त भारत अभियान

परम पूज्य गुरुदेव एवं परम वंदनीया गुरु माताजी के सूक्ष्म संरक्षण में अखिल विश्व गायत्री परिवार अपने प्रारंभिक काल से यज्ञ आयोजन के माध्यम से देव दक्षिण के रूप में नशा रूपी दुष्प्रवृत्ति को त्यागने एवं एक सद्गुण अपनाने की प्रेरणा प्रदान करता रहा है। इसी निरंतर प्रयास से आज गायत्री परिवार करोड़ नशा मुक्ति श्रेष्ठ व्यक्तियों का विश्व परिवार बन गया है। मानवीय शक्ति को व्यसन से बचकर सृजन में लगाने का महान अभियान संसार में गतिमान है। इस आंदोलन को जन आंदोलन बनाने हेतु एक संक्षिप्त कार्य योजना प्रस्तुत है:-

जन-जागरण

घर-घर संपर्क

- प्रत्येक स्वयंसेवक प्रतिदिन 2-4 परिवारों से संपर्क करें।
- परिवार के युवाओं की स्थिति का सर्वेक्षण करें।
- नशे के दुष्परिणामों पर संक्षिप्त चर्चा करें।
- सहमत होने पर व्यसन-मुक्ति संकल्प पत्र भरवाएं।

जनसंवाद गोष्ठियां

- ग्राम, वार्ड, कॉलोनी स्तर पर छोटी बैठकें।
- डॉक्टर, मनोवैज्ञानिक, पुलिस अधिकारी और व्यसन छोड़ चुके व्यक्तियों को बुलाना।
- वास्तविक उदाहरणों के माध्यम से समझाना।
- विश्वविद्यालय / महाविद्यालयों में संगोष्ठियाँ।

नुक्कड़ नाटक

- शराब, तंबाकू, ड्रग्स से बर्बाद परिवारों की कहानी।
- बाजार, बस अड्डा, विद्यालय, साप्ताहिक हाट में प्रदर्शन।

दीवाल लेखन

- दीवारों पर व्यसन मुक्ति के वाक्य लेखन।
- सार्वजनिक स्थानों पर स्लोगन पेंटिंग एवं घर / दुकान / संस्थानों में स्टीकर अभियान।

विद्यालय एवं महाविद्यालय अभियान

- उद्बोधन / भाषण / संगोष्ठी एवं संकल्प
- Ppt प्रस्तुति एवं संकल्प
- फिल्म प्रदर्शन एवं संकल्प
- एलबम दिखाना एवं संकल्प
- प्रदर्शनी भ्रमण एवं संकल्प
- विद्यालय परिसर में व्यसन मुक्ति रैली आयोजन

संस्कृति मण्डल का गठन / क्लब बनाना

- प्रत्येक विद्यालय/कॉलेज में संस्कृति मण्डल बनाना।
- 10-20 छात्रों की टीम तैयार करना।

प्रतियोगिताएं – नशा मुक्ति विषय पर निम्नलिखित प्रतियोगिताएं :-

- निबंध
- भाषण
- पोस्टर
- कविता
- लघु फिल्म / रील्स / विडिओ
- वाद-विवाद

व्याख्यान – प्रेरक व्याख्यान के विषय :-

- नशे का प्रभाव विधीयर्थी जीवन पर
- नशे का प्रभाव स्वास्थ्य पर
- नशे का प्रभाव परिवार पर
- नशे का प्रभाव समाज पर
- नशे का प्रभाव राष्ट्र पर

एंटी-ड्रग एम्बेसडर बनाना :-

- प्रत्येक कक्षा से एक छात्र ।
- जागरूकता फैलाने की जिम्मेदारी ।
- नशे के संपर्क मे आए विद्यार्थियों की कॉउन्सलिंग कराना ।

युवाओं के लिए सकारात्मक विकल्प

नशे से बचाओ सृजन मे लगाओ

- व्यसन मुक्ति साहित्य विस्तार

विद्यार्थियों द्वारा रचनात्मक कार्य, जिससे वो नशे के चंगुल से बचे रहें -

- विद्यालयों में बाल पुस्तक मेला
- वृक्षारोपण
- स्वच्छता
- स्वाध्याय मण्डल
- बाल संस्कार शाला
- जल शुद्धि
- आदर्श ग्राम योजना
- युवा जोड़ों

फिटनेस अभियान

- योग- व्यायाम केंद्र संचालन

- सूर्य नमस्कार / प्रज्ञा योग
- व्यायाम
- प्राणायाम

नशा मुक्त व्यक्ति क्या करे

- नशा मुक्ति के लिए दूसरों को प्रेरित करें
- नियमित ध्यान / प्राणायाम / गायत्री मंत्र का जप / आसान - मानसिक बल की वृद्धि के लिए
- नशा मुक्ति के सेमीनार / सत्र आयोजित करें और सक्रिय भूमिका निभाएं
- रचनात्मक कार्य की जिम्मेदारी लें जैसे - बाल संस्कार शाला, जल शुद्धि, आदर्श ग्राम योजना, युवा जोड़ों, वृक्षारोपण, आदर्श ग्राम योजना आदि

धार्मिक एवं सांस्कृतिक माध्यम

मंदिर, गुरुद्वारा, मस्जिद, चर्च सहयोग

- धार्मिक नेताओं से व्यसन विरोधी संदेश हेतु प्रार्थना।
- कथा एवं सत्संग में व्यसन त्याग पर विशेष प्रवचन।

सांस्कृतिक कार्यक्रम

- गीत
- नाटक
- कवि सम्मेलन
- लोकगीत

महिला शक्ति को जोड़ना

- मातृशक्ति अभियान में महिलाओं की बैठकें।
- परिवार बचाने में महिलाओं की भूमिका।
- मातृ संकल्प - घर में किसी प्रकार का नशा नहीं आने देंगे।

महिला निगरानी समूह

- गांव स्तर पर।
- नशेड़ी द्वारा घरेलू हिंसा से महिलाओं का बचाव

चिकित्सा एवं परामर्श व्यवस्था

- सहयोगी दवा (आयुर्वेद/होमीओपैथी)
- निःशुल्क स्वास्थ्य शिविर – फेफड़े, लीवर, रक्तचाप, मधुमेह जांच

काउंसलिंग सेंटर

- मानसिक समर्थन।
- हेल्पलाइन - व्यसन छोड़ने वालों के लिए।

पुनर्वास सहयोग

- नशा मुक्ति केंद्रों से संपर्क।

प्रशासनिक सहयोग

पुलिस विभाग

- नशीली वस्तुओं की उपलब्धता को सीमित करना / रोकना
- ड्रग सप्लाय की सूचना एवं दंडात्मक कार्यवाई।
- स्कूलों के आसपास निगरानी।

जिला प्रशासन / सरकार

- प्रशासन / के सहयोग से व्यसन मुक्त भारत अभियान को आगे बढ़ाना।

पंचायत सहयोग

- ग्राम सभा प्रस्ताव:
"हमारा गांव व्यसन मुक्त गांव"

सोशल मीडिया अभियान

व्हाट्सएप

- प्रतिदिन एक संदेश।

फेसबुक

- प्रेरक वीडियो।

यूट्यूब

- छोटे डॉक्यूमेंट्री वीडियो।

इंस्टाग्राम रील

- 30-60 सेकंड संदेश।

विशेष अभियान दिवस

- विश्व तंबाकू निषेध दिवस
- अंतरराष्ट्रीय नशा विरोधी दिवस
- युवा दिवस
- स्वतंत्रता दिवस
- गणतंत्र दिवस

इन अवसरों पर विशेष कार्यक्रम।

व्यसन मुक्त भारत स्वयंसेवक की दैनिक कार्ययोजना

प्रतिदिन:

- 2-4 परिवारों से संपर्क

- 2-5 युवाओं से व्यक्तिगत चर्चा
- 1 सोशल मीडिया पोस्ट
- 1 प्रेरक वीडियो साझा
- 1 व्यसनग्रस्त व्यक्ति से संवाद

साप्ताहिक:

- 1 बैठक
- 1 नुक्कड़ नाटक
- 1 विद्यालय कार्यक्रम

मासिक:

- रैली
- स्वास्थ्य शिविर
- संकल्प समारोह
- समीक्षा बैठक

6 माह की चरणबद्ध योजना

प्रथम माह

- सर्वेक्षण एवं टीम निर्माण

द्वितीय माह

- विद्यालय एवं कॉलेज अभियान

तृतीय माह

- ग्राम एवं वार्ड जनजागरण

चतुर्थ माह

- स्वास्थ्य एवं परामर्श शिविर

पंचम माह

- व्यसन मुक्त ग्राम अभियान

षष्ठम माह

- विशाल संकल्प समारोह एवं समीक्षा

उपरोक्त कार्यक्रमों से संबंधित मार्गदर्शन, आवश्यक प्रचार सामग्री एवं गतिविधियों की रिपोर्टिंग हेतु इस QR कोड को स्कैन करें :-

युवा प्रकोष्ठ शांतिकुंज

मो- 9258360652

व्हाट्सप्प – 9258360962

ईमेल – youthcellshantikunj@awgp.org

वेबसाईट - www.awgp.org

