صحت مند اسکول: والدین کے لئے مشورے

مانع منشیات تعلیمی سیکشن، ایجوکیشن بیورو کے ذریعے شائع کردہ
جنوری 2014 ایڈیشن (دوسرا ایڈیشن)

منشیات کے استعمال سے پرہیز کا آغاز گھر سے ہوتا ہے

مسٹرگورنگ گنیش، ہانگ کانگ میں رہنے والے ایک نیپالی کو 16سال کی عمر منشیات کی عادت پڑ گئی۔ انہوں نے ایک سال کے بعد ان کو ترک کرنے کا فیصلہ کیا لیکن انہیں اپنے مقصد میں کامیاب ہونے میں 14 سال سے زائد کا عرصہ لگا۔ اب وہ بحالی اور جرم سے پرہیز کی سوسائٹی، ہانگ کانگ میں ایک ہم خیال معلم ہیں۔ وہ منشیات کے علاج کے حوالے فراہم کرنے کی خاطرمنشیات کے نیپالی استعمال کنندگان تک پہنچنے میں مدد کرتے ہیں۔

مسٹر گنیش کے مطابق، غیر چینی لوگوں میں منشیات کے استعمال کا ظہور اتنا عام نہیں، اور یہ آبادی کے ایک تھوڑے سے تناسب میں پایا جاتا ہے۔ ان کے مشاہدات کے مطابق، ہانگ کانگ کے غیر چینی نوجوانوں میں گانجا ار کھانسی کا شربت سب سے زیادہ استعمال ہونے والی منشیات ہیں۔ انہوں نے یہ بھی بیان کیا کہ نیپال جیسے ممالک میں گانجے کو ایک 'تہواری نشہ' تصور کیا جاتا ہے – یعنی، روایتی طور پر، بعض نیپالی لوگ تہواری رسومات میں گانجا پینے کو قابل قبول خیال کرتے ہیں، اگرچہ یہ غیر قانونی ہے۔ انہوں نے یہ بھی کہا کہ کھانسی کےشربت کو حاصل کرنا کیٹامین ار میتھامفٹامین کی نسبت زیادہ آسان اور سستا ہے۔

ان کے خیال کے مطابق، بچوں اور نوجوانوں کے منشیات کا سامنا کرنے اور ان کے مسائل حل کرنے کی ذمہ داری والدین پر عائد ہوتی ہے۔ خاندان منشیات کے استعمال کے خلاف مدافعت کا ذریعہ ہے اور ایسی جگہ ہے جہاں منشیات سے مؤثر پرہیز کی جا سکتی ہے۔ والدین اس بارے میں مزید معلومات حاصل کر سکتے ہیں کہ وہ کیا اور کیسے کرتے رہتے ہیں اور بچوں کو اپنا پیار اور نگہداشت محسوس کروا سکتے ہیں۔ مختصر یہ کہ، محبت ہی منشیات کے خلاف بہترین طریقہ ہے۔ خاندانی شفقت کے فقدان سے نوجوانوں کے کج رو ہمجولیوں سے وابستہ ہونے کا خطرہ بڑھ سکتا ہے، اس طرح منشیات کی ترغیب کا سامنا کرنے کے امکانات میں اضافہ ہو سکتا ہے۔

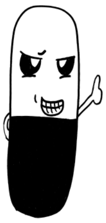
انہوں نے یہ بھی کہا کہ " اچھا رابطہ دو طرفہ ہوتا ہے۔ والدین اور بچوں کو ایک دوسرے سے اپنی محبت چھپانے کی ضرورت نہیں۔ والدین بھی اپنے بچوں کے لئے اپنے احساسات، زد پذیر جذبات اور احترام دکھا سکتے ہیں اور انہیں ایسا کرنا چاہئے۔ اپنے بچوں کو اپنی پریشانیوں اور زندگی کی مشکلات کے بارے میں بتانے سے نہ ڈریں۔" انہوں نے مزید کہا ، " جہاں تک میری بات ہے، دن کے اختتام پر میں چاہے کتنا تھکا ہوا ہوں پھر بھی میں دن کے دوران ہونے والی باتوں میں اپنے بیٹے کو شریک کرنے کے لئے وقت صرف کروں گا اور یہی کام وہ کرے گا۔ میں اسے بتانا چاہتا ہوں کہ میں اس کے ساتھ باتیں کرنے کے لئے موجود ہوں۔" مزید برآں، مسٹر گنیش نے یہ تجویز بھی دی کہ والدین کو چاہئے کہ اپنے بچوں کے ساتھ مختلف سرگرمیوں میں شریک ہوں۔ اپنے بچوں کے ساتھ ایک پُر خلوص گھریلو ماحول پیدا کرنے سے ان کے لئے منشیات کے استعمال کے خطرات خاطر خواہ طور پر کم ہو جاتے ہیں۔

ماخوذ از کمیونٹی ڈرگ ایڈوائزری کونسل(CADC)، 2013 کے "والدین کی تعلیم برائے منشیات کا کتابچہ"

(اس کتابچے کی سرپرستی ہانگ کانگ کی کمیٹی برائے یونیسیف نے کی ہے)

منشیات کے بحال شدہ استعمال کنندگان کے ساتھ ذاتی طور پر بات چیت کرنے کے لئے براہ مہربانی ((CADC سے 2521 یا 2880 پر یا enquiry@cdac.org.hk پر رابطہ کریں

enquiry@cdac.org.hk



گیمز

ہانگ کانگ میں مندرجہ ذیل مقبول منشیات کے ناموں کے بارے میں اندازہ لگائیں:

1. "ہانگ کانگ کا پیسہ"
2. "K"
3. "برف"
4. "میو میو"
5. "گانجا"

اشارہ:

- بھنگ
- کوکین
- کیتھینون سے ماخوذ مرکبات
- کیٹامین
- ہیروئن

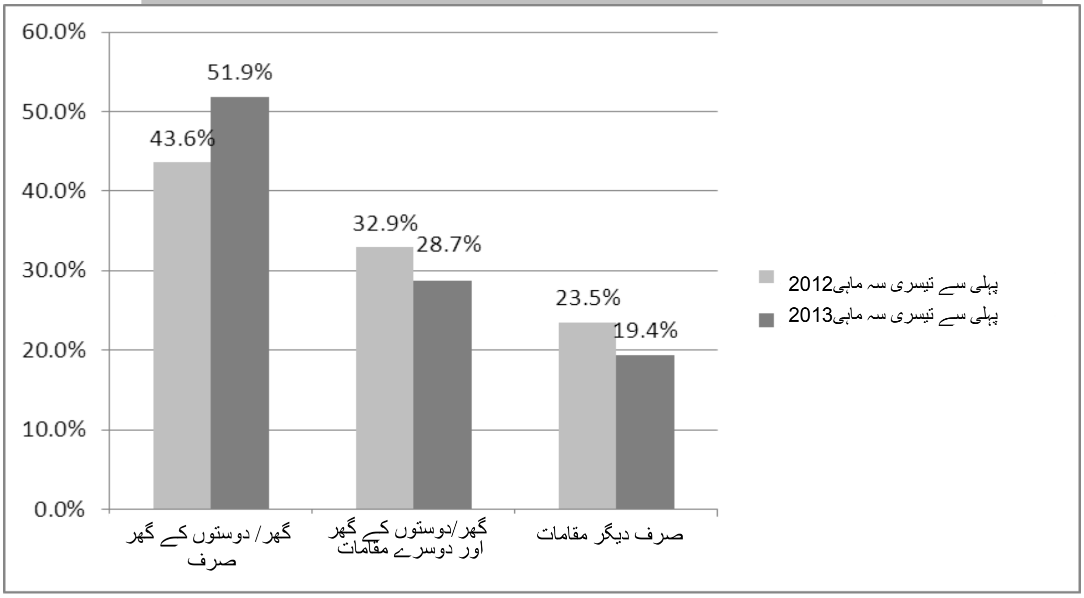
6. یہ کیا ہے؟؟

جوابات صفحہ 4 پر دیکھیں

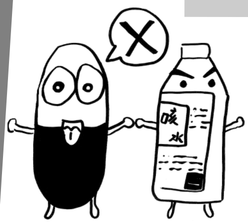
ذریعہ: مرکزی رجسٹری برائے استعمال منشیات، نارکوٹکس ڈویژن برائے سیکوریٹی بیورو
(اعدادوشمار برائے پہلی سے تیسری سہ ماہی 2013)

نوجوانوں میں منشیات کے استعمال کی تازہ ترین صورت حال

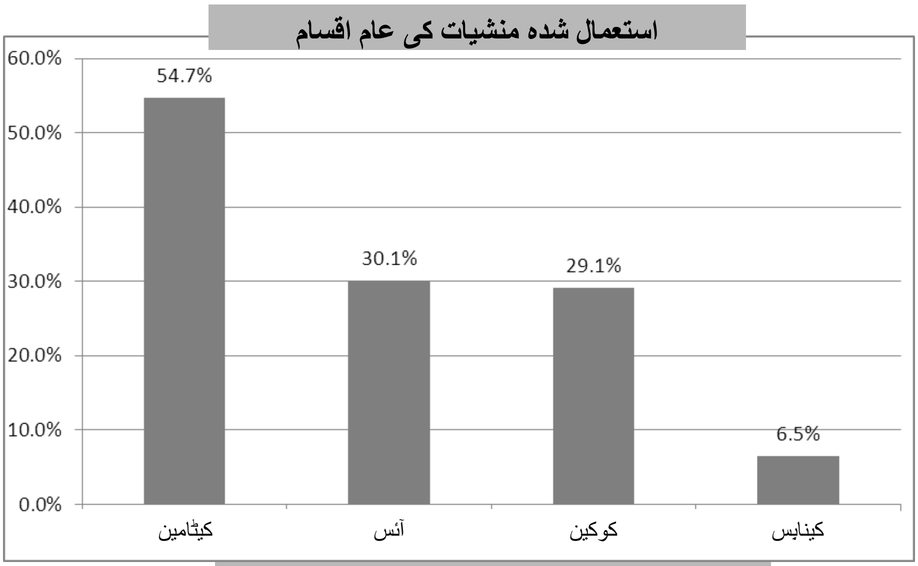
21 سال سے کم عمر کے نوجوانوں کے لئے منشیات استعمال کرنے کا مقام



- اعداد و شمار سے منشیات کے پوشیدہ استعمال کا پتہ چلا ہے۔ منشیات استعمال کرنے والے بیشتر نوجوانوں نے گھر پر منشیات استعمال کرنے کا انتخاب کیا۔
- منشیات کے مبینہ نئے استعمال کرنے والوں کا اوسط وقت 2008 میں1.9 سال سے بڑھ کر 2013 کی پہلی تین سہ ماہیوں میں 4.6 سال ہو گیا۔

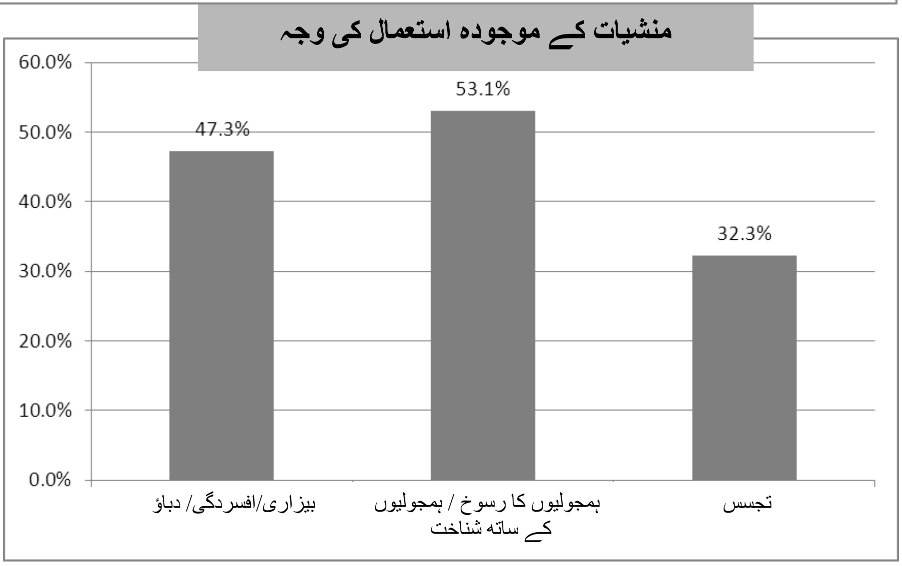


21 سال سے کم عمر کے منشیات استعمال کرنے والوں رہائشی ضلعوں کے لحاظ سے فیصد

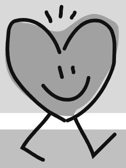


پہلی بار منشیات استعمال کرنے کی اوسط عمر

مرد	15 سالہ
عورت	14 سالہ



- استعمال کی جانے والی منشیات میں کیٹامین سب سے مقبول رہی
- زیادہ تر 15 – 14 سالہ ٹین ایجر نوجوان دوسری سے تیسری ثانوی جماعت میں پڑھ رہے ہوتے ہیں. والدین کو چاہئے کہ اپنے بچوں کی پرورش کے لئے ایک مرکزی کردار ادا کریں، خصوصاً جب وہ جونیر ثانوی سطح پر ہوں، اور انہیں مناسب رہنمائی فراہم کریں۔
- منشیات استعمال کرنے کی سب سے عام وجہ ہمجولیوں کا رسوخ تھا۔



کیا میرا بچہ منشیات استعمال کر رہا ہے؟

یاد رکھیں کہ پُر سکون رہیں، ایک اچھے سامع بنیں اور اپنے بچوں پر تنقید کرنے سے پرہیز کریں. پیشہ ور ماہرین سے مدد حاصل کریں

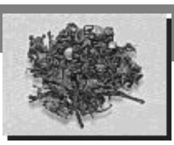
*اگر مسائل کا کوئی اشارہ آپ کی نظر میں آئے، تو براہ مہربانی اپنے بچے کے ساتھ آرام سے بات کریں اور پیشہ ور ماہرین سے مدد حاصل کرنا یاد رکھیں۔

- اسکول سے غیر وضاحت شدہ غیر حاضری اور تعلیمی کارکردگی میں پیچھے رہ جانا۔
- اکثر بہت زیادہ دیر تک گھر سے باہر رہنا
- گھر سے طویل یا اکثر حاضری
- زیادہ جیب خرچ کا مطالبہ کرنا اور پیسہ خرچ کرنے کے ناقص جواز دینا
- گھر اور اسکول سے چوری کرنا
- غیر معمولی طویل وقفوں کے لئے اپنے کمرے/ بیت الخلاء میں بیٹھے رہنا
- بھوک میں کمی اور مشتبہ طور پر کام کرنا
- مزاج میں اچانک تبدیلیاں، تنک مزاجی، غصہ، عداوت، تنہائی کا احساس،خلل دماغی یا افسردگی
- اسکول یا خاندان کی سرگرمیوں میں دلچسپی نہ رکھنا
- منشیات کی اشیاء (گولیاں، کھاسی کے شربت کی ببوتلیں،سرنجیں، ٹن کی پنی، چمچ، نلکیاں، وغیرہ)

ذریعہ: نارکوٹکس ڈویژن آف دی سیکوریٹی بیورو

ہانگ کانگ میں منشیات؟

بھنگ



عام نام: "گانجا"، "حشیش"، "گھاس"

اثرات اور خطرات:

- ہذیان
- تنک مزاجی اور جلد غصے میں آجانا
- ناقص ہم آہنگی
- سانس کی بیماری
- کینسر کے خطرے میں اضافہ
- عادی ہونا
- ارتکاز میں کمی اور ناقص یادداشت اور فہم
- افسردگی اور دوسروں کے بارے میں انتہائی شبہ

کوکین

عام نام: "سی"، "کوک"، "کریک"، "فلیک"، "سنو یا برف"، "کوکو"

اثرات اور خطرات:

- عادی ہونا
- سانس کی نالیوں کا نقصان
- خبط
- وسوسے بھرا دماغی ہیجان
- ناقص یادداشت
- سراسیمگی
- ہذیان
- عارضۂ قلب

بھنگ کی گولیاں

حال ہی میں، پولیس کے علم میں آیا ہے کہ دکانوں پر پُر کشش طور پر پیک کی ہوئی بھنگ کی گولیاں فروخت ہوتی ہیں جن میں دراصل کوئی منشیات نہیں ہوتیں۔ تاہم، قانون برائے خطرناک منشیات(Cap134)کے مطابق، خطرناک منشیات کی غیر قانونی ترسیل ایک مجرمانہ فعل ہے۔ سزا یابی پر، زیادہ سے زیادہ $500,000 جرمانہ اور سات سال کی قید کی سزا سنائی جا سکتی ہے۔

مدد حاصل کرنا

186 186
ٹیلیفون انکوائری سروس برائے مانع منشیات خدمت

مانع منشیات ٹیلیفون خدمت کی ہاٹ لائن جس میں پیشہ ور سماجی کارکن موجود ہوتے ہیں۔ یہ منشیات استعمال کرنے والوں، ان کے والدین اور ہمسایوں کے لئے مدد حاصل کرنے کا ایک متبادل راستہ فراہم کرتی ہے

خلیات کو متاثر کرنے والی منشیات استعمال کرنے والوں کے لئے 11 مشاورتی مراکز

تنگ واہ ہسپتالوں کا گروپ – CROSS گروپ

مرکزی مغربی، جنوبی اور جزیروں کا دفتر (مرکزی مغربی، جنوبی اور جزیروں کے اضلاع) ٹیلیفون: 2884 0282

مشرقی اور وان چائی دفتر (مشرقی اور وان چائی اضلاع) ٹیلیفون: 2884 0282

ہانگ کانگ لوتھرن سوشل سروس

ایور گرین لوتھرن سنٹر (کوون تونگ ضلع) ٹیلیفون: 2712 0097

رین بو لوتھرن سنٹر (وونگ تائی سین اور سائی کنگ اضلاع) ٹیلیفون: 2330 8004

چئیر لوتھرن سنٹر (تائی پو اور شمالی اضلاع) ٹیلیفون : 2660 0400

ہانگ کانگ کرسچن سروس

– PS33شم شات سوئی سنٹر (کولون شہر اور یا سم مونگ اضلاع) ٹیلیفون: 2368 8269

– PS33 شام شوئی پو سنٹر (شام سوئی پو ضلع) ٹیلیفون: 3572 0673

ہانگ کانگ چلڈرن اور یوتھ سروسز سین سنٹر (سیون وان اور کوائی سِنگ اضلاع) ٹیلیفون: 2402 1010

کاری تاس HUGS سنٹر (تیون مون ضلع) ٹیلیفون: 2453 7030

ایوانجلیکل لوتھرن چرچ ہانگ کنگ، اینلائنٹ سنٹر (یوئن لانگ ضلع) ٹیلیفون: 2446 9226

ہانگ کانگ شینگ کنگ ہوئی ویلئیر کونسل نیو ہورائزن (شا ٹِن ضلع) ٹیلیفون: 8202 1313

جوابات:

1. ہانگ کانگ کا پیسہ (ہیروئن)
2. کے (کیٹامین)
3. سنو (کوکین)
4. میو میو (کیتھینون سے ماخوذ مرکبات)
5. گانجا (بھنگ)
6. آئس یعنی برف استعمال کرنے کے لئے گھر میں بنایا ہوا

ویب کے نسخے کے لئے، براہ مہربانی صحت مند اسکول کی پالیسی کے صفحے کو ملاحظہ کریں، http://www.edb.gov.hk/hsp