नशा मुक्त भारत अभियान

नई किरण नशा मुक्ति केंद्र, राजकीय डूंगर महाविद्यालय, बीकानेर

लोकसंकल्प

नशे की सामाजिक स्वीकृति के विरुद्ध जनआंदोलन

नशे को नहीं, संस्कारों को सामाजिक स्वीकृति

लोकसंकल्प युवा क्लब एवं विद्यालय परिवर्तन मॉडल

मेरा गांव – मेरा परिवार – मेरा संकल्प – नशामुक्त समाज

---

loksankalp.org

लोकसंकल्प युवा क्लब एवं विद्यालय परिवर्तन मॉडल

विद्यालयों, महाविद्यालयों और युवाओं के माध्यम से नशामुक्त एवं नेतृत्वपूर्ण समाज निर्माण

आवरण संदेश

“यदि हमें भविष्य बदलना है, तो युवाओं को बदलना होगा।”

“यदि युवाओं को बदलना है, तो विद्यालयों को परिवर्तन का केंद्र बनाना होगा।”

“लोकसंकल्प का विश्वास है कि हर विद्यालय एक नशामुक्ति, नेतृत्व और सामाजिक परिवर्तन केंद्र बन सकता है।”

विषय-सूची

	प्रस्तावना	3
1	अध्याय 1 : लोकसंकल्प युवा क्लब क्या है?	3
2	अध्याय 2 : युवा क्लब क्यों आवश्यक हैं?	3
3	अध्याय 3 : युवा क्लब के प्रमुख उद्देश्य	3
4	अध्याय 4 : युवा क्लब की संरचना	3
5	अध्याय 5 : क्लब की मासिक गतिविधियाँ	4
6	अध्याय 6 : नशामुक्ति और जीवन कौशल	4
7	अध्याय 7 : करियर और कौशल विकास	4
8	अध्याय 8 : खेल और नशामुक्ति	5
9	अध्याय 9 : सोशल मीडिया का सकारात्मक उपयोग	5
10	अध्याय 10 : युवा और मानसिक स्वास्थ्य	5
11	अध्याय 11 : विद्यालय आधारित सामाजिक परिवर्तन मॉडल	5
12	अध्याय 12 : युवा क्लब और ग्राम लोकसंकल्प समिति	6
13	अध्याय 13 : वार्षिक युवा संकल्प दिवस	6
14	अध्याय 14 : लोकसंकल्प युवा क्लब संकल्प	6
	हमारा लक्ष्य	6
	युवा क्लब मंत्र	6
	समापन संदेश	7

www.loksankalp.org

प्रस्तावना

भारत दुनिया के सबसे युवा देशों में से एक है। आज की युवा पीढ़ी अभूतपूर्व अवसरों और चुनौतियों के दौर से गुजर रही है।

एक ओर डिजिटल क्रांति, नई तकनीकें, उद्यमिता और वैश्विक अवसर हैं, तो दूसरी ओर बेरोजगारी, मानसिक तनाव, सोशल मीडिया का दबाव, उद्देश्यहीनता और नशे का बढ़ता आकर्षण भी मौजूद है।

लोकसंकल्प मानता है कि नशे की समस्या को केवल कानून या उपचार के माध्यम से नहीं समझा जा सकता। युवाओं को स्वस्थ, सुरक्षित और सकारात्मक अवसरों से जोड़ना भी उतना ही आवश्यक है। WHO के किशोर कल्याण ढाँचे में भी परिवार, विद्यालय, समुदाय, कौशल, शिक्षा, रोजगार और सामाजिक जुड़ाव को युवाओं के समग्र विकास के महत्वपूर्ण आधार माना गया है।

इसी उद्देश्य से लोकसंकल्प युवा क्लब की अवधारणा प्रस्तुत की जा रही है।

1 अध्याय 1 : लोकसंकल्प युवा क्लब क्या है?

लोकसंकल्प युवा क्लब विद्यालय, महाविद्यालय या गांव स्तर पर गठित ऐसा समूह है जो युवाओं को—

नेतृत्व | सामाजिक सेवा | नशामुक्ति जनजागरण | कौशल विकास | खेल | पर्यावरण संरक्षण | सामुदायिक सहभागिता

से जोड़ता है।

2 अध्याय 2 : युवा क्लब क्यों आवश्यक हैं?

युवा खाली समय नहीं, सार्थक अवसर चाहते हैं।

जब युवाओं को सकारात्मक मंच नहीं मिलते तो वे—

भटकाव | नकारात्मक संगति | डिजिटल व्यसन | जोखिमपूर्ण व्यवहार | नशे

की ओर आकर्षित हो सकते हैं।

इसके विपरीत, जब युवाओं को उद्देश्य, नेतृत्व और सहभागिता के अवसर मिलते हैं तो उनमें आत्मविश्वास, सामाजिक जिम्मेदारी और सकारात्मक पहचान विकसित होती है।

3 अध्याय 3 : युवा क्लब के प्रमुख उद्देश्य

1. नशामुक्त जीवन शैली को बढ़ावा देना
2. युवाओं में नेतृत्व विकसित करना
3. जीवन कौशल विकसित करना
4. सामाजिक जिम्मेदारी की भावना बढ़ाना
5. युवाओं को अवसरों से जोड़ना
6. ग्राम एवं विद्यालय विकास में योगदान देना

4 अध्याय 4 : युवा क्लब की संरचना

संरक्षक

प्रधानाचार्य / वरिष्ठ शिक्षक

समन्वयक

एक शिक्षक

छात्र नेतृत्व टीम

अध्यक्ष | उपाध्यक्ष | सचिव | सह सचिव

सदस्य

विद्यार्थी | युवा स्वयंसेवक | पूर्व विद्यार्थी

5 अध्याय 5 : क्लब की मासिक गतिविधियाँ

प्रत्येक माह कम से कम एक गतिविधि आयोजित की जाए।

संभावित गतिविधियाँ

- ✔ नशामुक्ति संवाद
- ✔ करियर मार्गदर्शन
- ✔ खेल प्रतियोगिता
- ✔ पुस्तक चर्चा
- ✔ पर्यावरण अभियान
- ✔ डिजिटल साक्षरता कार्यशाला
- ✔ व्यक्तित्व विकास कार्यक्रम
- ✔ ग्राम स्वच्छता अभियान

6 अध्याय 6 : नशामुक्ति और जीवन कौशल

अनुसंधान बताते हैं कि निर्णय लेने की क्षमता, आत्मविश्वास, भावनात्मक संतुलन और समस्या समाधान कौशल युवाओं को जोखिमपूर्ण व्यवहारों से बचाने में सहायक होते हैं। विद्यालय ऐसे कौशल विकसित करने के महत्वपूर्ण मंच हैं।

आवश्यक जीवन कौशल

- ✔ निर्णय लेने की क्षमता
- ✔ संवाद कौशल
- ✔ नेतृत्व
- ✔ तनाव प्रबंधन
- ✔ टीमवर्क
- ✔ आत्मनियंत्रण
- ✔ लक्ष्य निर्धारण

7 अध्याय 7 : करियर और कौशल विकास

लोकसंकल्प मानता है कि अवसरों का अभाव भी कई बार युवाओं में निराशा और भटकाव को बढ़ा सकता है।

विद्यालय क्या करें?

- ✔ करियर मार्गदर्शन सत्र
- ✔ प्रतियोगी परीक्षा जानकारी
- ✔ स्थानीय रोजगार अवसरों की जानकारी
- ✔ उद्यमिता प्रेरणा
- ✔ डिजिटल कौशल प्रशिक्षण

युवाओं को प्रेरित करें

नौकरी खोजने के साथ-साथ रोजगार सृजक बनने के लिए।

स्थानीय संसाधनों से उद्यम शुरू करने के लिए।

कृषि आधारित नवाचार अपनाने के लिए।

www.loksankalp.org

8 अध्याय 8 : खेल और नशामुक्ति

खेल युवाओं को—

अनुशासन · आत्मविश्वास · धैर्य · टीम भावना

सिखाते हैं।

प्रत्येक विद्यालय

कम से कम एक नियमित खेल गतिविधि को युवा क्लब से जोड़े।

9 अध्याय 9 : सोशल मीडिया का सकारात्मक उपयोग

आज का युवा डिजिटल दुनिया में जीता है।

समस्या सोशल मीडिया नहीं, उसका अनियंत्रित और नकारात्मक उपयोग है।

www.loksankalp.org

युवा क्लब क्या करे?

- ✔ प्रेरक सामग्री साझा करे
- ✔ कौशल विकास संसाधन साझा करे
- ✔ नशामुक्ति संदेश फैलाए
- ✔ सफलता कहानियाँ प्रकाशित करे

सावधान रहें

- ✗ नशे का महिमामंडन
- ✗ झूठी सफलता संस्कृति
- ✗ ऑनलाइन ठगी
- ✗ घृणा और हिंसा फैलाने वाली सामग्री

10 अध्याय 10 : युवा और मानसिक स्वास्थ्य

आज अनेक युवा—

चिंता · तनाव · अकेलापन · असफलता का डर

महसूस करते हैं।

संयुक्त राष्ट्र और WHO दोनों इस बात पर बल देते हैं कि युवाओं का कल्याण केवल मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं से नहीं, बल्कि परिवार, मित्रों, खेल, शिक्षा, सामुदायिक जुड़ाव और सार्थक अवसरों से भी जुड़ा हुआ है।

युवा क्लब क्या करे?

- ✔ खुला संवाद
- ✔ मित्र सहयोग समूह
- ✔ प्रेरक बैठकें
- ✔ खेल और सांस्कृतिक गतिविधियाँ
- ✔ सहायता सेवाओं की जानकारी

11 अध्याय 11 : विद्यालय आधारित सामाजिक परिवर्तन मॉडल

विद्यालय केवल पढ़ाई का स्थान नहीं है।

यह सामाजिक परिवर्तन की प्रयोगशाला है।

विद्यालय की भूमिका

- ✔ विद्यार्थियों को जागरूक बनाना
- ✔ लोकसंकल्प गतिविधियों का संचालन

- ✔ अभिभावकों को जोड़ना
- ✔ ग्राम समिति से समन्वय
- ✔ सफलता कहानियों का संकलन

12 अध्याय 12 : युवा क्लब और ग्राम लोकसंकल्प समिति

दोनों मिलकर कार्य करें।

युवा क्लब	युवा शक्ति
ग्राम समिति	सामुदायिक शक्ति

जब दोनों जुड़ते हैं तो परिवर्तन अधिक स्थायी बनता है।

13 अध्याय 13 : वार्षिक युवा संकल्प दिवस

प्रत्येक वर्ष विद्यालय में एक विशेष कार्यक्रम आयोजित किया जाए।

कार्यक्रम में

- ✔ युवा नेतृत्व सम्मान
- ✔ नशामुक्ति शपथ
- ✔ सफलता कहानियाँ
- ✔ खेल एवं सांस्कृतिक कार्यक्रम
- ✔ उत्कृष्ट स्वयंसेवकों का सम्मान

www.loksankalp.org

14 अध्याय 14 : लोकसंकल्प युवा क्लब संकल्प

> **"हम नशामुक्त, जिम्मेदार, कौशलयुक्त और नेतृत्वपूर्ण युवा समाज के निर्माण हेतु कार्य करेंगे। हम स्वयं सकारात्मक जीवन मूल्यों का पालन करेंगे और अपने विद्यालय, गांव तथा समाज में स्वस्थ वातावरण निर्माण में सक्रिय भूमिका निभाएंगे।"**

हमारा लक्ष्य

- हर विद्यालय में युवा क्लब
- हर गांव में युवा नेतृत्व
- हर युवा के लिए अवसर
- हर परिवार के लिए संवाद
- हर समुदाय के लिए सकारात्मक दिशा

युवा क्लब मंत्र

> **"नशा नहीं, लक्ष्य।"**

> **"भटकाव नहीं, नेतृत्व।"**

> **"व्यसन नहीं, कौशल।"**

> **"निराशा नहीं, अवसर।"**

> **"युवा जागेगा, समाज बदलेगा।"**

समापन संदेश

लोकसंकल्प का विश्वास है कि नशामुक्त समाज केवल नशे के विरोध से नहीं बनेगा।

वह तब बनेगा जब—

- युवाओं को अवसर मिलेंगे,
- विद्यालय नेतृत्व विकसित करेंगे,
- परिवार संवाद बढ़ाएंगे,
- समुदाय सहयोग करेगा,

और हर युवा अपने जीवन का उद्देश्य पहचानेगा।

यही लोकसंकल्प युवा क्लब की मूल भावना है।

www.loksankalp.org

मेरा गांव – मेरा परिवार – मेरा संकल्प – नशामुक्त समाज।

लोकसंकल्प — नशे की सामाजिक स्वीकृति के विरुद्ध जनआंदोलन।

जय हिन्द।

www.loksankalp.org

loksankalp.org · X @loksankalp26 · Facebook /LokSankalp26 · Instagram @loksankalp26

वेबसाइट पर जाने के लिए स्कैन करें

loksankalp.org

द्वारा

प्रोफ़ेसर श्यामसुन्दर ज्याणी

(संयुक्त राष्ट्र द्वारा भूमि संरक्षण के सर्वोच्च सम्मान “लैंड फॉर लाइफ अवार्ड” से सम्मानित)

संयोजक

नई किरण नशा मुक्ति केंद्र
राजकीय डूंगर महाविद्यालय, बीकानेर

www.familialforestry.org
X: @habitathealer · F: @habitathealer · Insta: @habitat_healer

पुस्तिका डिज़ाइन : Communication Department, Familial Forestry Mission

copyright loksankalp.org