

ਦਫਤਰ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਜਨਰਲ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ-ਕਮ-ਸਟੇਟ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਡਾਇਰੈਕਟਰ

ਸਮੱਗਰਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਭਿਆਨ ਅਥਾਰਟੀ (ਪੰਜਾਬ)

ਵਿੱਦਿਆ ਭਵਨ, ਈ ਬਲਾਕ, ਪੰਜਵੀ ਮੰਜ਼ਿਲ, ਫੇਜ਼-8, ਐਸ.ਏ.ਐਸ. ਨਗਰ, ਪੰਜਾਬ

ਵੱਲ

1. ਸਮੂਹ ਜਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫਸਰ (ਸੈ.ਸਿੱ./ਐ.ਸਿੱ.)
2. ਸਮੂਹ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਜਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਸੰਸਥਾਵਾਂ (ਨੋਟਿਸ ਬੋਰਡ ਰਾਹੀਂ)
3. ਸਮੂਹ ਸਕੂਲ ਮੁੱਖੀ (ਵੈਬਸਾਇਟ ਰਾਹੀਂ)

ਮੀਮੇ ਨੰ. ਸਮੱਗਰਾ/ਪਲਾਨ/2024/139138 ਮਿਤੀ: 11.06.2024

ਵਿਸ਼ਾ: ਸਮੂਹ ਸਕੂਲਾਂ/ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਤੰਬਾਕੂ ਫਰੀ ਕਰਨ ਸਬੰਧੀ।

- 1.0 ਉਪਰੋਕਤ ਵਿਸ਼ੇ ਸਬੰਧੀ ਆਪ ਨੂੰ ਲਿਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਕੂਲਾਂ/ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਤੰਬਾਕੂ ਮੁਕਤ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਅਨੁਸਾਰ ਦਿਸਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਸਕੂਲਾਂ ਵੱਲੋਂ ਕਰਨੀ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਈ ਜਾਵੇ:-
- ਸਕੂਲ/ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਮੁੱਖ ਗੇਟ ਕੋਲ ਬਾਹਰੀ ਦੀਵਾਰ ਤੇ 'ਤੰਬਾਕੂ ਮੁਕਤ ਸਕੂਲ'/'ਤੰਬਾਕੂ ਮੁਕਤ ਸੰਸਥਾ' ਦਾ ਬੋਰਡ ਲਗਾਇਆ ਜਾਵੇ।
 - ਸਕੂਲ/ਵਿਦਿਅਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਤੇ 100 ਗਜ਼ ਦੇ ਘੇਰੇ ਅੰਗਰ ਤੰਬਾਕੂ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀ ਵਿਕਰੀ ਦੀ ਮਨਾਹੀ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਇਸ ਸਬੰਧੀ Annexure A ਅਨੁਸਾਰ ਜਰੂਰੀ ਸੰਕੇਤ (sinage) ਸਕੂਲ ਦੇ ਮੁੱਖ ਗੇਟ ਅਤੇ ਬਾਹਰੀ ਦੀਵਾਰਾਂ ਤੇ ਦਰਸਾਏ ਜਾਣ।
 - ਸਕੂਲ/ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਅਹਾਤੇ (ਕੈਂਪਸ) ਅੰਦਰ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ, ਅਧਿਆਪਕ, ਹੋਰ ਸਕੂਲ ਸਟਾਫ਼ ਅਤੇ ਬਾਹਰੋਂ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤੰਬਾਕੂ ਉਤਪਾਦ ਦਾ ਸੇਵਨ ਨਹੀਂ ਕਰਨਗੇ।
 - ਇਸ ਸਬੰਧੀ Annexure B ਅਨੁਸਾਰ 'No Smoking Area – Smoking Here is an Offence' ਤੰਬਾਕੂਨੋਸ਼ੀ ਮੁਕਤ ਖੇਤਰ – ਇੱਥੇ ਤੰਬਾਕੂਨੋਸ਼ੀ ਕਰਨਾ ਅਪਰਾਧ ਹੈ' ਦੇ 60x30 ਸੈ.ਮੀ. ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਬੋਰਡ ਸਕੂਲ/ਹੋਸਟਲ ਦੇ ਅਹਾਤੇ ਅੰਦਰ ਦਰਸਾਏ ਜਾਣ।
 - ਤੰਬਾਕੂ ਦੇ ਸਿਹਤ ਉੱਤੇ ਪੈਂਦੇ ਬੁਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਿੱਤ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ Annexure C ਅਨੁਸਾਰ ਪੋਸਟਰ ਲਗਾਏ ਜਾਣ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਇਸ ਕਾਰਜ ਲਈ ਪੋਸਟਰ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।
 - ਸਕੂਲ/ਸੰਸਥਾ ਵਿੱਚ ਤੰਬਾਕੂ ਕੰਟਰੋਲ ਐਕਟ ਕਮੇਟੀ ਬਣਾਈ ਜਾਵੇ ਜਿਸ ਵਿੱਚ DPE/Physical Education Lecturer/PTI ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਅਧਿਆਪਕ, ਸਕੂਲ ਕਾਉਂਸਲਰ (ਜੇਕਰ ਉਪਲੱਬਧ ਹੋਵੇ), NSS/NCC ਸਕਾਊਟ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ, ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 2 ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਮਾਪੇ, ਮਿਊਂਸਪਲ ਕਾਉਂਸਲਰ/ਪੰਚ, ਪੀ.ਆਰ.ਆਈ. ਦਾ ਮੈਂਬਰ ਆਦਿ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਹੋਣਗੇ। ਇਸ ਕਮੇਟੀ ਦਾ ਚੇਅਰਮੈਨ ਸਕੂਲ/ਸੰਸਥਾ ਦਾ ਮੁੱਖੀ ਹੋਵੇਗਾ।

ਇਸ ਕਮੇਟੀ ਦੀ ਮੀਟਿੰਗ ਐਸ.ਐਮ.ਸੀ./ਪਸਵਕ ਕਮੇਟੀ ਦੀ ਮੀਟਿੰਗ ਨਾਲ ਹੀ ਕਰ ਲਈ ਜਾਵੇ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਪ੍ਰੋਗਰੈਸ ਦੇ ਵੇਲੇ ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਤੇ ਵੀ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।

- ਸਕੂਲ/ਸੰਸਥਾ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਚੱਲ ਰਹੇ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਵਿੱਚ ਤੰਬਾਕੂ ਨਿਯੰਤਰਣ ਸਬੰਧੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਕਰਵਾਈ ਦੀ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।
 - ਸਕੂਲ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ/ਅਧਿਆਪਕਾਂ/ਹੋਰ ਸਟਾਫ ਵੱਲੋਂ ਤੰਬਾਕੂ ਵਿਰੋਧੀ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਕੰਮਾਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ/ਸੰਸਥਾ ਮੁੱਖੀ, ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਦੁਆਰਾ ਉਤਸਾਹਿਤ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਸਬੰਧਤ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਸ਼ਸਾ ਪੱਤਰ ਦਿੱਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- 2.0 ਆਪ ਵੱਲੋਂ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਤੰਬਾਕੂ ਕੰਟਰੋਲ ਐਕਟ ਦੇ ਦਿਸਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਸਬੰਧੀ ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਏਜੰਡਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।
- 3.0 ਆਪ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੇ ਜਿਲ੍ਹੇ ਅਧੀਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਕੂਲਾਂ ਦੀ ਇੰਨਸਪੈਕਸ਼ਨਾਂ ਦੌਰਾਨ ਚੈੱਕ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਕਿ ਸਕੂਲਾਂ ਵੱਲੋਂ ਤੰਬਾਕੂ ਦੀ ਹਦਾਇਤਾਂ ਅਤੇ Cotpa Act 2003 ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।
- 4.0 ਆਪ ਨੂੰ ਇਸ ਦਫਤਰ ਦੇ ਪੱਤਰ ਨੰ. ਸਮੱਗਰਾ/ਪਲਾਨ/2024/133343 ਮਿਤੀ 30.05.2024 ਰਾਹੀਂ ਜਾਰੀ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਈ ਜਾਵੇ।

**ਡਿਪਟੀ ਸਟੇਟ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਡਾਇਰੈਕਟਰ,
ਸਮੱਗਰਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਭਿਆਨ ਪੰਜਾਬ।**


ਜਥੂਲ, ਕਾਲਜ ਅਤੇ ਹੋਰ ਵਿਦਿਅਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦਾ ਬਾਹਰ ਲੰਗਣ ਯੋਗ ਸਾਈਨਿੰਗ ਬੋਰਡ:



ਤੰਬਾਕੂ ਰਹਿਤ ਸੰਸਥਾ

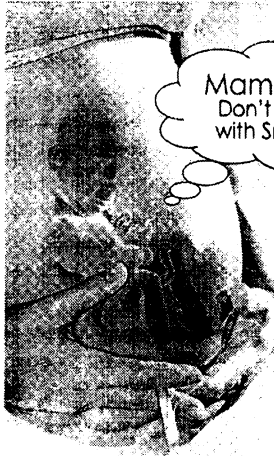
ਇਸ ਸਕੂਲ / ਵਿਦਿਅਕ ਸੰਸਥਾ ਦੀ ਚਾਰ ਦੀਵਾਰੀ ਤੋਂ 100 ਗਜ਼ ਦੇ ਘੇਰੇ ਅੰਦਰ ਸਿਗਰੇਟ ਅਤੇ ਹੋਰ ਤੰਬਾਕੂ ਉਤਪਾਦ ਵੇਚਣਾ ਸਜ਼ਾਯੋਗ ਅਪਰਾਧ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ 200/- ਟੱਕ ਜੁਰਮਨਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

Section 4 Signage

Design of the signage	Specification of the board
 <p data-bbox="371 828 801 897">No Smoking Area - Smoking Here is an Offence</p>	<ol data-bbox="834 654 1253 1030" style="list-style-type: none"><li data-bbox="834 654 1253 700">1. The board shall be of a minimum size of 60 cm by 30 cm of white background<li data-bbox="834 700 1253 828">2. it shall contain a circle of no less than 15 cm outer diameter with a red perimeter of no less than 3 cm wide with a picture, in the centre, of a cigarette or beedi with black smoke and crossed by a red band<li data-bbox="834 828 1253 906">3. The width of the red band across the cigarette shall equal the width of the red perimeter<li data-bbox="834 906 1253 1030">4. The board shall contain the warning "No Smoking Area - Smoking Here is an Offence", in English or one Indian language, as applicable.



ਮਾਂ ਮੈਨੂੰ ਦੁੱਧ ਨਾਲ ਤੰਬਾਕੂ ਦਾ ਧੂਆਂ ਨਾ ਪਿਲਾਓ



Mamma!
Don't feed me
with Smoke!

Give your Child
Smoke Free Present,
Healthy Future!

WOMEN WHO SMOKE:

- experience delay in conception
- have 20% higher risk of being infertile
- may have spontaneous abortions

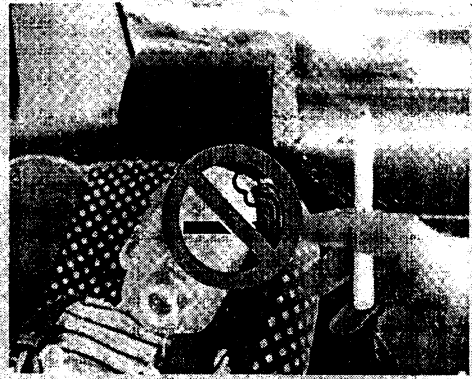
BABIES BORN TO WOMEN WHO SMOKE DURING PREGNANCY ARE:

- at a 30% higher risk of being born premature
- more likely to be born with low birth weight
- 1.4 to 3 times more likely to die of Sudden Infant Death Syndrome (SIDS)
- more likely to be still born babies



ਨੈਸ਼ਨਲ ਹੈਲਥ ਮਿਸ਼ਨ
(ਤੰਬਾਕੂ ਕੰਟਰੋਲ ਸੈਲ)

ਸਿਹਤ ਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਭਲਾਈ ਵਿਭਾਗ, ਪੰਜਾਬ



ਪੇਸ਼ਿਵ ਸਮੋਕਿੰਗ-
ਤੰਬਾਕੂ ਨੋਸ਼ੀ ਦੇ ਧੂਏਂ ਨਾਲ
ਤੰਬਾਕੂ ਨਾ ਪੀਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਉਤਨਾ ਹੀ ਨੁਕਸਾਨ
ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਤਨਾ ਤੰਬਾਕੂ ਨੋਸ਼ੀ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।



ਨੈਸ਼ਨਲ ਹੈਲਥ ਮਿਸ਼ਨ
(ਤੰਬਾਕੂ ਕੰਟਰੋਲ ਸੈਲ)

ਸਿਹਤ ਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਭਲਾਈ ਵਿਭਾਗ ਪੰਜਾਬ



ਤੰਬਾਕੂ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਬਿਮਾਰੀਆਂ :

ਕੋਸਰ



ਮੂੰਹ ਦਾ ਕੋਸਰ



ਫੇਫੜੇ ਦਾ ਕੋਸਰ

ਜ਼ਿਆਦਾ ਚੌਖਮ ਰੋਗ

- ਚਿਰਕਾਲਿਕ ਸਵਸ਼ਨ ਸਬੰਧੀ ਰੋਗ, ਦਮ੍ਹੁ ਅਤੇ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਇਨਫੇਕਸ਼ਨ
- ਕੋਰੋਨਰੀ ਦਿਲ ਰੋਗ
- ਫੇਫੜੇ ਦਾ ਕੋਸਰ



ਸਮਕਰ ਗੀਗਰਿਨ ਫੇਫੜੇ ਦਾ ਕੋਸਰ

ਚਿਰਕਾਲਿਕ ਰੋਗ

ਅਭਿਘਾਤ

ਕੋਰੋਨਰੀ ਦਿਲ ਰੋਗ
ਨਿਮੋਨੀਆ

ਚਿਰਕਾਲਿਕ ਅਵਰੁੱਧ ਪਲਮੋਨਰੀ ਰੋਗਾਂ, ਦਮ੍ਹੁ ਅਤੇ ਵਸਨ ਸਬੰਧੀ ਹੋਰ ਪ੍ਰਭਾਵ

ਨਿਪੁੰਨਸੁਕਤਾ

ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਸਿਹਤ ਤੇ ਪੈਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਭਾਵ

- ਪ੍ਰਜਣਨਤਾ ਵਿੱਚ ਭਾਮੀ
- ਵਾਰ-ਵਾਰ ਗਰਭਪਾਤ,
- ਨਵਜੰਮੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਘੱਟ ਵਜ਼ਨ, ਮਰੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਜਨਮ,
- ਗੁਪਤ ਅੰਗ ਦਾ ਕੋਸਰ

ਸੈਕਿਡ ਹੋਣ ਸਮੇਂ ਕਿੰਗ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ

ਬੱਚੇ

- ਮਧਿਅਕਰਨ ਰੋਗ
- ਵਸਨੀਆ ਰੋਗ
- ਫੇਫੜੇ ਦੀ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਗਤੀ ਘੱਟ ਹੋਣਾ
- ਦਮ੍ਹੁ
- ਬੱਚੇ ਦੀ ਅਚਾਨਕ ਮੌਤ
- ਐਸ.ਆਈ.ਡੀ. ਐਸ



ਵਿਆਕਤੀ

ਅਭਿਘਾਤ

ਕੋਰੋਨਰੀ ਦਿਲ ਰੋਗ
ਫੇਫੜੇ ਦਾ ਕੋਸਰ

ਚਿਰਕਾਲਿਕ ਸਵਸ਼ਨ ਸਬੰਧੀ ਰੋਗ, ਦਮ੍ਹੁ ਅਤੇ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਇਨਫੇਕਸ਼ਨ

ਜ਼ਿਆਦਾ ਚੌਖਮ ਵਾਲੇ ਰੋਗ

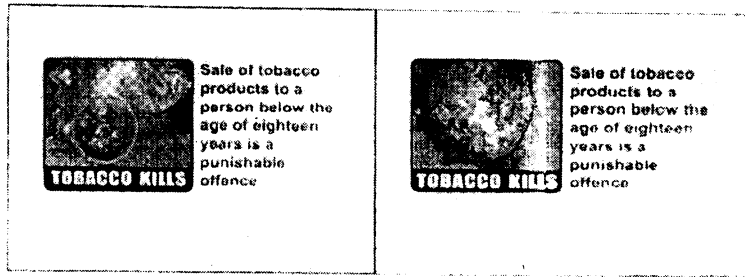
- ਚਿਰਕਾਲਿਕ ਸਵਸ਼ਨ ਸਬੰਧੀ ਰੋਗ, ਦਮ੍ਹੁ ਅਤੇ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਇਨਫੇਕਸ਼ਨ
- ਕੋਰੋਨਰੀ ਦਿਲ ਰੋਗ
- ਫੇਫੜੇ ਦਾ ਕੋਸਰ
- ਐਸ.ਆਈ.ਡੀ. ਐਸ

ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਸਿਹਤ ਤੇ ਪੈਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਭਾਵ

- ਪ੍ਰਜਣਨਤਾ ਵਿੱਚ ਕਮੀ
- ਵਾਰ-ਵਾਰ ਗਰਭਪਾਤ, ਨਵਜੰਮੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਘੱਟ ਵਜ਼ਨ, ਮਰੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਜਨਮ, ਗੁਪਤ ਅੰਗ ਦਾ ਕੋਸਰ

Section 6(a) Signage:- to be displayed at all Points of Sale

1. The Board shall be of a minimum size of 60 cm by 30cm of white back ground
2. The Board shall contain the warning "sale of tobacco products to a person below the age of eighteen years is a punishable offence", in Indian language (s) as applicable and a pictorial depiction of the ill effects of tobacco use on health



Section 6(b) Signage:-

<h3>तम्बाकू मुक्त शिक्षण संस्थान</h3>	
<p>इस शिक्षण के 100 मज (300 फुट) के दायरे में किसी भी तरह के तम्बाकू उत्पाद बेचना कानूनन (कोटपा, 2003 की धारा 6 वीं के अंतर्गत) अपराध है।</p> <p>(उल्लंघनकर्ता को रु० 200-न दो रों रु०) तक का जुर्माना किया जायेगा)</p> <p style="text-align: center;"><i>आदेशानुसार</i></p> <p>शिक्षण संस्थान के मुख्य का नाम</p> <p>शिक्षण संस्थान का नाम</p>	