



राष्ट्रीय किशोर स्वास्थ्य कार्यक्रम (आरकेएसके) उत्तर प्रदेश के अंतर्गत किशोर स्वास्थ्य आउटरीच गतिविधियों हेतु मासिक थीम कैलेंडर

नशावृत्ति अथवा नशीले पदार्थों का सेवन मोबाइल फोन / इंटरनेट का अत्याधिक प्रयोग **नवम्बर**

माह के स्वास्थ्य विषयक
दिवस:
मधुमेह दिवस / बाल दिवस
14 नवम्बर



- ❌ किसी प्रकार की लत जैसे फोन, गेमिंग, अन्य के लिए मदद और थेरेपी लेना
- ❌ किशोरों में नशीले पदार्थों का सेवन
- ❌ नशावृत्ति: खतरे के संकेत
- ❌ शारीरिक और भावनात्मक स्वास्थ्य पर मादक / नशीले पदार्थों के सेवन का प्रभाव
- ❌ रोकथाम के उपाय - "ना" कहना सीखें
- ❌ इंटरनेट के सुरक्षित इस्तेमाल को प्रोत्साहन
- ❌ मोबाइल फोन के अत्याधिक उपयोग से होने वाले दुष्प्रभाव

मानसिक स्वास्थ्य के परामर्श हेतु टेली-मानस के टोल फ्री नंबर 14416 पर संपर्क करें

मुख्य चिकित्सा अधिकारी

जिला स्वास्थ्य समिति
जनपद _____

जिला अधिकारी