<u>ഭരണഭാഷ – മാതൃഭാഷ</u>

പൊതുവിദ്യാഭ്യാസ ഡയറക്ടറുടെ
കാര്യാലയം (ഹയർ സെക്കന്ററി
വിഭാഗം), ന്യൂ ബിൽഡിംഗ്സ്,
ഉള്ളൂർ ലൈൻ, ജഗതി, തിരുവനന്തപുരം
cgacdhse@gmail.com
ഫോൺ നമ്പർ-0471-2580737

സി.ജി&എ.സി-2/26540/2025/എച്ച്.എസ്.ഇ. **തീയതി: 17-12-2025**

<u>പരിപത്രം</u>

വിഷയം:- പൊ.വി.വ – ഹ.സെ.വി – സി.ജി & എ.സി – **സൗഹൃദ പവർ ബ്രിഗേഡ്** - സംബന്ധിച്ച്.

സൂചന :- GO(Rt)No.3860/2025/GEDN തീയ്യതി 16-06-2025

ഹയർ സെക്കന്ററി വിദ്യാർത്ഥികളുടെ സമഗ്ര ഉന്നമനത്തിനായി സൗഹൃദ പവർ ബ്രിഗേഡ് എന്ന പേരിൽ ഒരു കൂട്ടായ്മ സൗഹൃദ ക്ലബ്ബിന്റെ ആഭിമുഖ്യത്തിൽ പൈലറ്റ് പ്രോഗ്രാമായി ഈ വർഷം തന്നെ 14 ജില്ലകളിൽ നിന്നുമായി തിരഞ്ഞെടുത്ത 140 സ്കൂളുകളിൽ ആരംഭിക്കുന്നതാണ്. സൗഹൃദ പവർ ബ്രിഗേഡിൽ 5 ദളങ്ങളിലായി (ഗ്രൂപ്പുകൾ) 25 വിദ്യാർത്ഥികളാണ് ഓരോ സ്കൂളിൽ നിന്നും അംഗങ്ങളായി ഉണ്ടാവുക. വിവിധ ബ്രിഗേഡുകളുടെ വിശദാംശങ്ങൾ ചുവടെ ചേർക്കുന്നു.

1. Anti Drug Brigade
2. Safety Brigade
3. Road safety Brigade
4. Digital Wellness Brigade
5. Mentoring Brigade

ഓരോ ദളങ്ങൾ 20 വീതം മണിക്കൂർ ആകെ 100 മണിക്കൂർ പ്രവർത്തനമാണ് ഒരു വർഷം നടത്തേണ്ടത്. എന്നാൽ 2025-26 അധ്യയനവർഷം 10 മണിക്കൂർ വീതം 50 മണിക്കൂർ പ്രവർത്തനങ്ങൾ നടത്തിയാൽ മതിയാകും.2026 ജൂൺ 30 നകമാണ് ഈ വർഷത്തെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ പൂർത്തിയാകേണ്ടത്. ഒരു ദളത്തിന്റെ പ്രവർത്തനത്തിന് 2000 രൂപ വെച്ച് മൊത്തം 10,000 രൂപയാണ് തിരഞ്ഞെടുത്ത ഒരു സ്കൂളിന് അനുവദിക്കുന്നത്. പവർ ബ്രിഗേഡ് പ്രോഗാമിന്റെ നടത്തിപ്പ് സംബന്ധിച്ച് വിശദമായ പ്ലാനും തിരഞ്ഞെടുത്ത സ്കൂളുകളുടെ ലിസ്റ്റും ഇതോടൊപ്പം ഉള്ളടക്കം ചെയ്യുന്നു.

LIST OF SCHOOLS SELECTED FOR SOUHRIDA POWER BRIGADE

SI.NO	SCHOOL NAME	SCHOOL CODE	DISTRICT
1	GGHSS, Cottonhill, Tvm	1002	THIRUVANANTHAPURAM
2	GGHSS Pattom, Tvm	1021	THIRUVANANTHAPURAM
3	St. Joseph Boys HSS, Tvm	1059	THIRUVANANTHAPURAM
4	GGHSS Nedumangad	1009	THIRUVANANTHAPURAM
5	GMBHSS Attingal	1001	THIRUVANANTHAPURAM
6	GHSS Vettoor	1017	THIRUVANANTHAPURAM
7	NSSHSS Madavoor	1174	THIRUVANANTHAPURAM
8	Govt. Model HSS Venganoor	1152	THIRUVANANTHAPURAM
9	Victory VHSS Nemom	1176	THIRUVANANTHAPURAM
10	GHSS Marayamuttam	1043	THIRUVANANTHAPURAM
11	GHSS Sooranad (School code: 2022)	2022	KOLLAM
12	GHSS Puthoor (School code: 2034)	2034	KOLLAM
13	GBHSS Kottarakkara (School code: 2005)	2005	KOLLAM
14	Taluk Samajam HSS Punalur (School code: 2071)	2071	KOLLAM
15	GHSS Chithara (School code: 2105)	2105	KOLLAM
16	GHSS Anchal East (School code: 2118)	2118	KOLLAM
17	Krist Raj HSS Kollam (School code: 2056)	2056	KOLLAM
18	Boys HSS Karunagappally	2075	KOLLAM
19	GHSS Kulsekarapuram (School code: 2006)	2006	KOLLAM
20	GHSS Chavara (School code: 2001)	2001	KOLLAM
21	Balikamadom HSS Thiruvalla	3017	PATHANAMTHITTA
22	DBHSS Kavumbhagam, Tvla	3029	PATHANAMTHITTA
23	NSS HSS Adoor	3030	PATHANAMTHITTA
24	SNDPHSS Chenneerkkara	3032	PATHANAMTHITTA
25	DBHSS Parumala	3035	PATHANAMTHITTA
26	NSS HSS Pandalam	3039	PATHANAMTHITTA
27	MTHSS Pathanamthitta	3045	PATHANAMTHITTA
28	TMGHSS Peringanad	3074	PATHANAMTHITTA
29	MRSLBVGHSS Vaipur	3076	PATHANAMTHITTA
30	DBHSS Thakazhy	4054	ALAPPUZHA
31	St. George HSS Muttar	4067	ALAPPUZHA

32	MKAM HSS Pallana	4125	ALAPPUZHA
33	NRPM HSS Kayamkulam	4056	ALAPPUZHA
34	VVHSS Thamarakulam	4042	ALAPPUZHA
35	GGHSS Harippad	4023	ALAPPUZHA
36	KVS HSS Muthukulam	4070	ALAPPUZHA
37	SNHSS Poochakkal, Cherthala	4046	ALAPPUZHA
38	TDHSS, Thuravoor	4027	ALAPPUZHA
39	NSS HSS Karuvatta	4038	ALAPPUZHA
40	MGGHSS Pala	5006	KOTTAYAM
41	CMS HSS Melukavu	5045	KOTTAYAM
42	St. Thomas HSS Pala	5054	KOTTAYAM
43	St. Mary's HSS Manarkad	5035	KOTTAYAM
44	J M HSS Vakathanam	5038	KOTTAYAM
45	GHSS Edakkunnam	5028	KOTTAYAM
46	A M HSS Kalaketty	5084	KOTTAYAM
47	CKM HSS Koruthodu	5047	KOTTAYAM
48	St. Mary's HSS Vallakom	5141	KOTTAYAM
49	SMV NSS HSS Kallara	5051	KOTTAYAM
50	Govt. HSS Anakkara	6069	IDUKKI
51	Govt. HSS Vellathooval	6011	IDUKKI
52	Govt. HSS Kallar	6003	IDUKKI
53	Dr. APJ Abdul Kalam Govt. HSS Thodupuzha	6010	IDUKKI
54	St. George’s HSS Vazhathope	6023	IDUKKI
55	St. Mary’s HSS Kaliyar	6018	IDUKKI
56	St. Xavier’s HSS Chemmanar	6034	IDUKKI
57	St. Joseph’s HSS Karimanvoor	6019	IDUKKI
58	St. George’s HSS Kattappana	6026	IDUKKI
59	St. Mary’s HSS Murickassery	6025	IDUKKI
60	St. Thomas HSS Malayattoor	7086	ERNAKULAM
61	GHSS Muppathadam	7155	ERNAKULAM
62	GHSS Maneed	7166	ERNAKULAM
63	GHSS Pezhakkappilly	7154	ERNAKULAM
64	St Peters HSS Kolenchery	7089	ERNAKULAM
65	VCS HSS Puthenvelikkara	7041	ERNAKULAM
66	Darul Uloom HSS Pulleppady	7071	ERNAKULAM
67	SN HSS Okkai	7064	ERNAKULAM
68	HMYHSS Kottuvallikkad	7083	ERNAKULAM
69	GHSS Kallil Methala	7156	ERNAKULAM
70	GHSS Aluva	7014	ERNAKULAM
71	GMBHSS Thrissur	8012	THRISSUR
72	GHSS Pazhayanoor	8041	THRISSUR
73	VRAMMHSS, Thaikkad	8187	THRISSUR
74	RMHSS Aloor	8054	THRISSUR
75	SDVHSS Peramangalam	8173	THRISSUR
76	UHSS Annanad	8182	THRISSUR

77	GHSS Cheruthurithy	8015	THRISSUR
78	Deepthy HSS Thaloor	8174	THRISSUR
79	Chaldean Syrian HSS Thrissur	8055	THRISSUR
80	LBSMHSS Avittathur	8069	THRISSUR
81	T.R.K. HSS Vaniyamkulam	9043	PALAKKAD
82	Mundur HSS Mundur PO	9136	PALAKKAD
83	KPRP HSS Kongad	9139	PALAKKAD
84	Anangannadi HSS PO Panamanna	9152	PALAKKAD
85	MNKM Govt. HSS Pulapatta	9011	PALAKKAD
86	Polachirackal HSS Padagiri Nelliyampathy	9132	PALAKKAD
87	Govt. HSS Big Bazaar Palakkad	9015	PALAKKAD
88	GHSS Mezhathur	9026	PALAKKAD
89	Karnakayamman HSS Palakkad	9164	PALAKKAD
90	Kalladi HSS Kumaramphathoor	9046	PALAKKAD
91	NNMHSS Chelembra	11041	MALAPPURAM
92	GHSS Pulamathole	11016	MALAPPURAM
93	HMYHSS Manjery	11050	MALAPPURAM
94	DUOHSS Pookarathara	11053	MALAPPURAM
95	GHSS Palappetty	11148	MALAPPURAM
96	GHSS Othukkunngal	11022	MALAPPURAM
97	GHSS Kottappuram	11023	MALAPPURAM
98	MSNSS HSS Chakkalakuthu	11216	MALAPPURAM
99	GHSS Moothedathu)	11009	MALAPPURAM
100	JNR HSS Edavanna	11079	MALAPPURAM
101	Govt. Sanskrit HSS Meppayil Vadakara	10013	KOZHIKKODE
102	Vadakkumpad HSS Paleri PO Paleri Town Kozhikode	10162	KOZHIKKODE
103	Govt. HSS Orkatteri Kozhikode	10029	KOZHIKKODE
104	Mohammed Ali Joha HSS Elettil Kozhikode	10067	KOZHIKKODE
105	Markaz EM HSS Karanthur	10129	KOZHIKKODE
106	HSS Pavandoor Kozhikode	10031	KOZHIKKODE
107	Govt. Achuthan Girls HSS Calicut Kozhikode	10105	KOZHIKKODE
108	Savio HSS Devagiri Kozhikode	10048	KOZHIKKODE
109	AKKR HSS for Girls Chellannur Kozhikode	10065	KOZHIKKODE
110	Govt. HSS Chorodi Kozhikode	10028	KOZHIKKODE
111	GHSS Thrissilery	12031	WAYANAD
112	GHSS Koleri	12036	WAYANAD
113	Sarvodhaya HSS Echome	12056	WAYANAD
114	GMHSS Vellamunda	12007	WAYANAD
115	GHSS Meenangadi	12002	WAYANAD
116	SKMJ HSS Kalpetta	12020	WAYANAD

117	GHSS Anappara	12037	WAYANAD
118	GHSS Neervaram	12041	WAYANAD
119	GHSS Vythiri	12039	WAYANAD
120	GHSS Padinjaratha	12008	WAYANAD
121	Govt. Town HSS Kannur	13020	KANNUR
122	Mambaram HSS	13054	KANNUR
123	Sivapuram HSS	13161	KANNUR
124	Koodali HSS	13167	KANNUR
125	Tagore Memorial HSS Vellora	13060	KANNUR
126	Moothedath HSS Thaliparamba	13164	KANNUR
127	GHSS Sreekandapuram	13023	KANNUR
128	GVHSS Kurumathoor	13171	KANNUR
129	GHSS Munderi	13035	KANNUR
130	Chovva HSS Chovva	13061	KANNUR
131	GHSS Balal	14099	KASARGOD
132	GHSS Thayannur	14078	KASARGOD
133	BAR HSS Bovikanam	14028	KASARGOD
134	CHSS Chattanchal	14023	KASARGOD
135	SSHSS Sheni	14109	KASARGOD
136	SVHSS Miyapadavu	14095	KASARGOD
137	GVHSS Mulleria	14045	KASARGOD
138	GHSS Balla East	14060	KASARGOD
139	GHSS Hosdurg	14049	KASARGOD
140	GHSS Chayoth	14016	KASARGOD

Signed by DIRECTOR
പൊതുവിദ്യാഭ്യാസ ഡയറക്ടർ
Umesh N S K
Date: 17-12-2025 08:39:03

പകർപ്പ്:
തിരഞ്ഞെടുത്ത ഹയർ സെക്കൻഡറി സ്കൂൾ പ്രിൻസിപ്പൽമാർക്ക്

പവർ ബ്രിഗ്രേഡ്

 അനുദിനം മാറ്റങ്ങൾക്ക് വിധേയമായി കൊണ്ടിരിക്കുന്ന ആധുനിക കാലത്ത് കേരളത്തിലെ ഹയർസെക്കൻഡറി കുട്ടികളുടെ സമഗ്ര ഉന്നമനത്തിനായി ഒരു പുതിയ സംരംഭം സൗഹൃദ ക്ലബ്ബിൻ്റെ ആഭിമുഖ്യത്തിൽ ആരംഭിക്കുന്നു.വിദ്യാർത്ഥികളുടെ ശാരീരിക, മാനസിക, സാമൂഹിക വളർച്ചക്കൊപ്പം കരിയർ രംഗത്തും മുന്നേറാൻ വഴിതെളിയിക്കുക എന്നതാണ് ഇതിന്റെ ലക്ഷ്യം.പാഠപുസ്തക വിജ്ഞാനത്തോടൊപ്പം ജീവിത നൈപുണികൾ സ്വായത്തമാക്കാനുള്ള അവസരം കുട്ടികൾക്ക് നൽകും.ആത്മവിശ്വാസം, നേതൃത്വപാടവം, പ്രശ്നപരിഹാരശേഷി എന്നിവ വളർത്തി വ്യക്തി വികസനം സാധ്യമാക്കും ഈ പുതിയ സംരംഭം.വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് ഭാവിയിലേക്ക് ശക്തമായി കടന്നുചെല്ലാൻ കരിയർ മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശങ്ങളും പരിശീലനങ്ങളും ഒരുക്കും.സമൂഹ്യബോധമുള്ള, ഉത്തരവാദിത്വമുള്ള, പ്രതിബദ്ധരായ പൗരരെ സൃഷ്ടിക്കുക എന്നതാണ് പ്രധാന ദൗത്യം.കല, കായികം, സേവനം എന്നിവയിലൂടെ കഴിവുകൾ പ്രകടിപ്പിക്കാനുള്ള വേദിയും നൽകും.കുട്ടികളുടെ ആഗ്രഹങ്ങളും സ്വപ്നങ്ങളും യാഥാർഥ്യമാക്കാൻ പ്രചോദനമാകുന്ന കൂട്ടായ്മയായിരിക്കും ഇത്.പഠനം കഴിയുന്നതോടെ തൻ്റെ താല്പര്യത്തിനും അഭിരുചിക്കും അനുയോജ്യമായ   കരുത്തുറ്റ ഒരു കരിയറിലേക്ക് കൈ പിടിച്ച് നടത്തുക,നല്ലൊരു സാമൂഹികജീവിയായി പഠിതാവിനെ മാറ്റിയെടുക്കുക എന്നിവയാണ് പവർ ബ്രിഗേഡ് വിഭാവനം ചെയ്യുന്നത്. ഭാവി തലമുറയ്ക്ക് അറിവും കഴിവും മൂല്യങ്ങളും ചേർന്ന സമഗ്ര വികസനത്തിന് വഴികാട്ടിയായി മാറാൻ പദ്ധതി ആവശ്യമായ പിന്തുണ നൽകും.

1. പരിപാടിയുടെ രൂപകൽപനയും പ്രവർത്തനവും

ഹയർസെക്കൻഡറി വിഭാഗം കരിയർ ഗൈഡൻസ് ആൻഡ് അഡോളസെന്റ് കൗൺസിലിംഗ് സെല്ലിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ, ഓരോ സ്കൂളിലെയും കരിയർ ഗൈഡൻസ്- സൗഹൃദ ക്ലബ് എന്നിവയുടെ സംയുക്താഭിമുഖ്യത്തിലാണ് പവർ ബ്രിഗേഡ് പദ്ധതി നടപ്പിലാക്കുന്നത്.   പതിനൊന്നാം ക്ലാസ് വിദ്യാർത്ഥികളിൽ നിന്ന് തെരഞ്ഞെടുത്ത 25 വിദ്യാർത്ഥികളുടെ നേതൃത്വത്തിൽ സ്കൂളിലെഎല്ലാ വിദ്യാർത്ഥികളിലും എത്തുന്ന വിധത്തിൽ രണ്ട് അക്കാദമിക് വർഷം നീളുന്ന പ്രത്യേക സംരംഭമാണ് ഇത്.

ലക്ഷ്യം (Vision): മാനസികമായി ശക്തരായ, ബൗദ്ധികമായി സമ്പുഷ്ടരായ, സാമൂഹിക ഉത്തരവാദിത്വമുള്ള വിദ്യാർത്ഥി സമൂഹത്തെ വളർത്തി, അവരുടെ വ്യക്തിഗത വിജയത്തിനും സാമൂഹ്യ സേവനത്തിനും വഴിയൊരുക്കുക.

പ്രധാന ദൗത്യം (Mission):

മാനസിക നിയന്ത്രണവും മാനസിക പ്രതിരോധ ശേഷിയും വളർത്തുക.
വിശകലന ശേഷി മെച്ചപ്പെടുത്തുക.
സാമൂഹിക പ്രതിബദ്ധതയും നേതൃഗുണങ്ങളും പരിപോഷിപ്പിക്കുക.

ഘടന (Structure):

പരിപാടി അഞ്ച് "ബ്രിഗേഡുകളായി" രൂപകൽപ്പന ചെയ്തിരിക്കുന്നു. വിദ്യാലയത്തിലെ അഞ്ച് ബ്രിഗേഡിലെയും മുഴുവൻ വിദ്യാർത്ഥികളും എല്ലാ മോഡ്യൂളുകളിലും പങ്കെടുക്കുന്നു.. മൊത്തം പ്രവർത്തന സമയം 100 മണിക്കൂർ.**2025-26** അധ്യയന വർഷം അമ്പതുമണിക്കൂറായി ചുരുക്കിയിരിക്കുന്നു.

അഞ്ച് ബ്രിഗേഡുകൾ:

1. ലഹരിവിരുദ്ധ ദളം (ആന്റി-ഡ്രഗ് ബ്രിഗേഡ്)
2. സുരക്ഷാദളം(സേഫ്റ്റി ബ്രിഗേഡ്)
3. റോഡ് സുരക്ഷാദളം (റോഡ് സേഫ്റ്റി ബ്രിഗേഡ്)
4. സാങ്കേതികവിദ്യാസുസ്ഥിതി ദളം (ഡിജിറ്റൽ വെൽനെസ് ബ്രിഗേഡ്)
5. മാർഗ്ഗദർശകദളം(മെന്ററിംഗ് ബ്രിഗേഡ്)

ഓരോ ബ്രിഗേഡിലും:

മൂന്ന് നിർബന്ധിത പ്രവർത്തനം

രണ്ട് ഐച്ഛിക പ്രവർത്തനം

ഒരു കരിയർ-ബന്ധപ്പെട്ട പ്രവർത്തനം

രണ്ട് ഓറിയന്റേഷൻ ക്ലാസുകൾ

2 .വിദ്യാർത്ഥി തെരഞ്ഞെടുപ്പും സംഘടനയും

തെരഞ്ഞെടുപ്പിന്റെ അഞ്ച് ഘട്ടങ്ങൾ

1) സൗഹൃദ വോളന്റിയർ അഭിവിന്യാസം (Orientation)

2)അധ്യാപകരുടെയും മെന്റർമാരുടെയും നാമനിർദ്ദേശം

3)"എന്തുകൊണ്ട് എനിക്ക് ഒരു പവർ ബ്രിഗേഡ് അംഗമാകണം ? " എന്ന വിഷയത്തിൽ വിദ്യാർത്ഥികളുടെ കുറിപ്പ്.

4)അഭിമുഖം

5)ലിംഗ സമത്വ സമതുല്യത ഉറപ്പാക്കി അന്തിമ തെരഞ്ഞെടുപ്പ്

സംഘടന ഘടന:

ഇരുപത്തിയഞ്ച് വിദ്യാർത്ഥികളെ അഞ്ച് ഗ്രൂപ്പുകളാക്കി, ഓരോ ഗ്രൂപ്പിനും അഞ്ച് അംഗങ്ങളും അവരിൽ നിന്നും ഒരു ലീഡറും കൂടാതെ, പവർ ബ്രിഗേഡിന്റെ പൊതുവായ രണ്ട് മുഖ്യ(General) ലീഡർമാരായി ഒരു ആൺകുട്ടിയേയും പെൺകുട്ടിയെയും തെരഞ്ഞെടുക്കുക.

3 ചുമതലയുള്ള അധ്യാപകരുടെ പ്രധാന ഉത്തരവാദിത്വങ്ങൾ

1. നേതൃത്വവും ഏകോപനവും – പ്രവർത്തനങ്ങൾക്ക് നേതൃത്വം നൽകുകയും പരിപാടികൾ ആസൂത്രണം ചെയ്ത് നടപ്പിലാക്കുകയും ചെയ്യുക.
2. വിദ്യാർത്ഥി മാർഗനിർദ്ദേശം – വിദ്യാർത്ഥികളുടെ വ്യക്തിത്വ വികാസം ,സാമൂഹിക ബോധം ,കരിയർ വളർച്ച എന്നിവയെ സഹായിക്കുക.
3. രേഖപ്പെടുത്തൽ – ഹാജർ, റിപ്പോർട്ടുകൾ തുടങ്ങിയ രേഖകൾ സൂക്ഷിക്കുക.
4. പരിശോധനയും വിലയിരുത്തലും – പ്രവർത്തനങ്ങൾ ശരിയായി നടക്കുന്നുണ്ടോ എന്ന് ഉറപ്പാക്കുക.
5. സഹകരണം –പ്രിൻസിപ്പാൾ, മറ്റ് അധ്യാപകർ, രക്ഷിതാക്കൾ, ജില്ലാ / സംസ്ഥാന തല ഓഫീസർമാർ എന്നിവരുമായി ചേർന്ന് പ്രവർത്തിക്കുക

പങ്ക് **(Role)**

- സൗഹൃദ കോ-ഓർഡിനേറ്റർ → മുഖ്യ ചുമതല (വ്യക്തിപരവും സാമൂഹികവുമായ വളർച്ച).
- കരിയർ ഗൈഡ് → സഹചുമതല(കരിയർ വികസനം).

ഇതിലൂടെ വിദ്യാർത്ഥികളുടെ സമഗ്രമായ വളർച്ച ഉറപ്പാക്കുകയാണ് ലക്ഷ്യം.

4. മൂല്യനിർണ്ണയവും രേഖപ്പെടുത്തലും

പരിപാടിയുടെ ഫലപ്രാപ്തി സ്കൂൾ, ജില്ല, സംസ്ഥാന തലങ്ങളിൽ നിരീക്ഷിക്കും.

വിദ്യാർത്ഥികൾ ഡയറി സൂക്ഷിക്കും – പ്രതിദിന കുറിപ്പുകൾ, ലൈഫ് സ്കിൽ കുറിപ്പുകൾ, സൗഹൃദ പ്രവർത്തന രേഖകൾ.

സ്ഥാപനത്തിൽ ഹാജർ, എൻറോൾമെന്റ് രേഖകൾ സൂക്ഷിക്കും.

5. ബ്രിഗേഡുകളുടെ വിശദാംശങ്ങൾ

1)ലഹരി വിരുദ്ധ ദളം (Anti-Drug Brigade

ആമുഖം

ഇന്നത്തെ യുവതലമുറയെ കാർന്നു തിന്നു കൊണ്ടിരിക്കുന്ന ഒരു മഹാവിപത്താണ് ലഹരി വസ്തുക്കളുടെ ഉപയോഗം. കുട്ടികളെ അതിനെതിരേ ബോധവൽക്കരിക്കുകയും നേർവഴിക്ക് നയിക്കുകയും ചെയ്യേണ്ടത് പൊതു സമൂഹത്തിൻ്റെ ഉത്തരവാദിത്വമാണ്. ഇത്തരം പ്രവർത്തനങ്ങൾ സ്കൂൾ പഠനകാലയളവിൽ തന്നെ ആരംഭിക്കേണ്ടതാണ്.

ഉദ്ദേശ്യലക്ഷ്യങ്ങൾ

-
- ലഹരിവസ്തുക്കളുടെ ഉപയോഗം മൂലമുണ്ടാകുന്ന ആരോഗ്യപരവും മാനസികവുമായ പ്രശ്നങ്ങൾ തിരിച്ചറിയുക.
- ലഹരി ദുരുപയോഗവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട നിയമങ്ങളെക്കുറിച്ച് ബോധവൽക്കരണം നടത്തുക.
- ലഹരി വസ്തുക്കളുടെ ഉപയോഗത്തിനെതിരേ ക്രിയാത്മകവും, സൗഹാർദ്ദപൂർവ്വവുമായ ഇടപെടലുകളെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക
- ക്യാമ്പസുകളിൽ ലഹരിവിരുദ്ധ സംസ്കാരം വളർത്തുക

പ്രവർത്തനങ്ങൾ

2025-26

നിർബന്ധിതം

1. ജനറൽ ഒറിയൻ്റേഷൻ (2 മണിക്കൂർ)
2. ലഹരി വിരുദ്ധ ചുമർ നിർമ്മാണം (4 മണിക്കൂർ)
3. അധ്യാപകരെയും രക്ഷിതാക്കളെയും ഉൾപ്പെടുത്തി സാമൂഹ്യ ബോധവത്കരണ പരിപാടികൾ (Community Awareness Programs - CAP) നടത്തണം.

ഐച്ഛികം

1. പോസ്റ്റർ തയ്യാറാക്കലും പ്രദർശനവും (2 മണിക്കൂർ)
2. കലാപരമായ പ്രവർത്തനങ്ങൾ (eg. Installation) (1 മണിക്കൂർ)
3. കുട്ടികളുടെ കരകൗശല വസ്തുക്കളുടെ പ്രദർശനം (1 മണിക്കൂർ)
4. ലഹരിക്കെതിരായ പാനൽ ചർച്ച (2 മണിക്കൂർ)

5. ലഹരി വിമുക്തി നേടിയവരുമായുള്ള അനുഭവം പങ്കിടൽ (1 മണിക്കൂർ)
6. ലഹരി വിമുക്തമായ ഭാവി ജീവിതത്തെ കുറിച്ചുള്ള കത്തെഴുത്ത് മൽസരം (1 മണിക്കൂർ)
7. ലഹരി വിമുക്തമായ ജീവിതം നയിക്കുന്ന പ്രശസ്ത വ്യക്തികളെക്കുറിച്ച് കുറിപ്പ് തയ്യാറാക്കുക (1 മണിക്കൂർ)
8. കത്തെഴുത്ത് മൽസരം- ലഹരി കുരുക്കിൽപെട്ട സാങ്കൽപ്പിക സുഹൃത്തിനെ അതിൽ നിന്നും മോചിപ്പിക്കുന്നതിനെ കുറിച്ച് (1 മണിക്കൂർ)
9. ലഹരി വിരുദ്ധ ചങ്ങല (1 മണിക്കൂർ)
10 ഒപ്പുശേഖരണം- തുണിയിലോ ചാർട്ട് പേപ്പറിലോ പെയിൻ്റിൽ മുക്കിയ കൈവിരൽ പതിപ്പിക്കുക. (1 മണിക്കൂർ)
11. ലഹരിവിരുദ്ധ മുദ്രാവാക്യ മൽസരം (1 മണിക്കൂർ)

തൊഴിൽ സാധ്യതകൾ

1. Police
2. Customs and Excise Preventive Officer
3. Defence Personnel
4. Officer in Narcotics Control Bureau
5. Policy Analyst (Drug Policy)
6. Public Health officer
7. Community health worker
8. Clinical psychologist
9. Lawyer
10. Social worker
11. Doctor
12. Community outreach coordinator

ആർജിക്കുന്ന ജീവിതനൈപുണികൾ

- ലോകാരോഗ്യസംഘടന ലക്ഷ്യമിടുന്ന 10 ജീവിതനൈപുണികൾ ഇവിടെ പ്രാവർത്തികമാക്കുന്നു.

2)സുരക്ഷാ ദളം(Safety Brigade) – 2025-26

(School/Community Safety and First Aid Brigade)

ആമുഖം

കേരളം പോലെ പ്രകൃതിദുരന്തങ്ങൾക്കും അപകടങ്ങൾക്കും സാധ്യതയുള്ള സംസ്ഥാനത്ത്, പ്രഥമ ശുശ്രൂഷ അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ടത് എല്ലാ പൗരന്മാർക്കും അത്യാവശ്യമാണ്. അപകടം നടന്ന ഉടൻ ചെയ്യുന്ന അടിയന്തര ശുശ്രൂഷയാണ് പ്രഥമ ശുശ്രൂഷ. ഇത് അപകടത്തിൽപ്പെട്ടവരുടെ ജീവൻ രക്ഷിക്കുന്നതിനും, അപകടത്തിന്റെ തീവ്രത കുറയ്ക്കുന്നതിനും, രോഗശമനം വേഗത്തിലാക്കുന്നതിനും സഹായിക്കുന്നു.
വിദ്യാലയ കാലഘട്ടത്തിൽ തന്നെ ഇത്തരം പരിശീലനങ്ങൾ എല്ലാ വിദ്യാർത്ഥികളും ആർജ്ജിച്ചിരിക്കേണ്ടത് അത്യാവശ്യമാണ് . അതിനാൽ, വിദ്യാർത്ഥികളെ കേന്ദ്രീകരിച്ച് "സുരക്ഷാ ബ്രിഗേഡ്" രൂപീകരിക്കുന്നു.

ലക്ഷ്യങ്ങൾ

1. വിദ്യാർത്ഥികളിൽ ആത്മവിശ്വാസവും ആരോഗ്യബോധവും വളർത്തുക.

2. അപകടത്തിൽപ്പെട്ടവരുടെ ജീവൻ രക്ഷിക്കാൻ പരിശീലനം നൽകുക.

3. രോഗിയുടെ അവസ്ഥ കൂടുതൽ വഷളാകുന്നത് തടയുക.വേദന കുറയ്ക്കുകയും ആശ്വാസം നൽകുകയും ചെയ്യുക.

4. കൂടുതൽ അപകടങ്ങൾ ഒഴിവാക്കാൻ മുൻകരുതൽ നടപടികൾ കൈക്കൊള്ളുക

5. വിദ്യാർത്ഥികളെ സാമൂഹ്യ സേവനത്തിലും ആരോഗ്യ സുരക്ഷാ ബോധവൽക്കരണത്തിലും സജ്ജരാക്കുക.

നിർദ്ദേശങ്ങൾ

ആരോഗ്യ പ്രവർത്തകർ, അഗ്നിശമനസേന, പോലീസ്, ദുരന്ത നിവാരണ അതോറിറ്റി എന്നിവരുടെ സഹകരണം ഉറപ്പാക്കണം.

പത്ത് മണിക്കൂർ പരിശീലന പദ്ധതി രണ്ട് ഘട്ടങ്ങളിലായി നടത്തണം:

1. ഓറിയൻറേഷൻ + വർക്ക്ഷോപ്പ് (3 മണിക്കൂർ)

2. പ്രായോഗിക പ്രവർത്തനങ്ങൾ (7 മണിക്കൂർ)

അധ്യാപകരെയും രക്ഷിതാക്കളെയും ഉൾപ്പെടുത്തി സാമൂഹ്യ ബോധവത്കരണ പരിപാടികൾ (Community Awareness Programs - CAP) നടത്തണം.

വിദ്യാർത്ഥികളുടെ BMI പരിശോധനയും ആരോഗ്യ രേഖകളും സൂക്ഷിക്കണം.

First Aid Box, Emergency Numbers, Mock Drills എന്നിവ നിർബന്ധമാണ്.

10 മണിക്കൂർ പ്രവർത്തന പദ്ധതി

1. ഓറിയൻറേഷൻ (2 മണിക്കൂർ)

പ്രഥമ ശുശ്രൂഷയുടെ പരിചയം

അപകട സാധ്യതകളും സുരക്ഷാ ബോധവും

എമർജൻസി നമ്പറുകളും ഉപയോഗ മാർഗങ്ങളും

2. വർക്ക്ഷോപ്പ് (3 മണിക്കൂർ)

First Aid പ്രായോഗിക പരിശീലനം (മുറിവുകൾ , പൊള്ളൽ, വീഴ്ചകൾ, പാമ്പുകടി മുതലായവ)

CPR, AED(Automated External Defibrillator-Portable life saving machine used when cardiac arrest happens) പ്രായോഗിക പരിശീലനം

സ്കൂൾ & Community Safety Audit (അപകട സ്പോട്ടുകൾ തിരിച്ചറിയൽ)

3. നിർബന്ധ പ്രവർത്തനങ്ങൾ (3 മണിക്കൂർ)

1. അരദിവസത്തെ First Aid ബോധവത്കരണ ക്യാമ്പ് – വിദ്യാർത്ഥികൾ അയൽക്കൂട്ടത്തിൽ നടത്തുക.

2. BMI പരിശോധന – മുഴുവൻ വിദ്യാർത്ഥികളുടെയും ആരോഗ്യ രേഖ.

3. Mock Drill – തീപിടിത്തം, ഭൂകമ്പം, വെള്ളപ്പൊക്കം തുടങ്ങിയ സാഹചര്യങ്ങൾ.

---

4. ഐച്ഛിക പ്രവർത്തനങ്ങൾ (2 മണിക്കൂർ)

1. പാലിയേറ്റീവ് കെയർ പ്രവർത്തകരോടൊപ്പം സേവനം.

2. First Aid Handbook, Health Tips ചാർട്ടുകൾ തയ്യാറാക്കൽ.

3. സ്കൂൾ അസംബ്ലിയിൽ Health Tips അവതരിപ്പിക്കൽ.

തൊഴിൽ സാധ്യതകൾ

1. Police officer
2. Fire Fighter
3. Disaster Management Specialist
4. Paramilitary/Defence Personnel
5. Nurse
6. Occupational safety officer
7. Safety Engineer
8. Risk Assessment Consultant

ആർജ്ജിക്കുന്ന ജീവിത നൈപുണികൾ (Life skills)

ലോകാരോഗ്യ സംഘടന ലക്ഷ്യമിടുന്ന 10 ജീവിത നൈപുണികൾ ഇവിടെ പ്രാവർത്തികമാക്കുന്നു

3. റോഡ് സുരക്ഷാദളം(Road Safety Brigade)

ആമുഖം

സുരക്ഷിതമായ സഞ്ചാരസ്വാതന്ത്ര്യം ഓരോ വ്യക്തിയുടെയും മൗലികാവകാശമാണ് .
അതിന് നാം പാലിക്കേണ്ട നിയമങ്ങൾ, ഉത്തരവാദിത്തങ്ങൾ എന്നിവയെ കുറിച്ച് നല്ല ബോധ്യം ആവശ്യമാണ്. റോഡ് ഉപയോഗിക്കുന്ന മറ്റു വാഹന യാത്രക്കാരെയും കാൽനടക്കാരെയും പരിഗണിക്കേണ്ടതുണ്ട്. മുൻഗണനാക്രമം, നിയമങ്ങൾ എന്നിവ പാലിക്കേണ്ടതുണ്ട്.

ഉദ്ദേശ്യലക്ഷ്യങ്ങൾ

-
- റോഡ് നിയമങ്ങളിൽ ധാരണയും ഉത്തരവാദിത്വവുമുള്ള പൗരർ ആകാൻ.

- സുരക്ഷിതമായ യാത്ര ശീലമാക്കാൻ.
- മാതൃകാപരമായ റോഡ് ഉപയോഗ സംസ്കാരം വളർത്താൻ

നിർദ്ദേശങ്ങൾ

1. പൊതുനിരത്തിലേക്ക് ബോധവൽക്കരണ പരിപാടിയുമായി കുട്ടികൾ ഇറങ്ങുമ്പോൾ അധ്യാപകർ/പോലീസ് /മോട്ടോർ വെഹിക്കിൾ വകുപ്പുകളുടെ ഉദ്യോഗസ്ഥർ കൂടെ ഉണ്ടായിരിക്കണം.
2. പോസ്റ്റർ പ്രദർശനം നടത്തുമ്പോൾ സമീപത്തുള്ള എൽ പി , യുപി , ഹൈസ്കൂൾ വിഭാഗങ്ങളിലെ കുട്ടികളെ കൂടി പങ്കെടുപ്പിക്കുക.
3. വിദ്യാലയാങ്കണത്തിൽ ട്രാഫിക് നിയന്ത്രണം നടത്തുമ്പോൾ അധ്യാപകരുടെ മേൽനോട്ടം അത്യാവശ്യമാണ്
4. അധ്യാപകരെയും രക്ഷിതാക്കളെയും ഉൾപ്പെടുത്തി സാമൂഹ്യ ബോധവത്കരണ പരിപാടികൾ (Community Awareness Programs - CAP) നടത്തണം.

ഓറിയന്റേഷൻ

മോട്ടോർ വാഹന വകുപ്പ്/
പോലീസ് വകുപ്പ് ഓഫീസർമാർ നയിക്കുന്ന പരിശീലനം, ശില്പശാല

പ്രവർത്തനങ്ങൾ 2025-2026

<u>നിർബന്ധിതം</u>

- ജനറൽ ഓറിയന്റേഷൻ(2 മണിക്കൂർ)
- ശില്പശാല(3 മണിക്കൂർ)
- ട്രാഫിക് സിഗ്നൽ ട്രീ പ്രോജക്റ്റ്(2 മണിക്കൂർ)

ഐച്ഛികം

- സുരക്ഷാനിർദ്ദേശബോർഡ്സ്ഥാപനം.(2 മണിക്കൂർ)
- സ്കൂൾ അങ്കണത്തിൽ വാഹനനിയന്ത്രണം.(1 മണിക്കൂർ)
- റോഡ് സുരക്ഷാ സ്കിറ്റ്(1 മണിക്കൂർ)

<u>കരിയർ സാധ്യതകൾ</u>

1. Traffic Police Officer
2. Transport Inspector
3. Road Safety officer
4. Lawyer
5. Policy Analyst
6. Urban Planner

ആർജ്ജിക്കുന്ന ജീവിത നൈപുണികൾ(Life skills)

ലോക ആരോഗ്യസംഘടന ലക്ഷ്യമിടുന്ന 10 ജീവിത നൈപുണികൾ ഇവിടെ പ്രാവർത്തികമാക്കുന്നു

4 സാങ്കേതിക വിദ്യാ സുസ്ഥിതി ദളം (Digital Wellness Brigade)

(Digital Wellness & Responsible Tech Use Brigade)

ആമുഖം

ഡിജിറ്റൽ ലോകം ഇന്നത്തെ വിദ്യാർത്ഥികളുടെ ജീവിതത്തിന്റെ ഭാഗമായി മാറിയിരിക്കുന്നു. എന്നാൽ അധികമായ സ്ക്രീൻ ഉപയോഗം, ഓൺലൈൻ സമ്മർദ്ദം, വ്യാജവാർത്തകൾ, സൈബർ ബുള്ളിയിംഗ്, സ്വകാര്യതാ പ്രശ്നങ്ങൾ തുടങ്ങിയ വെല്ലുവിളികൾ ദിനംപ്രതി വർദ്ധിക്കുന്നു.
ഇത്തരം സാഹചര്യത്തിൽ, വിദ്യാർത്ഥികളെ സന്തുലിതമായ ഡിജിറ്റൽ ജീവിതത്തിലേക്ക് കൈപിടിച്ചുയർത്താനും, സമൂഹത്തിൽ ഉത്തരവാദിത്വമുള്ള ഡിജിറ്റൽ പൗരന്മാരായി വളർത്താനും "ഡിജിറ്റൽ വെൽനെസ് ബ്രിഗേഡ്" രൂപീകരിക്കുന്നു.

ലക്ഷ്യങ്ങൾ

1. ഡിജിറ്റൽ സാക്ഷരതയും സുരക്ഷയും (Privacy, Cybersecurity, Safe Use).

2. ആരോഗ്യകരമായ ഡിജിറ്റൽ ശീലങ്ങൾ (Balanced screen time, decluttering).

3. വിമർശനാത്മക ചിന്ത ഓൺലൈൻ (Misinformation തിരിച്ചറിയൽ, Algorithms മനസ്സിലാക്കൽ).

4. ഡിജിറ്റൽ സിറ്റിസൺഷിപ്പ് (Cyberbullying, Plagiarism തടയൽ, Online respect).

5. ഡിജിറ്റൽ റെസിലിയൻസ് (Comparison, Trolling, Online pressure കൈകാര്യം ചെയ്യൽ).

6. സമസംഘത്തെ പരിശീലിപ്പിയ്ക്കൽ (Peers-നെ പരിശീലിപ്പിക്കൽ, കൈപിടിച്ചുയർത്തൽ).

7. കമ്മ്യൂണിറ്റി അവബോധം (Families, Teachers, Community-യിൽ ക്യാമ്പെയിനുകൾ).

നിർദ്ദേശങ്ങൾ

പത്ത് മണിക്കൂർ പരിശീലന പദ്ധതി രണ്ട് ഘട്ടങ്ങളിലായി:

1. ഓറിയന്റേഷൻ + വർക്ക്ഷോപ്പ് (3 മണിക്കൂർ)

2. പ്രായോഗിക പ്രവർത്തനങ്ങൾ (7 മണിക്കൂർ)

വിദ്യാർത്ഥികളെ ഡിജിറ്റൽ വെൽനെസ്സ് Peer Ambassadors ആയി തിരഞ്ഞെടുക്കുക.

Digital Detox campaigns, Surveys, Tech-free events എന്നിവ നിർബന്ധമാണ്.

അധ്യാപകരെയും രക്ഷിതാക്കളെയും ഉൾപ്പെടുത്തി സാമൂഹ്യ ബോധവത്കരണ പരിപാടികൾ (Community Awareness Programs - CAP) നടത്തണം.

10 മണിക്കൂർ പ്രവർത്തന പദ്ധതി

1. ഓറിയന്റേഷൻ (2 മണിക്കൂർ)

ഡിജിറ്റൽ വെൽനെസ്: അടിസ്ഥാന ധാരണ.

Excess screen time, addiction, privacy issues.

Responsible online behaviour – Cyber ethics.

2. വർക്ക്ഷോപ്പ് (3 മണിക്കൂർ)

Posters, Reels, Skits -Digital Detox campaign

സ്കൂൾ വിദ്യാർത്ഥികളുടെ സ്ക്രീൻ ഹാബിറ്റുകൾ - Survey & Discussion

യഥാർത്ഥവും വ്യാജവുമായ വാർത്തകളെ വേർതിരിച്ചറിയാനുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾ-Misinformation Detection Activity.

3. നിർബന്ധ പ്രവർത്തനങ്ങൾ (3 മണിക്കൂർ)

1. Peer Ambassadors Program – ഓരോ ക്ലാസിലും ഒരു “ഡിജിറ്റൽ അംബാസിഡർ”.**

2. ടെക്നോളജി മുക്ത പ്രവർത്തനങ്ങൾ, പ്രകൃതി നടത്തം, സ്പോർട്സ് ഡേ, ഫോൺ രഹിത സായാഹ്നം, നാട്ടുമരങ്ങളെ തിരിച്ചറിയുക.

3. Digital Wellness Blog/Podcast – വിദ്യാർത്ഥികൾ ഒരുക്കുന്ന അനുഭവങ്ങൾ.

4. ഐച്ഛിക പ്രവർത്തനങ്ങൾ (2 മണിക്കൂർ)

1. മുതിർന്നവരെ ഓൺലൈനിൽ സുരക്ഷിതത്വം പരിശീലിപ്പിക്കൽ.

2. Digital Comic Lab – doomscrolling(സോഷ്യൽ മീഡിയയിലോ വാർത്താ വെബ്സൈറ്റുകളിലോ നെഗറ്റീവ് വാർത്തകൾ തുടർച്ചയായി സ്ക്രോൾ ചെയ്ത് വായിക്കുന്ന പ്രവണത.അതായത്, മോശം വാർത്തകൾ കണ്ടാലും, നമ്മൾ അത് ഒഴിവാക്കാതെ വീണ്ടും, വീണ്ടും വായിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുക — ഇതാണ് doomscrolling.), phone anxiety തുടങ്ങിയ വിഷയം കാർട്ടൂൺ രൂപത്തിൽ.

3. "ഡിജിറ്റൽ സുരക്ഷയും സ്വകാര്യതയും സംബന്ധിച്ച അറിവുകൾ രസകരമായി പഠിക്കാൻ ഗെയിമിഫൈഡ് ക്വിസ് (Kahoot) ഉപയോഗിക്കുന്നു."

4. ബോധവൽക്കരണത്തിന് ഉപകരിക്കുന്ന ചെറു വീഡിയോകൾ ഡോക്യുമെൻററി പ്രദർശനങ്ങൾ

തൊഴിൽ സാധ്യതകൾ

1) Technology Policy Analyst
2) Cyber security officer
3) Content Creator/Journalist
4) Public Relations Officer
5) Counselor
6) Cyber safety Engineer
7) Behavioral Specialist
8) Teacher

ആർജ്ജിയ്ക്കുന്ന ജീവിത നൈപുണികൾ (Life Skills)

ലോകാരോഗ്യ സംഘടന ലക്ഷ്യമിടുന്ന 10 ജീവിത നൈപുണികൾ ഇവിടെ പ്രാവർത്തികമാക്കുന്നു.

**Peer Ambassadors Program – Digital Ambassador

ഓരോ ക്ലാസിൽ നിന്നും ഒരു വിദ്യാർത്ഥിയെ "ഡിജിറ്റൽ അംബാസിഡർ" ആയി തെരഞ്ഞെടുത്താൽ:

ലക്ഷ്യങ്ങൾ

- ക്ലാസിലെ സഹപാഠികളിൽ ഡിജിറ്റൽ സൗഹൃദം, സുരക്ഷ, ഉത്തരവാദിത്വം തുടങ്ങിയവ വളർത്തുക.
- അധ്യാപകർക്ക് സഹായിയായ ഇടനിലക്കാർ ആയി പ്രവർത്തിക്കുക.
- ഡിജിറ്റൽ ഹൈജീൻ, വെൽബീയിംഗ്, ഉത്തരവാദിത്വമുള്ള ഡിജിറ്റൽ ഉപയോഗം എന്നിവ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക.

ഡിജിറ്റൽ അംബാസിഡറുടെ ചുമതലകൾ

1. സഹപാഠികൾക്ക് മാർഗ്ഗനിർദേശം – സുരക്ഷിതമായ സാങ്കേതിക ഉപയോഗം, സോഷ്യൽ മീഡിയ പെരുമാറ്റം, ഓൺലൈൻ സുരക്ഷ.

2. ക്ലാസിൽ ഡിജിറ്റൽ ഹൈജീൻ ഓർമപ്പെടുത്തൽ – (ഉദാ: “മൊബൈൽ ഓഫ് ചെയ്ത് പഠനത്തിൽ ശ്രദ്ധിക്കുക”).

3. വിവരവിനിമയം – പുതിയ ഡിജിറ്റൽ ക്യാംപെയ്ൻ/സ്കൂൾ നിർദ്ദേശങ്ങൾ സുഹൃത്തുക്കൾക്ക് കൈമാറുക.

4. സഹായം ആവശ്യമുള്ളവരെ തിരിച്ചറിയൽ – അധ്യാപകർക്കോ ക്ലബ് കോ-ഓർഡിനേറ്റർക്കോ വിവരം നൽകുക.

5. ചെറു പ്രവർത്തനങ്ങൾ സംഘടിപ്പിക്കൽ – ഡിജിറ്റൽ വെൽബീയിംഗിനായി പോസ്റ്റർ, സ്ലോഗൻ, ക്വിസ് മുതലായവ.

5) മാർഗ്ഗദർശക ദളം(Mentoring Brigade)

(Peer Support & Guidance Brigade)

ആമുഖം

ഇന്നത്തെ കാലഘട്ടത്തിൽ വിദ്യാർത്ഥികൾ പാഠഭാരവും, ബന്ധങ്ങളിലെ സംഘർഷവും, മാനസിക സമ്മർദ്ദവും, കരിയർ ആശയക്കുഴപ്പവും നേരിടുന്നുണ്ട്. ഇത്തരം സാഹചര്യങ്ങളിൽ സുഹൃത്തുക്കൾ തന്നെ സുഹൃത്തുക്കൾക്ക് പിന്തുണയായി നിൽക്കേണ്ടത് അത്യാവശ്യമാണ്.

അതിലൂടെ ആത്മവിശ്വാസം, സഹാനുഭൂതി, നേതൃത്വ ശേഷി എന്നിവ വളരുകയും, സൗഹൃദപരമായ പഠനാന്തരീക്ഷം രൂപപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നു.

ഈ ലക്ഷ്യത്തോടെ വിദ്യാർത്ഥികളെ പിയർ മെന്റർമാരായി വളർത്താനും, അവർക്ക് പിന്തുണയും മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശവും നൽകാനുമുള്ള "മെന്ററിംഗ് ബ്രിഗേഡ്" രൂപീകരിക്കുന്നു.

ലക്ഷ്യങ്ങൾ

1. സഹപാഠികൾക്ക് സർഗാത്മക പിന്തുണ നൽകുക.(Creative Support)

2. അക്കാദമിക് സഹായം നൽകുക (study skills, Group study,time management, exam preparation).

3. സാമൂഹിക ബന്ധങ്ങളും ആശയവിനിമയവും മെച്ചപ്പെടുത്തുക.

4. ജീവിത നൈപുണികൾ (decision making, assertiveness, stress management) വളർത്തുക.

5. കരിയർ ബോധവൽക്കരണം നൽകുക

.

6. അധ്യാപകരും കുട്ടികളും തമ്മിലുള്ള പാലം (bridge role) ആയി പ്രവർത്തിക്കുക.

നിർദ്ദേശങ്ങൾ

10 മണിക്കൂർ പരിശീലന പദ്ധതി രൂപപ്പെടുത്തണം:

1. ഓറിയൻറേഷൻ + വർക്ക്ഷോപ്പ് (3 മണിക്കൂർ)

2. പ്രായോഗിക പ്രവർത്തനങ്ങൾ (7 മണിക്കൂർ

Peer Mentors നെ തെരഞ്ഞെടുത്ത് പ്രത്യേക പരിശീലനം നൽകണം.

Documentation (ഫോട്ടോ, വീഡിയോ, റിപ്പോർട്ട്) നിർബന്ധം.

കരിയർ, കൗമാരാരോഗ്യം, മാനസികാരോഗ്യം എന്നിവ ഉൾപ്പെടുത്തണം.

അധ്യാപകരെയും രക്ഷിതാക്കളെയും ഉൾപ്പെടുത്തി സാമൂഹ്യ ബോധവത്കരണ പരിപാടികൾ (Community Awareness Programs - CAP) നടത്തണം.

10 മണിക്കൂർ പ്രവർത്തന പദ്ധതി

1. ഓറിയൻറേഷൻ (2 മണിക്കൂർ)

Peer Mentoring എന്താണ്? എന്തുകൊണ്ട് പ്രധാനമാണ്?

Active Listening & Emotional Support പരിചയം.

Confidentiality & Ethics.

2. വർക്ക്ഷോപ്പ് **(3** മണിക്കൂർ**)**

Role-play – ആശയവിനിമയവും സംഘർഷ പരിഹാരവും.

Stress management & mindfulness practice.

Study tips, exam preparation, career awareness.

3. നിർബന്ധ പ്രവർത്തനങ്ങൾ **(3** മണിക്കൂർ**)**

1. വ്യക്തിഗതശ്രവണം (One-to-One Listening).
2. ഗ്രൂപ്പ് സ്റ്റഡി സർക്കിളുകൾ – ടിപ്പുകൾ പങ്കുവെക്കൽ, പുനഃപരിശീലനം.
3. അവബോധ ക്യാമ്പയിനുകൾ – bullying, cyber safety, adolescent health.

4. ഐച്ഛിക പ്രവർത്തനങ്ങൾ **(2** മണിക്കൂർ**)**

1. ക്ലബ്ബുകൾ – വായനാ ക്ലബ്, വാദപ്രതിവാദ ക്ലബ്, ഇക്കോ-ക്ലബ്.
2. തീം ആഴ്ചകൾ – സൗഹൃദ വാരം, മാനസികാരോഗ്യ ദിനം, കരിയർ ദിനം.
3. വിഷൻ ബോർഡ് / Goal Setting Workshops.
4. സഹപാഠികൾക്ക്പഠന പിന്തുണ – ഉയർന്ന ക്ലാസിലേക്ക് മാറ്റത്തിൽ സഹായം.

തൊഴിൽ സാധ്യതകൾ

1. Counselor
2. Life Coach
3. Trainer
4. Social worker
5. Psychologist
6. Human Resource Manager
7. Professional cuddler
8. Career consultant

ആർജ്ജിയ്ക്കുന്ന ജീവിതനൈപുണികൾ(Life skills)

ലോകാരോഗ്യ സംഘടന ലക്ഷ്യമിടുന്ന പത്ത് ജീവിതനൈപുണികൾ ഇവിടെ പ്രാവർത്തികമാക്കുന്നു.