පුනරුත්ථාපන කාර්යාංශය
BUREAU OF REHABILITATION
புனர்வாழ்வுப் பணியகம்

මතින් තොර ලස්සන ජීවිතයක්...

පුනරුද පුවත්

REHAB NEWS

புனர்வாழ்வு செய்திகள்

2026 පළමු කලාපය

පුනරුද පුවත් සඳහා ජීවය සපයන්නෝ

උපදේශකත්වය

බ්‍රිගේඩියර් එම්එස් අමිත් අයිඑස්සී
පුනරුත්ථාපන කොමසාරිස් ජනරාල්

අධීක්ෂණය

බ්‍රිගේඩියර් පීපී ප්‍රියලාල් යූඑස්පී අයිඑස්සී
කොමසාරිස් (පුනරුත්ථාපන)

සංස්කරණ මණ්ඩලය

මේජර් ඩීඑම්එම්එම් තිලකරත්න
තොරතුරු තාක්ෂණ නිලධාරී

කපිතන් එස්ඩීආර්එම් රාජපක්ෂ
නීති නිලධාරී

මාණ්ඩලික සැරයන් පුෂ්පකුමාර ඩබ්ලිව්පීඑස්
ප්‍රධාන ලිපිකරු (පුනරුත්ථාපන කාර්යාංශය)

ඒඑම්එම් රිස්ලාන් මහතා
භාෂා පරිවර්තක

කේඑස් පෝල් මහතා
කළමණාකරන සහකාර

පරිගණක නිර්මාණය සහ පිටු සැකසීම

එච්එම්පීඑස් කරුණාතිලක

ලිපිනය

සංස්කාරක, පුනරුද පුවත්,
පුනරුත්ථාපන කාර්යාංශය,
462/2 කඩුවෙල පාර, ගනහේන,
බත්තරමුල්ල.

දුරකථන අංකය
011 - 2883891
011 - 2577457

විෂ මත්ද්‍රව්‍ය උවදුර තුරන් කිරීම සඳහා ගෙන යන 'රටම එකට' ජාතික වැඩපිළිවෙළ තුළ නිරන්තරයෙන් කතාබහට ලක් වූ අත්අඩංගුවට ගත් මත්ද්‍රව්‍ය තොග ඉක්මනින් විනාශ කිරීමේ කාර්යය සඳහා ඇති නෛතික බාධා ඉවත් කිරීම සඳහා අදාළ නීති සංශෝධනය කිරීම වෙනුවෙන් පත් කළ කමිටුව 2026 මාර්තු මස 24 වන දින ජනාධිපති කාර්යාලයේදී රැස්වෙන ලදී.

විෂ මත්ද්‍රව්‍ය උවදුර තුරන් කිරීම වෙනුවෙන් ගෙන යන රජයේ වැඩපිළිවෙළ පිළිබඳ සමාජ විශ්වාසය තහවුරු කිරීමේදී අත්අඩංගුවට පත් වන මත්ද්‍රව්‍ය තොග හැකි ඉක්මනින් විනාශ කිරීමේ අවශ්‍යතාව මෙහිදී අවධාරණය කෙරිණි.

මෙම කමිටුව විසින් අදාළ ක්‍රියාවලිය කඩිනම් කිරීම සඳහා නීති සංශෝධන කෙටුම්පතක් මේ වන විටත් සකස් කරනු ලැබ ඇති අතර එම කෙටුම්පතෙහි දක්වා ඇති ප්‍රතිපාදන අනුව අත්අඩංගුවට පත් මත්ද්‍රව්‍ය විනාශ කිරීම සඳහා ගත වන කාලය තවදුරටත් අඩු කර ගැනීමේ හැකියාව පිළිබඳ මෙහිදී සොයා බැලීම්. අධිකරණය, පොලීසිය සහ රස පරීක්ෂක දෙපාර්තමේන්තුව යන ආයතන මෙහිදී මුහුණදෙන ප්‍රායෝගික ගැටලු පිළිබඳ දීර්ඝ ලෙස සාකච්ඡා කිරීමෙන් අනතුරුව සංශෝධනයට යටත්ව එකී නීති කෙටුම්පත අනුමත කිරීමේ ක්‍රියාවලියට යොමු කිරීමට තීරණය කෙරිණි.

උපුටා ගැනීම
ජනාධිපති අනුර කුමාර දිසානායක මහතාගේ
ෆේස්බුක් පිටුවෙන්

පුනරුත්ථාපන කාර්යාංශය වටා එක්වූ උපදේශක සංචිතයක් බිහිකිරීම

අපගේ ඒකායන අරමුණයි.

පුනරුත්ථාපන කාර්යාංශයේ සභාපතිනි
ජ්‍යෙෂ්ඨ මහාචාර්ය වසන්තා සුභසිංහ මහත්මිය

වර්තමාන රජයෙහි "රටම එකට" මත්ද්‍රව්‍ය පිටු දැකීමේ ජාතික ක්‍රියාවලියට සෘජුවම දායකත්වය දක්වන පුනරුත්ථාපන කාර්යාංශයේ පුනරුත්ථාපන ක්‍රියාවලිය සහ මත්ද්‍රව්‍ය උවදුර තුරන් කිරීමේ ජාතික ක්‍රියාවලිය සඳහා රාජ්‍ය ආයතන හා රාජ්‍ය නොවන ආයතනයන්හි සෘජු මැදිහත් වීම ලබා ගැනීම සඳහා ඔවුන් එක් ජාලයකට ජාලගත කිරීමේ අවශ්‍යතාවය අනුව ආරම්භ කරන ලද උපදේශන නිළධාරින් දැනුවත් කිරීමේ වැඩසටහන් මාලාවේ තෙවන වැඩමුළුව "විෂ මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ සතිය" ට සමගාමීව පොළොන්නරුව දිස්ත්‍රික්කය ඉලක්ක කර ගනිමින් 2026.03.05 වන දින පොළොන්නරුව දිස්ත්‍රික් ලේකම් කාර්යාලයේදි පැවැත්විණි.

මේ වැඩමුළුව පොළොන්නරුව දිස්ත්‍රික් ලේකම් ඒඑම්ඩීඑස් ඒකනායක මහතා, පුනරුත්ථාපන කාර්යාංශයේ සභාපතිනි ජෝෂ්ඨ මහාචාර්ය වසන්තා සුභසිංහ මහත්මිය, පුනරුත්ථාපන කොමසාරිස් ජනරාල් බ්‍රිගේඩියර් එම්එස් අමිත්, පොලිස් මත්ද්‍රව්‍ය කාර්යාංශයේ නියෝජ්‍ය පොලිස්පති අශෝක ධර්මසේන මහතා, පොළොන්නරුව ජ්‍යෙෂ්ඨ පොලිස් අධිකාරි බුද්ධික මනතුංග මහතා, රජරට විශ්ව විද්‍යාලයේ මනෝ විද්‍යාව පිළිබඳ මහාචාර්ය විශේෂඥ මනෝ වෛද්‍ය අමිල ඉසුරු මහතා, අන්තරායකාර ඖෂධ පාලක ජාතික මණ්ඩලය නියෝජනය කරමින් ධනුෂ්ක සම්පත් විජේසිංහ මහතා, පොළොන්නරුව බන්ධනාගාරයේ ප්‍රධාන ජේලර් ප්‍රියන්ත පුෂ්පකුමාර මහතා ඇතුළු පොලොන්නරුව දිස්ත්‍රික්ක රාජ්‍ය නිළධාරින් ,ආරාධිතයින් සහ පොළොන්නරුව දිස්ත්‍රික්කය නියොජනය කරන උපදේශන නිළධාරින් රැසකගේ සහභාගිත්වයෙන් මත්ද්‍රව්‍ය වලින් තොර සමාජයක් බිහිකරලීම උදෙසා අවශ්‍ය දැනුම බෙදා ගැනීම සම්බන්ධීකරණ ජාලයක් නිර්මාණය කිරීම පුනරුත්ථාපන සහ මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ වැඩසටහන් ශක්තිමත් කිරීමෙහි අරමුණින් යුතුව විශේෂ සංවාදාත්මක විද්වත් කතිකාවක් ද මෙහිදි පැවැත්විණි.

ප්‍රියංග කරුණාතිලක
මාධ්‍ය අංශය

වෘත්තීය පුහුණුව සමගින් පුනරුත්ථාපනය අවසන් කරන අයවළුන්ට

රැකියා වෙළඳපොලේ වැඩි ඉල්ලුමක්.

බ්‍රිගේඩියර් එම්එස් අමිත් අයිඑස්සී
පුනරුත්ථාපන කොමසාරිස් ජනරාල්

පුනරුත්ථාපනය ලබා සමාජගත වන පුද්ගලයින් පිළිබඳ සමාජය තුළ පවතින ආකල්පමය වෙනසක් සහ ඔවුන් රැකියා වෙළඳපොළට දායක කරගැනීමේ වර්ධනයක් දක්නට ලැබෙන බව වාර්තා වේ. මෑත කාලීනව පුද්ගලික අංශයේ ආයතන රැසක් පුනරුත්ථාපනය වූවන් සඳහා රැකියා අවස්ථා ලබාදීමට පෙරමුණ ගෙන සිටීම මෙහි විශේෂත්වයකි.

බොහෝ අවස්ථාවලදී පුනරුත්ථාපන මධ්‍යස්ථාන වෙත යොමු කෙරෙන පුද්ගලයින්ගේ දෙමාපියන් සහ ඥාතීන් දැඩි සමාජ පීඩනයකට ලක්ව සිටින බව අනාවරණය වී ඇත. ඇතැම් දෙමාපියන් තම දරුවන් තවදුරටත් මධ්‍යස්ථාන භාරයේ තබා ගැනීමට ඉල්ලා සිටින්නේ, ප්‍රදේශවාසීන්ගෙන් සහ අවට පරිසරයෙන් එල්ල වන විවේචන හේතුවෙන් බව නිරීක්ෂණය වේ.

“දෙමාපියන්ට ලොකු පීඩනයක් පරිසරයෙන් සහ ජනතාවගෙන් එල්ල වී තිබෙනවා. ඔවුන් සමාජයට කරදරකාරී පිරිසක් ලෙස දකින මානසිකත්වය වෙනස් කිරීම අභියෝගයක් වී තිබෙනවා.”

රැකියා අවස්ථා සහ පුද්ගලික අංශයේ දායකත්වය කෙසේ වෙතත්, වර්තමානය වන විට මෙම තත්ත්වය යහපත් අතට හැරෙමින් පවතින බව පෙනේ. විශේෂයෙන්ම නිදහස් වෙළඳ කලාප ආශ්‍රිත පුද්ගලික ආයතන, පුනරුත්ථාපනය අවසන් කළ පුද්ගලයින් තම ආයතනවල සේවයට බඳවා ගැනීමට දැඩි කැමැත්තක් දක්වයි. දැනටමත් පුනරුත්ථාපනය වූ පිරිසක් පෞද්ගලික අංශයේ සාර්ථකව සේවය කරයි.

රටක් ලෙස සංවර්ධනය වීමේදී, පුනරුත්ථාපනය ලබන පුද්ගලයින් ජාතික ආර්ථිකයේ සක්‍රීය පුරුකක් බවට පත් කිරීම අත්‍යවශ්‍ය කරුණකි. ඔවුන් හුදෙක් පුනරුත්ථාපනය කළ පිරිසක් පමණක් නොව, රටේ නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලියට සෘජුවම සම්බන්ධ විය හැකි මානව සම්පතක් ලෙස සංවර්ධනය කිරීම මෙහි ප්‍රධාන අරමුණයි.

මෙම වගකීම නිසි ලෙස ඉටු කරමින්, පුනරුත්ථාපනය වූවන් ගෞරවාන්විත ලෙස සමාජගත කිරීම සඳහා අදාළ අංශ උපරිම කැපවීමෙන් කටයුතු කරන බව දෙරණ නාලිකාවේ Rebuild Sri Lanka වැඩසටහනට එක්වෙමින් පුනරුත්ථාපන කොමසාරිස් ජනරාල් තුමන් වැඩිදුරටත් අවධාරණය කරන ලදී.

ප්‍රියංග කරුණාතිලක
මාධ්‍ය අංශය

YOGA

සෞඛ්‍යවත් හා සම්පූර්ණ ජීවිතයකට පියවරක්

ඉෂාණි කඩිගාව - උපාධි අපේක්ෂිත
ගම්පහ වික්‍රමාරච්චි ආයුර්වේද විශ්ව විද්‍යාලය

අද කාලයේ සමාජයේ පුද්ගලයන්ගේ මානසික ආතතිය, ශාරීරික ගැටළු වැනි දෑ වැඩිවෙමින් පවතී. මෙවැනි තත්ත්වයකදී ශරීරයත් මනසත් එකවර සුරක්ෂිත කරගන්න හැකි ක්‍රමයක් ලෙස යෝගා වේ. යෝගා කියන්නේ හුදෙක් ව්‍යායාමයක් එකක් නොවෙයි.

එය ජීවිතය සම්පූර්ණයෙන්ම සම්බන්ධ කරන ආකාරයක ජීවන ක්‍රමයකි පළමුව, යෝගා මනසට කරන බලපෑම විශේෂයෙන් වැදගත්ය. දෛනික ජීවිතයේදී අපි මුහුණ දෙන මානසික ගැටළු යෝගා මගින් සැලකිය යුතු ලෙස අඩු කරගත හැක.

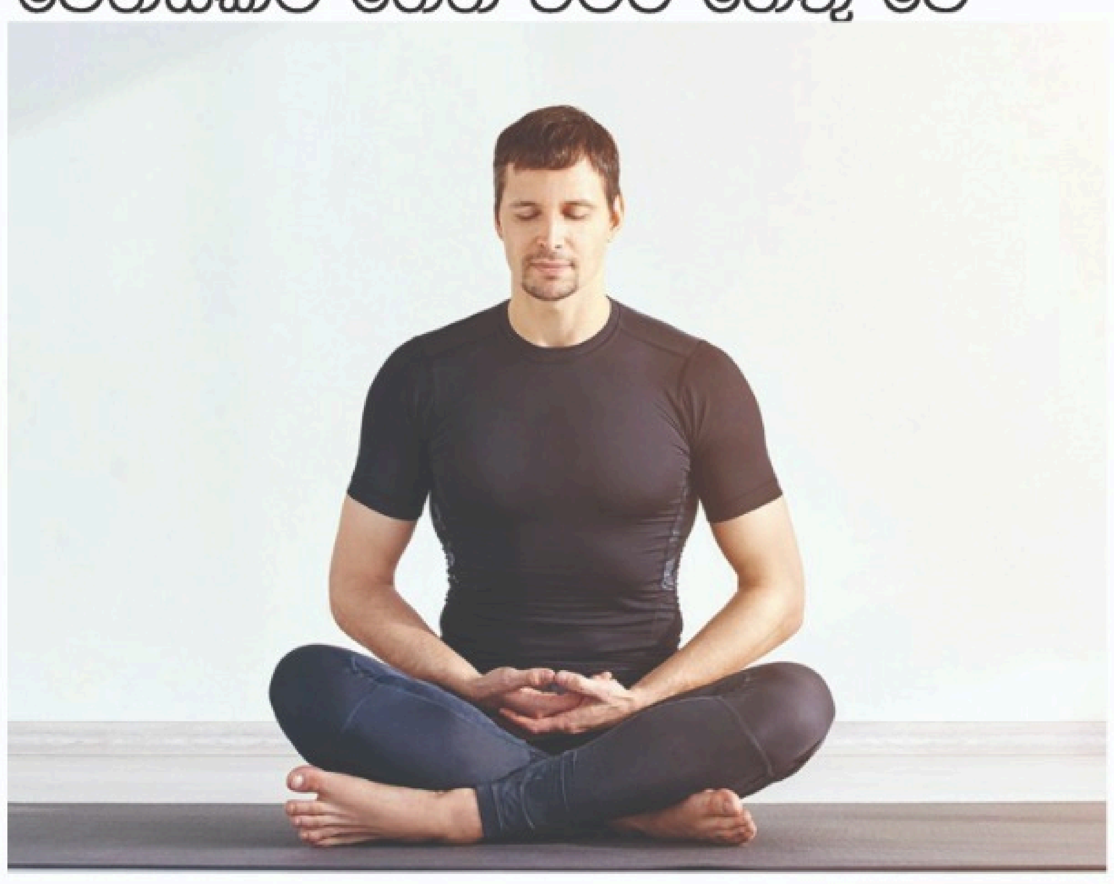
යෝගා වල ප්‍රාණායාම සහ භාවනා ක්‍රියාකාරකම් හිත සන්සුන් කරයි. ඒ නිසා අවධානයෙන් , තීරණ ගැනීමේ හැකියාවත් උසස් වේ.

ශරීරයට යෝගා කිරීමෙන් ලැබෙන වාසියන් අතිශය වැදගත්ය. නිතිපතා යෝගා කරන පුද්ගලයෙකුගේ ශරීරය නම්‍යශීලී වන අතර මාංශ පේශි ශක්තිමත් වේ. එසේම ශරීර ඉරියව් දියුණු වන අතර පිටුපස වේදනාව අඩු කිරීමටද උපකාරී වේ. තවද රුධිර සංසරණය හොඳ වීමත් සමඟ සමස්ත සෞඛ්‍ය තත්ත්වය උසස් වේ.

යෝගා ජීවිතයෙ උසස් බව් වැඩි කරන ප්‍රබල මෙවලමක් ලෙස සැලකිය හැක. හොඳ සිතිවිලි වැඩිවීමෙන් ජීවිතය දෙස බලන ආකාරය වෙනස් වේ. කුඩා දේවල් වලින් සතුට ලබන්න පුළුවන් වෙයි. එසේම ඉවසීම සහ තමන්ව පාලනය කිරීමේ හැකියාව වර්ධනය වේ. මේවා ජීවිතයේ සාර්ථකත්වයට ඉතා වැදගත් ගුණාංගයන්ය.

යෝගා නින්දේ ගුණාත්මකභාවය වැඩි කරයි. අද බොහෝ දෙනාට නින්ද පිළිබඳ ගැටළු තිබෙන අතර, යෝගා මගින් ශරීරය සැහැල්ලු කරමින් ගැඹුරු සහ සුවඳි නින්දක් ලබා ගැනීමට උපකාරී වේ. හොඳ නින්දක් ලැබීමෙන් පසු දවසේ ක්‍රියාකාරකම් සඳහා අවශ්‍ය ශක්තිය සහ උද්යෝගය ලැබේ.

යෝගා කියන්නේ ජීවිතය සමබර කරන අතිශය වටිනා පුරුද්දකි. ශරීරය, මනස සහ ආත්මය අතර සමානතාවයක් ඇති කරමින් සෞඛ්‍යවත්, සතුටුදායක ජීවිතයක් ගත කිරීමට එය මග පෙන්වයි. එබැවින් දිනපතා කාලය ටිකක් වෙන් කරගෙන යෝගා පුහුණු කිරීම, අපේ ජීවිතය තුළ දිගුකාලීන හොඳ වෙනස්කම් ගෙන ඒමට හේතු වේ



“රමදාන් මාසයේ උපවාසය සහ ඊදුල් ෆිත්ර් උත්සව දිනය”

ඉස්ලාම් ආගම තුළ රමදාන් මාසය ඉතා වැදගත් ආධ්‍යාත්මික මාසයක් ලෙස සැලකේ. මෙම මාසය කරුණාව, සමාව සහ ආශීර්වාදයෙන් පිරුණු කාලයක් වේ. අල්-කුර්ආනය මනුෂ්‍ය වර්ගයට මඟපෙන්වීමක් ලෙස ප්‍රකාශයට පත් කළේ මෙම මාසයේදීය. අල්ලාහ් පවසයි: "රමදාන් මාසය නම් මනුෂ්‍යයන්ට මඟපෙන්වීමක් ලෙසත්, සත්‍යය හා අසත්‍යය වෙන්කර පෙන්වන පැහැදිලි සාක්ෂි සමඟ කුර්ආනය ප්‍රකාශයට පත් කළ මාසයයි” (සූරා අල්-බකරා 2:185).

රමදාන් මාසයේ උපවාසය (සව්ම්) ඉස්ලාම් ආගමේ මූලික කුළුණු පහෙන් එකකි. එය සෑම වැඩිහිටි මුස්ලිම්වරයෙකුටම අනිවාර්යයකි. අල්ලාහ් පවසයි: "ඔබලා විශ්වාස කරනෝ! ඔබට පෙර සිටි ජනතාවට නියම කළාක් මෙන් ඔබටද උපවාසය නියම කර ඇත, ඔබට තක්වා (දෙවියන් පිළිබඳ භය හා සත්‍යය පිළිබඳ අවබෝධය) ලබාගැනීමට” (සූරා අල්-බකරා 2:183).

උපවාසයේ අරමුණ ආහාර හා පානයෙන් වැළකී සිටීම පමණක් නොවේ. එය සම්පූර්ණ ජීවිතය පිරිසිදු කරගැනීමට උපකාරී වන ආධ්‍යාත්මික පුහුණුවකි. මුස්ලිම්වරුන් තම කටුක වචන, බොරු, නරක කටයුතු වලින් වැළකී සිටිය යුතුය. නබි මුහම්මද් (සල්)තුමා පැවසූහ: "යම් පුද්ගලයෙක් බොරු කතා කිරීම සහ නරක ක්‍රියා අත්හැර නොදමන්නේ නම්, ඔහුගේ ආහාර හා පානයෙන් වැළකී සිටීම අල්ලාහ්ට අවශ්‍ය නොවේ” (බුහාරි).

එමෙන්ම නබි (සල්)තුමා මෙසේද පැවසූහ: "යම් කෙනෙකු විශ්වාසයෙන් හා පුණ්‍ය බලාපොරොත්තුවෙන් රමදාන් උපවාසය කරනවා නම්, ඔහුගේ පෙර පව් සමාව දෙනු ලැබේ” (බුහාරි, මුස්ලිම්). තවද: "උපවාසය යනු ආරක්ෂාවකි” (බුහාරි) යනුවෙන් උපවාසයේ ආධ්‍යාත්මික වැදගත්කම පැහැදිලි කර ඇත.

රමදාන් මාසයේ අති විශේෂ රැය වනුයේ ලයිලතුල් කද්ර් (Laylat al-Qadr) ය. අල්ලාහ් පවසයි: "ලයිලතුල් කද්ර් රැය මාස දහසකට වඩා උතුම්ය” (සූරා අල්-කද්ර් 97:3). මෙම රැයේ සිදු කරන (ආගමික කටයුතු) විශාල පුණ්‍ය ප්‍රතිලාභ ලබාදේ.

රමදාන් මාසය අවසන් වූ විට මුස්ලිම්වරු සතුටින් සැමරෙන දිනය ඊදුල් ෆිත්ර් වේ. එය අල්ලාහ්ට ස්තුතිය පළ කිරීමේ දිනයකි. මෙම දිනයේ මුස්ලිම්වරු එකට එකතු වී විශේෂ නමස්කාරය ඉටු කරති, එකිනෙකාට සුභ පතති, සහ සමාජ එකමුතුව ශක්තිමත් කරති. නබි (සල්)තුමා පැවසූහ:"උපවාස කරන පුද්ගලයාට සතුටු දෙකක් ඇත; එකක් ඔහු උපවාසය විවෘත කරන විට, අනෙක ඔහු තම දෙවියන් හමුවන විට” (බුහාරි).

ඊදුල් ෆිත්ර්ට පෙර දෙනු ලබන සකාතුල් ෆිත්ර් (Zakat al-Fitr) ඉතා වැදගත් වේ. එය දුප්පත් ජනතාවට ආහාර ලබාදීම සඳහා යොදාගනී. නබි (සල්)තුමා පැවසූහ:"සකාතුල් ෆිත්ර් උපවාස කරුවන්ගේ වැරදි සහ අසභ්‍ය කථා වලින් පිරිසිදු කිරීමක් වන අතර දුප්පත්යන්ට ආහාරයක් වේ” (අබූ දාවූද්).

ඊදුල් ෆිත්ර් දිනයේ මුස්ලිම්වරු නව හෝ පිරිසිදු ඇඳුම් ඇඳ, නමස්කාරය ඉටු කර, ආදරණීයයන් සමඟ සතුට බෙදා ගනී. එය සමාජයේ ආදරය, කරුණාව සහ එකමුතුව වර්ධනය කරයි.

අවසානයේ, රමදාන් මාසය ආධ්‍යාත්මික පුහුණු කාලයක් වන අතර, ඊදුල් ෆිත්ර් එම සාර්ථකත්වය සැමරීමේ දිනයකි. රමදාන් මාසයේදී අප ඉගෙනගත් යහපත් ගුණාංග දිගටම ජීවිතයේ අනුගමනය කිරීමයි සැබෑ ජයග්‍රහණය. අල්ලාහ් අප සැමගේ උපවාසය පිළිගෙන, අපගේ පව් සමාව දී, සතුටින් ඊදුල් ෆිත්ර් සැමරීමට හැකි කරනු ඇත. ආමීන්.

ආර්එල් නිෆ්ලා

උපදේශන නිළධාරි
නවෝදාව තෘතීය හා වෘත්තීය සාක්ෂරතා
පුහුණු මධ්‍යස්ථානය - සේනපුර

සිංහල හා හින්දු අලුත් අවුරුදු සැමරුම්

කන්දකාඩු නවෝදාව ප්‍රතිකාකර මධ්‍යස්ථානයේ පුනරුත්ථාපනලාභීන් සදහා සිංහල හින්දු අලුත් අවුරුදු උදාව නිමිත්තෙන් තේ පැන් සංග්‍රහයක් සහ සංගීත ප්‍රසංගයක් සහකාර පුනරුත්ථාපන අධිකාරී (පුනරුත්ථාපන) ගේ ප්‍රධානත්වයෙන් සියලු පුනරුත්ථාපනලාභීන්ගේ සහ කාර්ය මණ්ඩලයේ සහභාගිත්වයෙන් පවත්වන ලදි.

2026 වසරේ සිංහල හා හින්දු නව අවුරුදු උදාව නිමිත්තෙන් නවෝදාව තෘතීය හා වෘත්තීය සාක්ෂරතා පුහුණු මධ්‍යස්ථානය - සේනපුර මධ්‍යස්ථානයේ පුනරුත්ථාපනලාභීන් සහ ස්වේච්ඡා පුනරුත්ථාපනලාභීන් සදහා අවුරුදු තේ මේසය සහ තේ පැන් සංග්‍රහයක් මධ්‍යස්ථානයේ පුනරුත්ථාපන අධිකාරී (රාජකාරි ආවරණ) ලුතිතන් කර්නල් එච්එම්යූඩී හේරත්ගේ ප්‍රධානත්වයෙන් සියලුම පුනරුත්ථාපනලාභීන් සහ කාර්ය මණ්ඩලයේ සහභාගිත්වයෙන් පවත්වන ලදී.

සිංහල හා හින්දු අලුත් අවුරුදු උදාව නිමිත්තෙන් වව්නියාව සාරංගා මධ්‍යස්ථානයේ පුනරුත්ථාපනලාභින් හා කාර්ය මණ්ඩලයේ සහභාගිත්වයෙන් කිරි ඉතිරිවීම හා අලුත් අවුරුදු තේ පැන් සංග්‍රහයක් 2026.04.14 දින සිදු කරන ලදි. මධ්‍යස්ථානයේ සහකාර පුනරුත්ථාපන අධිකාරි (පුනරුත්ථාපන), සැපයුම් නිලධාරීගේ ප්‍රධානත්වයෙන් පුනරුත්ථාපනලාභින්, සියලු කාර්ය මණ්ඩලය සහ ආරක්ෂක අනුබණ්ඩයේ සාමාජිකයින් ද මෙම අවස්ථාවට සහභාගි වූහ.

ප්‍රජාව දැනුවත් කිරීම සහ අත් පත්‍රිකා බෙදා දීමේ වැඩසටහන්

දැනුවත් කිරීමේ අත් පත්ත්‍රිකා බෙදාදීම - මඩකලපුව නගරය

මඩකලපුව නගරය වෙත පැමිනෙණ ජනතාව සහ වෙළඳ ප්‍රජාව සඳහා පුනරුත්ථාපන කාර්යාංශය පිළිබඳව දැනුවත් කිරීමේ අත්පත්‍රිකා බොදිම සහ කෙටි දැනුවත් කිරීම් සිදු කිරීම මඩකලපුව දිස්ත්‍රික් පුනරුත්ථාපන සම්බන්ධීකරණ කාර්යාලයේ කාර්ය මණ්ඩලය විසින් 2026.04.10 දින සිදු කරන ලදී.

පුනරුත්ථාපන කාර්යාංශ ප්‍රචාරක බැනර් ප්‍රදර්ශණය කිරීම - අනුරාධපුර නගරය

අනුරාධපුර නගරයේ ප්‍රසිද්ධ ස්ථානයන්හි පුනරුත්ථාපන කාර්යාංශය පිළිබඳව ප්‍රචාරක බැනර් ප්‍රදර්ශනය කිරීම අනුරාධපුර දිස්ත්‍රික් පුනරුත්ථාපන සම්බන්ධීකරණ කාර්යාලයේ පුනරුත්ථාපන නිළධාරි ලුතිතන් කර්නල් එම්එන්කේ කුමාර ආර්එස්පී ඇතුළු කාර්ය මණ්ඩලය විසින් 2026.04.10 දින සිදු කරන ලදී.

ප්‍රජාව දැනුවත් කිරීමේ වැඩසටහන - ජාතික යොවුන් සේනාංක මධ්‍යස්ථානය - අත්තනගල්ල

අත්තනගල්ල ජාතික යොවුන් සේනාංක මධ්‍යස්ථානයේ තරුණ ප්‍රජාව සඳහා මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය පිළිබඳව දැනුවත් කිරීමේ වැඩසටහනක් ගම්පහ දිස්ත්‍රික් පුනරුත්ථාපන සම්බන්ධීකරණ කාර්යාලයේ සම්බන්ධීකරණයෙන් 2026.04.08 දින පවත්වන ලදී. ගම්පහ දිස්ත්‍රික් පුනරුත්ථාපන නිලධාරී ලුතිතන් කර්නල් පිඑම්පි කොස්තා සහ අන්තරායකර ඖෂධ පාලක ජාතික මණ්ඩලයේ අධ්‍යාපන නිලධාරී, දිස්ත්‍රික් සම්බන්ධීකරණ නිලධාරිනි එච්.ඒ හර්ෂණී ආරියරත්න මහත්මිය විසින් වැඩසටහන මෙහෙය වන ලද අතර වැඩසටහන අවසානයේ දැනුවත් කිරීමේ අත්පත්ත්‍රිකා හා පොස්ටර් බෙදාදීම ද සිදු කරන ලදී.

මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය පිළිබඳ ප්‍රජාව දැනුවත් කිරීමේ වැඩසටහන්

ප්‍රජාව දැනුවත් කිරීමේ අත් පත්‍රිකා බෙදා දීම - භාරතීපුරම් ග්‍රාමය - කිලිනොච්චිය

කිලිනොච්චිය භාරතීපුරම් ග්‍රාමයේ ප්‍රදේශවාසීන් සඳහා යාපනය දිස්ත්‍රික් පුනරුත්ථාපන සම්බන්ධීකරණ කාර්යාලයේ මෙහෙයවීමෙන් ප්‍රජාව දැනුවත් කිරීමේ අත් පත්‍රිකා බෙදා දීමක් 2026.03.27 දින සිදු කරන ලද අතර, යාපනය දිස්ත්‍රික් පුනරුත්ථාපන නිළධාරි ලුතිතන් කර්නල් ඩබ්ලිව්පීටී පෙරේරා ඇතුලු කාර්ය මණ්ඩලව විසින් මෙම අත්පත්‍රිකා බෙදා දීම සිදු කරන ලදී.

කුරුණෑගල පුනරුත්ථාපන සම්බන්ධීකරණ කාර්යාලයේ සම්බන්ධීකරණයෙන් මහව ප්‍රාදේශීය සභාවෙහි පවත්වාගෙන යනු ලබන පෙරපාසලේ ළමුන්ගේ දෙමව්පියන් සඳහා මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණ වැඩසටහනක් කුරුණෑගල දිස්ත්‍රික් පුනරුත්ථාපන නිලධාරි මේජර් ඩබ්ලිව්එම්යූඩී විජේරත්න සහ අන්තරායකර ඖෂධ පාලක ජාතික මණ්ඩලයේ සහකාර අධ්‍යාපන හා තොරතුරු නිලධාරී ප්‍රියන්ති හේවගේ මහත්මියගේ සම්පත් දායකත්වයෙන් 2026.03.17 දින සිදු කරන ලදි.

රත්නපුර ප්‍රජා පොලිස් ඒකකය හා නිහතමානි පදනමේ සහයෝගිතා සංවිධානයෙන් බටුගෙදර ප්‍රදේශවාසීන් සඳහා සංවිධානය කරන ලද මත්ද්‍රව්‍ය සහ නීතිමය තත්ත්වයන් පිළිබඳව දැනුවත් කිරීමේ වැඩසටහනක් 2026.03.22 දින බටුගෙදර ශෛලතලාරාම විහාරස්ථානයේදී පවත්වන ලදී. රත්නපුර පොලිස් ස්ථානයේ ප්‍රජා පොලිස් ඒකකයේ නිළධාරීන් සමග සම්බන්ධතාවයෙන් යුතුව රත්නපුර දිස්ත්‍රික් පුනරුත්ථාපන සම්බන්ධීකරණ කාර්යාලයේ කාර්යාල මණ්ඩලය විසින් සහභාගී වූවන් සඳහා පුනරුත්ථාපන ක්‍රියාවලිය සහ මත්ද්‍රව්‍ය නිවාරණය පිළිබඳව අත්පත්‍රිකා බෙදා දීම සිදු කරන ලදී.

වෘත්තීය පුහුණුවෙන්

ජීවිතයට නව අරුතක්...

බැකෝ යන්ත්‍ර ක්‍රියාකරු පාඨමාලාව 2026 පළමුවන අදියර අවසන් පරීක්ෂණය

සේනපුර නවෝදාව තෘතීය හා වෘත්තීය සාක්ෂරතා පුහුණු මධ්‍යස්ථානයේ දී 2026.01.12 දින ආරම්භ කරන ලද 2026 පළමු අදියරේ බැකෝ යන්ත්‍ර ක්‍රියාකරු පාඨමාලාවේ අවසන් පරීක්ෂණය 2026.03.24 දින පවත්වන ලදී.

මෙම අවසන් පරීක්ෂණය මධ්‍යස්ථාන පුනරුත්ථාපන අධිකාරී (රාජකාරී ආවරණ) ලුතිතන් කර්නල් එච්ඩබ්එම්යූඩී හේරත්, නියෝජ්‍ය අධ්‍යක්ෂ (වෘත්තීය පුහුණු) ලුතිතන් කර්නල් පීඩීඑල් ද අල්විස් ගේ අධීක්ෂණයෙන් ඉදිකිරීම් කර්මාන්ත සංවර්ධන අධිකාරියේ පුහුණු කිරීම් නිලධාරි ටීඑල්එම්කේ මෙන්ඩිස් මහතා, ප්‍රදර්ශක ඒඩබ්ලිව්ඩීසී විජේසිරි මහතා සහ ටීඑස් අබේරත්න මහතා විසින් පවත්වන ලදී.

පුනරුත්ථාපනලාභීන්ගේ ප්‍රායෝගිත කුසලතා සහ වෘත්තීය හැකියාවන් සංවර්ධනය කරලීම හරහා ඉදිකිරීම් ක්ෂේත්‍රයේ රැකියා අවස්ථාවන් සඳහා යොමු කරලීම මෙහි ප්‍රධාන අරමුණක් වේ.

දේශීය පෝෂ්‍යදායී ආහාර පාන ලබා ගැනීමේ වැදගත්කම පිළිබඳ දේශණය හා ආයුර්වේද වෛද්‍ය සායනය

වව්නියාව සාරංගා මධ්‍යස්ථානයේ පුනරුත්ථාපනලාභින් වෙනුවෙන් දේශීය පෝෂ්‍යදායී ආහාර පාන ලබා ගැනීමේ වැදගත්කම පිළිබඳ සිංහල හා දමිළ මාධ්‍යයෙන් දේශණයන් සහ ආයුර්වේද වෛද්‍ය සායනයක් 2026.04.09 දින සිදු කරන ලදී.

මෙම වැඩසටහන වව්නියාව සිද්ධි ආයුර්වේද රෝහලේ වෛද්‍ය ආර්එස්එච් ද සොයිසා මහත්මිය, වෛද්‍ය හේදිනි මහේෂ්වරන් මහත්මිය ගේ සම්පත් දායකත්වයෙන් පවත්වන ලදී.

හෙළ කලා සංස්කෘතික කෝලම් මඩුව

කන්දකාඩු නවෝදාව ප්‍රතිකාරක මධ්‍යස්ථානයේ පුනරුත්ථාපනලාභීන්ගේ සහභාගීත්වය සහ නිර්මාණශීලිත්වයෙන් විශේෂ හෙළ ජනකලා සංස්කෘතික කෝලම් මඩුවක් 2026.04.04 වන දින මධ්‍යස්ථාන පරිශ්‍රයේ දී පවත්වන ලදී.

එහිදී පොලිස් කෝලම, ජසයා සහ ලෙන්චිනා කෝලම, අඩබෙර කෝලම, සලුපාලිය යනා දී හෙළ සංස්කෘතිකාංගයන් පුනරුත්ථාපනලාභීන් විසින් ඉදිරිපත් කරන ලද අතර, එම අවස්ථාව සඳහා සියළුම පුනරුත්ථාපනාභින්, මධ්‍යස්ථාන පුනරුත්ථාපන අධිකාරී කර්නල් පීජේඑස් පියදිගම සහ සියළුම කාර්ය මණ්ඩලයේ අයවළුන් සහභාගී වන ලදි.

මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයේ අහිතකර බලපෑම්.

මා අද ඔබ හමුවේ ඉදිරිපත් කිරීමට බලාපොරොත්තු වන්නේ මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය නිසා ඇති වන අහිතකර බලපෑම් පිළිබඳවයි.

අපේ මව් රට වන ශ්‍රී ලංකාව තුළ මත්ද්‍රව්‍ය වසංගතය ඉතා විශාල වශයෙන් ව්‍යාප්ත වී පවතී. මෙම මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය හේතුවෙන් කුඩා දරුවන්ගේ සිට වැඩිහිටියන් දක්වා විශාල පිරිසක් දැඩි ලෙස පීඩාවට පත්ව සිටී.

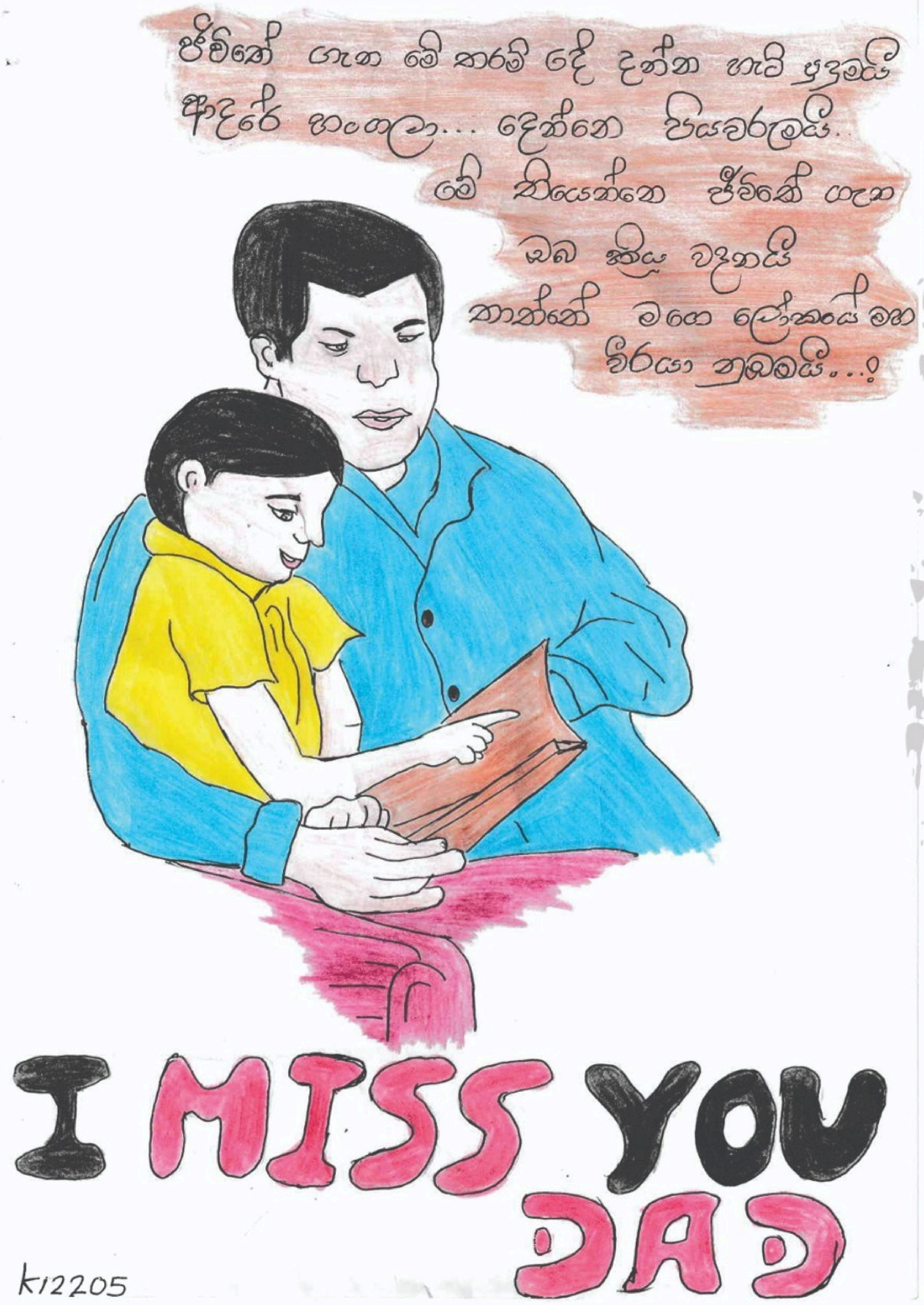
මත්ද්‍රව්‍ය අප රට තුළ බරපතල බලපෑමක් ඇතිකර තිබේ. මේ හේතුවෙන් තරුණ පරපුර මත්ද්‍රව්‍ය වලට ඇබ්බැහිවී තම ජීවිත විනාශ කර ගන්නා තත්ත්වයක් දක්නට ලැබේ. තරුණයන් පමණක් නොව ඔවුන්ගේ ක්‍රියාකලාපය නිසා ඔවුන්ගේ පවුල්ද දැඩි ලෙස පීඩාවට පත්ව ඇත. ඔවුන් භාවිතා කරන මත්ද්‍රව්‍ය අතර හෙරොයින්, ගංජා, අයිස් සහ මත් පැන් ප්‍රධාන වේ. මෙවැනි තවත් දරුණු මත්ද්‍රව්‍ය වර්ග විදේශ රටවල මෙන්ම වර්තමානය තුළ ද වේගයෙන් ව්‍යාපත් වෙමින් පවතී. සංඛ්‍යා ලේඛණ වලට අනුව අප රටේ විශාල පිරිසක් මත්ද්‍රව්‍ය වලට ඇබ්බැහි වී ඇති අතර ඉන් වැලකී සිටින සුලු පිරිසක් පමණක් තම ජීවිතය යහපත් ලෙස ගත කරති.

මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය තාවකාලික මත්වීමක් පමණක් නොව ශරීරයට වැළඳෙන බරපතල රොගාබාධ රැසකට මගපාදයි. මත්ද්‍රව්‍ය වලට ඇබ්බැහි වූ තරුණයන් ඒවා මිලදී ගැනීමට මුදල් නොමැති වූද විට සොරකම් කිරීම, බොරුකීම වැනි නරක පුරුදුවලට යොමු වෙති. මෙහි ප්‍රතිඵලයක් ලෙස ඔවුන්ට තම ජීවිතයෙන් අඩක් බන්ධනාගාර හෝ පුනරුත්ථාපන මධ්‍යස්ථාන තුළ ගත කිරීමට සිදුවේ. මෙයින් ඔවුන්ගේ පවුල් වල සාමාජිකයින් ද සමාජය තුළ දැඩි අපහසුතාවයට පත් වෙති.

විශේෂයෙන්ම හෙරෝයින් සහ අයිස් යන මත්ද්‍රව්‍ය මිනිස් ජීවිත වලට බලපතල හානි සිදුකරයි. එබැවින් මෙවැනි විනාශකාරී මත්ද්‍රව්‍ය වලින් මිදී අප සැමගේ ජීවිත යහපත් ලෙස ගොඩනගා ගත යුතු බව පවසමින් මගේ මෙම කෙටි ලිපිය අවසන් කරමි.

K - 12573
තී තියාගලෝජන්

වර්ණවත් හඬ



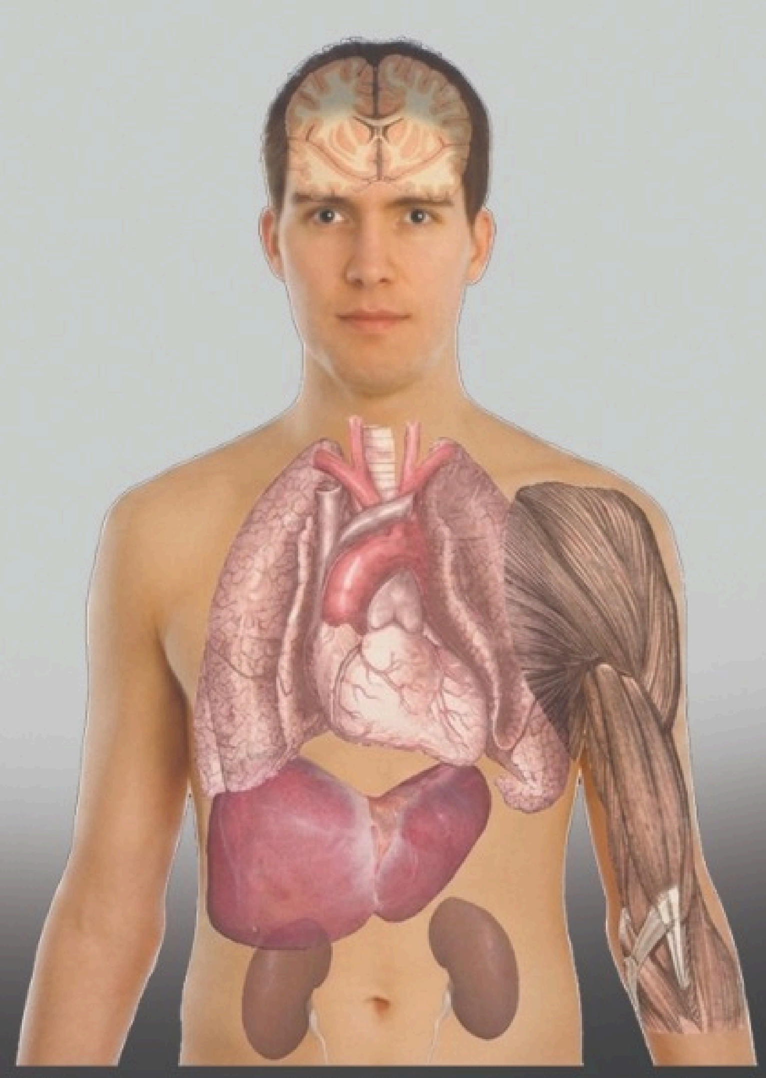
ජීවිතේ ගැන මේ තරම් දේ දන්න හැටි පුදුමයි
ආදරේ හංගලා... දෙන්නෙ පියවරලයි.
මේ තියෙන්නෙ ජීවිතේ ගැන
ඔබ කිව්ව වදනයි
තාත්තේ මගෙ ලෝකයේ මහ
වීරයා තමයි...!
I MISS YOU DAD
K12205

"ඇය අම්මා නම් විය..."
K12372
Ashan Indhuwara Herath

අපේ තාත්තා
අරක්කු බොන්නේ නැති නිසා
තාත්තත් සතුටින්
මාත් සතුටින්...
K12 214

දැන් මහලු ගෙට
ලස්සන රුවකි
ඇයත්
කාලෙකට
පෙර
අම්මා
Vinuth

පුරෝගාමී රසායන පාලනය
METHAMPHETAMINE



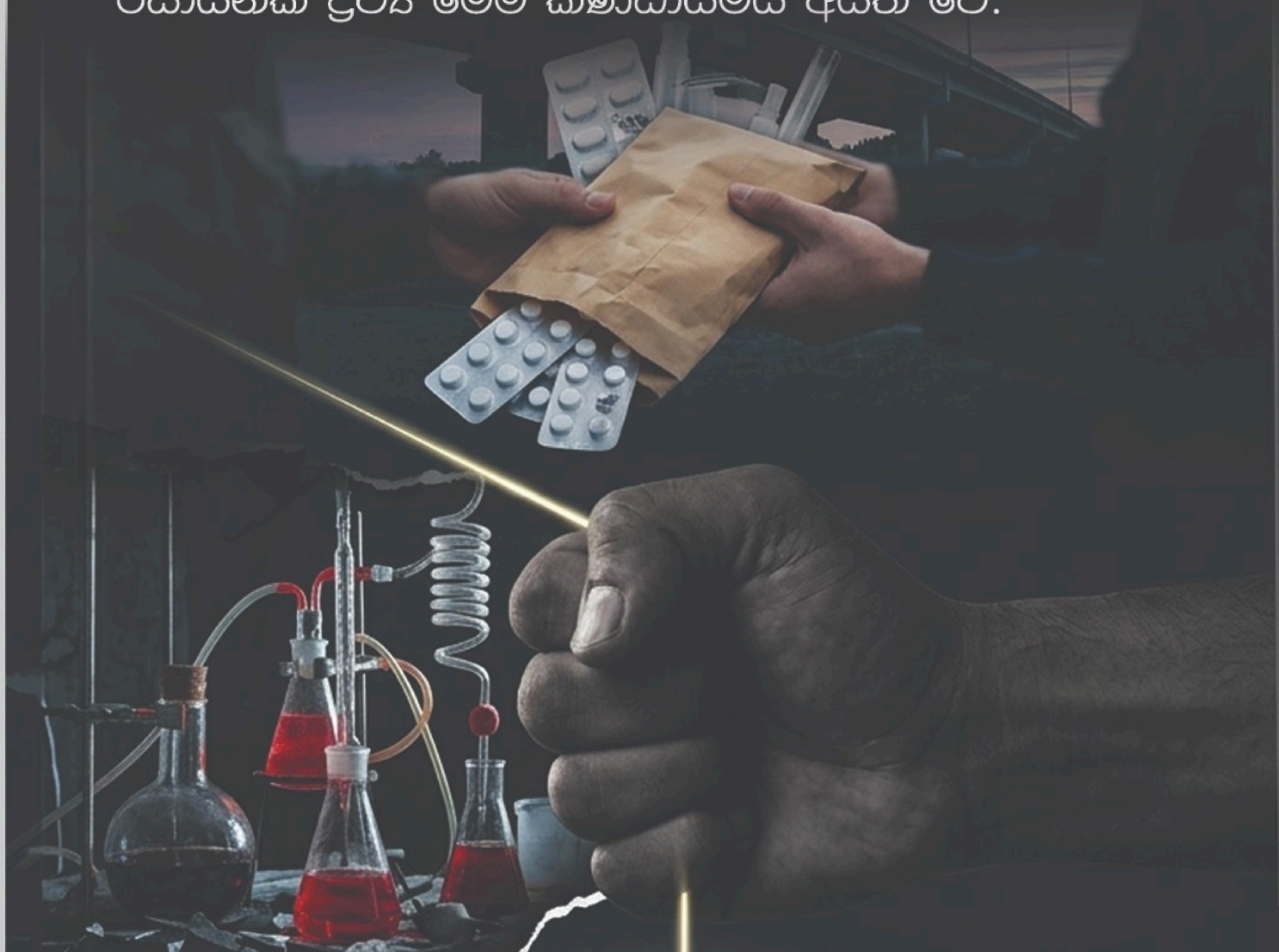
අයිස් මත්ද්‍රව්‍ය පාලනය සඳහා උපක්‍රමිකව මැදිහත් වන්නේ කෙසේද

වර්තමානය වන විට ගෝලීය මත්ද්‍රව්‍ය ප්‍රවණතා අතර කෘතිම නැතහොත් සංස්ලේෂිත (synthetic) මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය හා නිෂ්පාදනය සාම්ප්‍රදායික මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතය අතික්‍රමණය කොට තිබේ. ශ්‍රී ලංකාවේ තත්ත්වයද ඉන් වෙනස් නොවේ. ස්වභාවික මත්ද්‍රව්‍ය හෝ අර්ධ කෘතිම මත්ද්‍රව්‍ය වෙනුවට අද වන විට කරළියට විත් තිබෙන්නේ මෙතැම්පිටමින් (අයිස්)වැනි පූර්ණ කෘතිම මත්ද්‍රව්‍ය වේ. අයිස් නිෂ්පාදනය රඳා පවතිනුයේ එපඩ්‍රින් (ephedrine) ස්‍යුඩොඑපඩ්‍රින් (pseudoephedrine) සහ පිනයිල් 2 ප්‍රොපැනෝන්(P-2-P) වැනි පුරෝගාමී රසායනික ද්‍රව්‍ය මතය .එබැවින් ගෝලීය වශයෙන් මෙන්ම ශ්‍රී ලංකාව තුළත් මෙතැම් පිටමින් වැනි මත්ද්‍රව්‍ය පාලනය සඳහා සාම්ප්‍රදායික මෙහෙයුම් අත්අඩංගුවට ගැනීම්, සැපයුම් පාලනය කිරීම සඳහා ගන්නා උත්සාහයන් සේම පුරෝගාමී රසායනික ද්‍රව්‍ය පාලනය කිරීමද අතිශයින් වැදගත් උපක්‍රමික මැදිහත්වීමක් බව ප්‍රකාශ කිරීම මෙම ලිපියෙහි අරමුණයි.

පුරෝගාමී රසායනික ද්‍රව්‍යයන් යනු මොනවාද?

පුරෝගාමී රසායනික ද්‍රව්‍යයන් යනු නීති විරෝධී මත්ද්‍රව්‍ය නිෂ්පාදනය කිරීම සඳහා භාවිතයට ගැනෙන මූලික රසායනික සංඝටක ලෙස හැඳින්විය හැකිය. විශේෂයෙන්ම මෙතැම්පිටමින් නිෂ්පාදනය සඳහා මේවා භාවිතා කෙරේ. හෙරොයින් හෝ ගංජා වැනි ස්වභාවික ගණයේ මත්ද්‍රව්‍යවලට වඩා මේවා බොහෝ වෙනස්ය. මෙකී පුරෝගාමී රසායනික ද්‍රව්‍ය මත්ද්‍රව්‍ය නිෂ්පාදනයට පමණක් නොව අනෙකුත් නෛතිකව පිළිගත් පාරිභෝගික ද්‍රව්‍ය නිෂ්පාදනයටද අවශ්‍ය වන නිසා මේවා සම්පූර්ණයෙන්ම තහනම් කළ නොහැකි අතර පාලනයට පමණක් නතු කළ හැක්කේය. මෙබඳු පුරෝගාමී රසායනික ද්‍රව්‍ය පාලන කිරීම සඳහා එක්සත් ජාතීන්ගේ conbention against illicit traffic in narcotic drugs and psychotropic substances (1988)විෂමත් ද්‍රව්‍ය හා මනෝවර්තක ද්‍රව්‍ය ප්‍රවාහනය පිළිබඳ සම්මුතිය ක්‍රියාත්මක වේ.

උක්ත සම්මුතියට අනුව ප්‍රධාන ලැයිස්තු දෙකක් යටතේ වර්ග කොට තිබේ.(Table 182) මෙහි පළමුවන ලැයිස්තුව යටතට අයත් වන රසායනික ද්‍රව්‍ය ඉතා තදින්ම පාලනයට ලක් කරනු ලබන ඒවාය. එෆිඩ්‍රින් (ephedrine) ස්‍යුඩොඑපඩ්‍රින් (Pseudoephedrine) සහ පිනයිල් 2 ප්‍රොපැනෝන් (P-2-P) ඇසිටික් ඇන්ඩ්හයිඩ්‍රයිඩ්, ලයිසර්ජික් ඇසිඩ්, පොටෑසියම් පර්මැංගනේට් සල්ෆර් වැනි රසායනික ද්‍රව්‍ය දාහතරක් මෙම ලැයිස්තුවට අදාල වේ. දෙවන ලැයිස්තුවට නැතහොත්(Table 11) යටතට තවත් රසායනික ද්‍රව්‍ය නමයක් අයත් වේ.ඇසිටොන් (Acetone) ඇපන්ත්‍රනලික් ඇසිඩ් (Asnthranrlic Acid) ඉතායිල් ඉතාල් (Ethyl ether) හයිඩ්‍රොක්ලෝරික් ඇසිඩ් (hydrochloric acid) ටොලුයින් (Toluene) වැනි රසායනික ද්‍රව්‍ය මෙම කණ්ඩායමය අයත් වේ.



මෙම රසායනික ද්‍රව්‍ය පාලනය අවශ්‍ය වන්නේ අයිස් වැනි මත්ද්‍රව්‍යය රට තුළ නිෂ්පාදනය කිරීම සඳහා මෙකී මූලද්‍රව්‍ය පහසුවෙන් සොයා ගත හැකි බැවිනි. ලෝකයේ බොහෝ රටවල රසායනික පර්යේෂණ තුළ (clandestine laboratories)මේවා නිෂ්පාදනය කරයි. ශ්‍රී ලංකාවේද එසේ වීමට ඇති ඉඩකඩ අපට කිසිසේත් බැහැර කළ නොහැකිය. පාලනයට හා නිරීක්ෂණයට ඇති උපක්‍රම දුර්වල රටවලදී එෆීඩ්‍රීන් (ephedrine) වැනි රසායනික ද්‍රව්‍ය ඖෂධ නිෂ්පාදනාගාර වලින් හෝ විදේශීය රටවලින් මුහුදු මාර්ග ඔස්සේ මෙරටට පැමිණිය හැක්කේය. විශේෂයෙන්ම පුරෝගාමී රසායනික ද්‍රව්‍ය යොදාගෙන කෙරෙන කෘතිම මත්ද්‍රව්‍ය නිෂ්පාදනය ජාත්‍යන්තර ජාල අපරාධකාරීත්වයේ කොටසක් බවට පත්වේ. නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලිය දම්වැලක් ආකාරයෙන් බැඳී ඇති අතර රටවල් ගණනාවක් සම්බන්ධීකරණයෙන් සිදුවීමට හැකිය. (UNODC 2012)

අයිස් (methamphetamine) වෙළඳපොල, හෙරොයින් හෝ වෙනත් ස්වභාවික හෝ අර්ධ කෘතිම මත්ද්‍රව්‍යයකට වඩා පැතිරීමට බලපාන සාධක ගණනාවක් පවතී. කෘෂිකාර්මික ක්‍රියාවලියකට සම්බන්ධ නොවන නිසා වගා කිරීම එලදාව නෙලීම සැකසීම් වැනි කිසිවක් මෙයට අදාළ නොවේ. අනෙක් කරුණ මේවා කුස්සියක කුඩා පර්යේෂණාගාරයක වුවද නිෂ්පාදනය කිරීමට ඇති හැකියාවයි. මේ හේතු නිසා අයිස් යනු ඉතාමත් අනුවර්තනීය මත්ද්‍රව්‍යක් ලෙස හඳුන්වනු ලැබේ.(pardo,etal,2019)

අද වන විට ශ්‍රී ලංකාව පුරාම ව්‍යාප්ත වී තිබෙන එසේම තරුණයින්ගේ ජීවිතවලට තර්ජනයක් කරන ව්‍යසනයක් බවට පත්ව ඇති මේ මත්ද්‍රව්‍ය අත්අඩංගුවට ගැනීම හැරුණු විට වෙනත් උපක්‍රමික මාර්ග ඔස්සේ ද පාලනයට නතු කළ යුත්තේය. ඒ සඳහා ගතහැකි පියවර ගණනාවක් පහත පරිදි දැක්විය හැකි වේ.

★ අදාළ රසායනික ද්‍රව්‍ය යොදාගෙන කෙරෙන නිෂ්පාදන හා බෙදාහැරීම් සඳහා බලපත්‍ර ක්‍රමයක් ක්‍රියාත්මක කිරීම

★ආනයනය කරන මුල් ස්ථානයේ සිට අවසන් එලය දක්වා යාවත්කාලීන මැන බැලීමක් හා නිරීක්ෂණයක් සිදුකිරීම.(Gps ක්‍රම මගින්)

★ දේශීය වෙළඳපොළ නිරන්තරයෙන්ම නිරක්ෂණික්ෂණය කිරීම

★රටවල් අතර තොරතුරු බෙදා ගැනීම.

★ ආනයනය කිරීමට මත්තෙන් තොරතුරු ලබා ගැනීම. pre export notification

★ නීතිය බලගැන්වීමේ මෙහෙයුම් .

★නිලධාරීන් දැනුවත් කිරීම හා පුහුණු කිරීම

★ නවීන තාක්ෂණය භාවිතය

INCB නොහොත් අන්තර්ජාතික මත්ද්‍රව්‍ය පාලන නියුරෝව මේ පිළිබඳව ජාත්‍යන්තරව මැදිහත් වන ප්‍රධාන ආයතනයයි.

මෙතැම්පිටමින් පාලනය කිරීම් සඳහා අවශ්‍ය උපක්‍රමික මැදිහත්වීම පුරෝගාමී රසායන පාලනය සමඟ සමීප ලෙස බැඳී ඇති බව වටහාගත යුතුය. එසේම ශ්‍රී ලංකාව පිහිටා තිබෙන භූගෝලීය උපාය මාර්ගික ස්ථාන හේතුවෙන් ජාවාරම්කරුවන්ගේ තිත්පොළක් බවට පත්වීමේ අවධානම ද අමතක නොකළ යුත්තේ ය

දැනට pca නොහොත් පුරෝගාමී රසායන පාලන අධිකාරිය ශ්‍රී ලංකාවේ උක්ත රසායනික ද්‍රව්‍ය නියාමනය කිරීමේ වගකීම දරයි. රේගුව, පොලිසිය රසායනික ද්‍රව්‍ය යොදාගෙන භාණ්ඩ නිෂ්පාදන කරන ආයතන සමඟ pca දක්වන පාලනය හා ඇගයුම් නිරීක්ෂණය මේ සඳහා ඉතා වැදගත් වේ. අවසානයේ කිවයුත්තේ ශ්‍රී ලංකාවේ දැනටමත් ව්‍යසනයක්ව පවතින අයිස් (මෙතැම්පිටමින්) භාවිතයන් පාලනය කිරීම් සඳහා පුරෝගාමී රසායන ද්‍රව්‍ය පාලනය තීරණාත්මක අවධානයක් යොමු විය යුතු ක්ෂේත්‍රයක් බවයි

සුධීර ජයවීර
ජ්‍යෙෂ්ඨ කථිකාචාර්ය - කැළණිය විශ්වවිද්‍යාලය
පුනරුත්ථාපන කාර්යාංශ පාලක සභා සාමාජික

පුනරුත්ථාපන කාර්යාංශයට
නව නිල ලාංඡනයක්

ලාංඡනයේ අර්ථය:

මෙම ලාංඡනයේ පෙනෙන අත්කොටස, **සුරක්ෂිතභාවය, ආරක්ෂාව සහ ආදරයෙන් රැකබලා ගැනීම** සංකේතවත් කරයි. එය පුනරුත්ථාපනය ලබන පුද්ගලයින්ට හා පුනරුත්ථාපනය ලැබූවන් හා ඔවුන්ගේ පවුල් වලට ලබාදෙන ආධාර, සහාය හා මාර්ගෝපදේශනය නිරූපණය කරයි.

අත මත සිටින සෙමින් පියාසර කරන පක්ෂියා යනු **නව ජීවිතයක්, වෙනසක් සහ පරිවර්තනයක්** කරා ගමන් කිරීම සංකේතවත් කරයි. එය අසීරු අවස්ථාවන්ගෙන් මිදී, නව ආරම්භයක් කරා ගමන් කරන පුද්ගලයෙකුගේ ජීවිතයේ යථාර්ථය නිරූපණය කරයි.

පසුබිමේ ඇති සූර්යයා (උදාවන හිරු) යනු **අලුත් බලාපොරොත්තුව, ආලෝකය සහ අනාගතයේ ප්‍රගතිය** නිරූපණය කරයි. එය පුනරුත්ථාපනයෙන් පසු උදා වන නව ජීවිතයක ආරම්භය සංකේතවත් කරයි.

සාරාංශයෙන්:

මෙම ලාංඡනය පුනරුත්ථාපන කාර්යාංශය මගින් පුද්ගලයින්ට ආරක්ෂාව, මගපෙන්වීම සහ නව ජීවිතයක් සඳහා අවස්ථාවක් ලබාදෙන බව, ඔවුන්ගේ ජීවිතය යහපත් අතට පරිවර්තනය කිරීමට කැපවී ඇති බව පැහැදිලි කරයි.

පුනරුත්ථාපනලාභීන් සහ ඔවුන්ගේ සාමාජිකයින් සමඟ හමුව

පුනරුත්ථාපන මධ්‍යස්ථානයෙහි නේවාසිකව පුනරුත්ථාපනය වනු ලබන සෑම පුනරුත්ථාපනලාභියෙකු සඳහාම සෑම මසකටම දෙවතාවක් ඔහු විසින් නම් කළ ළඟම ඥාතීන් හමුවීමේ අවස්ථාවක් උදා කර දී ඇත. ඒ යටතේ හමුවූ අවස්ථාවන් කිහිපයක්.

යලි පිබිදෙන හදවත්

මූලික ප්‍රථමාධාර හා හෘද පුනර්ජීවන පුහුණු වැඩසටහන

සේනපුර නවෝදාව තෘතීය හා වෘත්තීය සාක්ෂරතා පුහුණු මධ්‍යස්ථානයේ පුනරුත්ථාපනලාභීන් වෙනුවෙන් මූලික ප්‍රථමාධාර හා හෘදපුනර්ජීවන පිළිබඳ වැඩසටහනක් 2026.04.08 දින පොළොන්නරුව ශික්ෂණ රෝහලේ ප්‍රථමාධාර උපදේශක/හෙද නිලධාරි එම්පීආර්එල් දීපාර්ත මහතා විසින් සිදු කරන ලදී.

ශ්‍රී ලංකාවේ මත්ද්‍රව්‍ය මර්දන මෙහෙයුම්

වත්මන් තත්ත්වය සහ අභියෝග

ශ්‍රී ලංකා පොලිසිය විසින් ක්‍රියාත්මක කරන ලද මත්ද්‍රව්‍ය මර්දන මෙහෙයුම් මගින් පසුගිය කාලය තුළ විශාල ප්‍රගතියක් අත්කරගෙන ඇති බව නවතම වාර්තා පෙන්වා දෙයි. විශේෂයෙන්ම "යුක්තිය" වැනි මෙහෙයුම් හරහා මත්ද්‍රව්‍ය ජාවාරම්කරුවන් අත්අඩංගුවට ගැනීම සහ මත්ද්‍රව්‍ය තොග අත්පත් කර ගැනීම ඉහළ ගොස් ඇත.

සමාජීය බලපෑම:

මෙම අත්අඩංගුවට ගැනීම් අතර විශ්වවිද්‍යාල සිසුන් (08), පාසල් සිසුන් (50), ත්‍රිවිධ හමුදා නිලධාරීන් (33), පොලිස් නිලධාරීන් (06) සහ ගුරුවරුන් (04) ද සිටීම කණගාටුදායක තත්ත්වයකි. මෙය මත්ද්‍රව්‍ය වසංගතය සමාජයේ සෑම තරාතිරමකම පැතිරී ඇති බවට කදිම සාක්ෂියකි.

පුනරුත්ථාපනය (Rehabilitation) **සහ අභියෝග:**

අත්අඩංගුවට ගත් ලක්ෂයකට අධික පිරිසෙන් පුනරුත්ථාපනය සඳහා යොමු කර ඇත්තේ 1,730 ක් වැනි සුළු පිරිසක් පමණි. මත්ද්‍රව්‍ය වලට ඇබ්බැහි වූවන් පුනරුත්ථාපනය කිරීම සඳහා පවතින නීතිමය සහ ප්‍රායෝගික ගැටලු මීට ප්‍රධාන හේතුව වී ඇත. බොහෝ අවස්ථාවලදී ඇබ්බැහි වූවන් බන්ධනාගාර ගත කිරීම වෙනුවට ඔවුන් නිසි පුනරුත්ථාපනයකට යොමු කිරීමේ අවශ්‍යතාවය මේ වනවිට පැනනැගී ඇත.

දේපළ රාජසන්තක කිරීම:

2022 වසරේ සිට මේ දක්වා මත්ද්‍රව්‍ය ජාවාරම්කරුවන්ගෙන් රුපියල් බිලියන 2.9 ක් පමණ වටිනා දේපළ තහනම් කිරීමට හෝ රාජසන්තක කිරීමට පියවර ගෙන ඇත. මෙය ජාවාරම්කරුවන්ගේ මූල්‍ය ශක්තිය බිඳවැටීමට විශාල රුකුලක් වී තිබේ.

අනාගතයේදී මත්ද්‍රව්‍ය වලට ඇබ්බැහි වූවන් හඳුනාගෙන ඔවුන්ව පුනරුත්ථාපනය සඳහා යොමු කරන නිලධාරීන් දිරිමත් කිරීමේ වැඩපිළිවෙළක් ද ක්‍රියාත්මක කිරීමට පොලිසිය බලාපොරොත්තු වේ.

අශෝක ධර්මසේන මහතා
නියෝජ්‍ය පොලිස්පති
පොලිස් මත්ද්‍රව්‍ය නාශක කාර්යාංශය

ඊ.එම්.ඩී.එස්. ඒකනායක මහතා
දිස්ත්‍රික් ලේකම් - පොළොන්නරුව

දරුවන්ගේ අධ්‍යාපන කඩාවැටීමට මත්ද්‍රව්‍යයෙන් විශාල බලපෑමක් සිදුවනවා

අධ්‍යාපන පද්ධතියෙන් දරුවන් ගිලිහී යාම

සංඛ්‍යාලේඛනවලට අනුව පොළොන්නරුවේ අධ්‍යාපන තත්ත්වය මෙසේය:

- වාර්ෂිකව දරුවන් 7,000 - 7,500 ක් පමණ දිස්ත්‍රික්කයේ උපත ලබයි.

- සාමාන්‍ය පෙළ විභාගයට පෙනී සිටින්නේ 6,500 ක් පමණි (එනම් දරුවන් 1,000ක් පමණ අතරමගදී පාසල් පද්ධතියෙන් ඉවත් වේ).

- උසස් පෙළ දක්වා පැමිණෙන්නේ 4,500 ක් පමණි.

- විශ්වවිද්‍යාල වරම් ලබන්නේ දරුවන් 2,500 ක් වැනි සුළු පිරිසකි.

මෙහි ඇති වඩාත්ම කනගාටුදායක තත්ත්වය වන්නේ, අධ්‍යාපන පද්ධතියෙන් ගිලිහී යන පිරිසෙන් බහුතරය පිරිමි දරුවන් වීමයි. දිඹුලාගල වැනි ප්‍රදේශවල පිරිමි දරුවන්ගෙන් 82% ක්ම පාසල් පද්ධතියෙන් බැහැර වන බව මෙහිදී අනාවරණය වේ.

මත්ද්‍රව්‍ය උවදුර සහ සමාජීය බලපෑම

පාසල් පද්ධතියෙන් බැහැර වන මෙම පිරිමි දරුවන් වැඩි වශයෙන් මත්ද්‍රව්‍යවලට ඇබ්බැහි වීමේ ප්‍රවණතාවක් පවතී.

- පාසල් නොයන දරුවන් රහසිගත ස්ථානවල සහ උද්‍යානවල ගැවසෙමින් මත්ද්‍රව්‍ය භාවිතයට යොමු වන බව නිරීක්ෂණය වී ඇත.

- රැකියා අවස්ථා ලබා ගැනීමේදී ද පිරිමි දරුවන්ට වඩා කාන්තාවන් වැඩි වශයෙන් සුදුසුකම් ලැබීම නිසා පිරිමි පාර්ශවය දැඩි මානසික පීඩනයකට ලක්ව සිටී.

විසඳුම් සඳහා යෝජනා

මෙම තත්ත්වය පාලනය කිරීම සඳහා පාසල් මට්ටමින් ක්‍රියාත්මක කළ හැකි ප්‍රායෝගික යෝජනා කිහිපයක් ඉදිරිපත් කෙරේ:

1. ස්ථාවර පන්තිභාර ගුරු සේවය: දරුවෙකු 6 වසරේ සිට 11 වසර දක්වා එකම පන්තිභාර ගුරුවරයෙකු යටතේ ඉගෙනුම ලැබීමෙන්, දරුවාගේ පෞද්ගලික ප්‍රශ්න හඳුනා ගැනීමට සහ ඒ සඳහා මගපෙන්වීමට ගුරුවරයාට වැඩි අවස්ථාවක් ලැබේ.

2. සමීප අධීක්ෂණය: දරුවන් පාසල් නොපැමිණෙන අවස්ථාවලදී ඒ පිළිබඳව සොයා බලා ඔවුන් මත්ද්‍රව්‍ය වැනි වැරදි මාර්ගවලට යොමු වීම වැළැක්වීමට ගුරුවරුන් සහ දෙමාපියන් වැඩි අවධානයක් යොමු කළ යුතුය.

මත්ද්‍රව්‍ය උවදුරෙන් දරුවන් බේරාගැනීමට

දෙමාපියන් සතු වගකීම

සුභාෂිණී ඒකනායක
මාතලේ ශ්‍රී සුමංගල විද්‍යාලයේ විදුහල්පතිනි

වර්තමාන සමාජය තුළ මත්ද්‍රව්‍ය ව්‍යසනය සීඝ්‍රයෙන් පැතිර යන අතර, එයින් තම දරුවන් ආරක්ෂා කර ගැනීම සෑම මවකගේ සහ පියෙකුගේම මූලික වගකීමකි. තම දරුවා මත්ද්‍රව්‍ය සඳහා යොමු වී ඇති බව දැනගත් සැණින් දෙමාපියන් දැඩි ලෙස කලබල වීම ස්වභාවික වුවත්, එම කලබලකාරී බව දරුවා තවදුරටත් ප්‍රචණ්ඩත්වයට හෝ වැරදි මාවතකට යොමු කිරීමට හේතු විය හැක.

දරුවා සමඟ සමීප සබඳතාවක් පවත්වා ගැනීම
දරුවෙකු මත්ද්‍රව්‍යවලට යොමු වූ විට ඔහුට දඬුවම් කිරීමට හෝ විවිධ ආයතන වෙත යොමු කිරීමට පෙර, දෙමාපියන් විසින් කළ යුතු වැදගත්ම දේ වන්නේ දරුවාට සවන් දීමයි.

දරුවා සමඟ ආදරයෙන් කතා කිරීම සහ ඔවුන්ගේ ගැටලු තේරුම් ගැනීම තුළින් ඈත් වූ බැඳීම් නැවත ශක්තිමත් කර ගත හැකිය.

විවෘතව අදහස් හුවමාරු කර ගැනීම මඟින් දරුවා තුළ පවතින බිය සහ චකිතය දුරු කළ හැකිය.

මාධ්‍ය භාවිතය සහ දෙමාපිය අවධානය
රූපවාහිනිය සහ සමාජ මාධ්‍ය ඔස්සේ නිරන්තරයෙන් මත්ද්‍රව්‍ය සම්බන්ධ දර්ශන ප්‍රචාරය වේ. මෙවැනි අවස්ථාවලදී:

දෙමාපියන් දරුවන් සමඟ එක්ව රූපවාහිනිය නරඹමින්, එම දර්ශන පිළිබඳව දරුවාගේ අදහස් විමසීම ඉතා වැදගත් වේ.

දරුවා පාසලේදී හෝ සමාජයේදී මුහුණ දෙන අත්දැකීම් පිළිබඳව බියකින් තොරව දෙමාපියන් සමඟ පැවසීමට හැකි පරිසරයක් නිවසේ ගොඩනැගිය යුතුය.

මවකගේ සුවිශේෂී භූමිකාව
පවුලක් තුළ මව යනු දරුවන්ගේ වෙනස්වීම් පිළිබඳව වඩාත්ම අවධානයෙන් පසුවන තැනැත්තියයි. දරුවාගේ පහත වෙනස්කම් පිළිබඳව මව අවධානයෙන් සිටීම වැදගත් වේ:

අධ්‍යාපනයෙන් ඈත් වීම.
මිතුරු ඇසුරේ සිදුවන වෙනස්කම්.
ශරීරය කෘෂ වීම සහ ආහාර අරුචිය.

“අම්මා සහ තාත්තා දරුවාගේ හොඳම යහළුවන් විය යුතුය. එවිට ඕනෑම සමාජ ව්‍යසනයකින් දරුවා ගලවාගෙන, ශක්තිමත් පෞරුෂයක් සහිත දරුවෙකු සමාජයට දායාද කිරීමට ඔබට හැකි වනු ඇත.”

මාධ්‍ය අංශය

සිතුවිලි පැඹුර

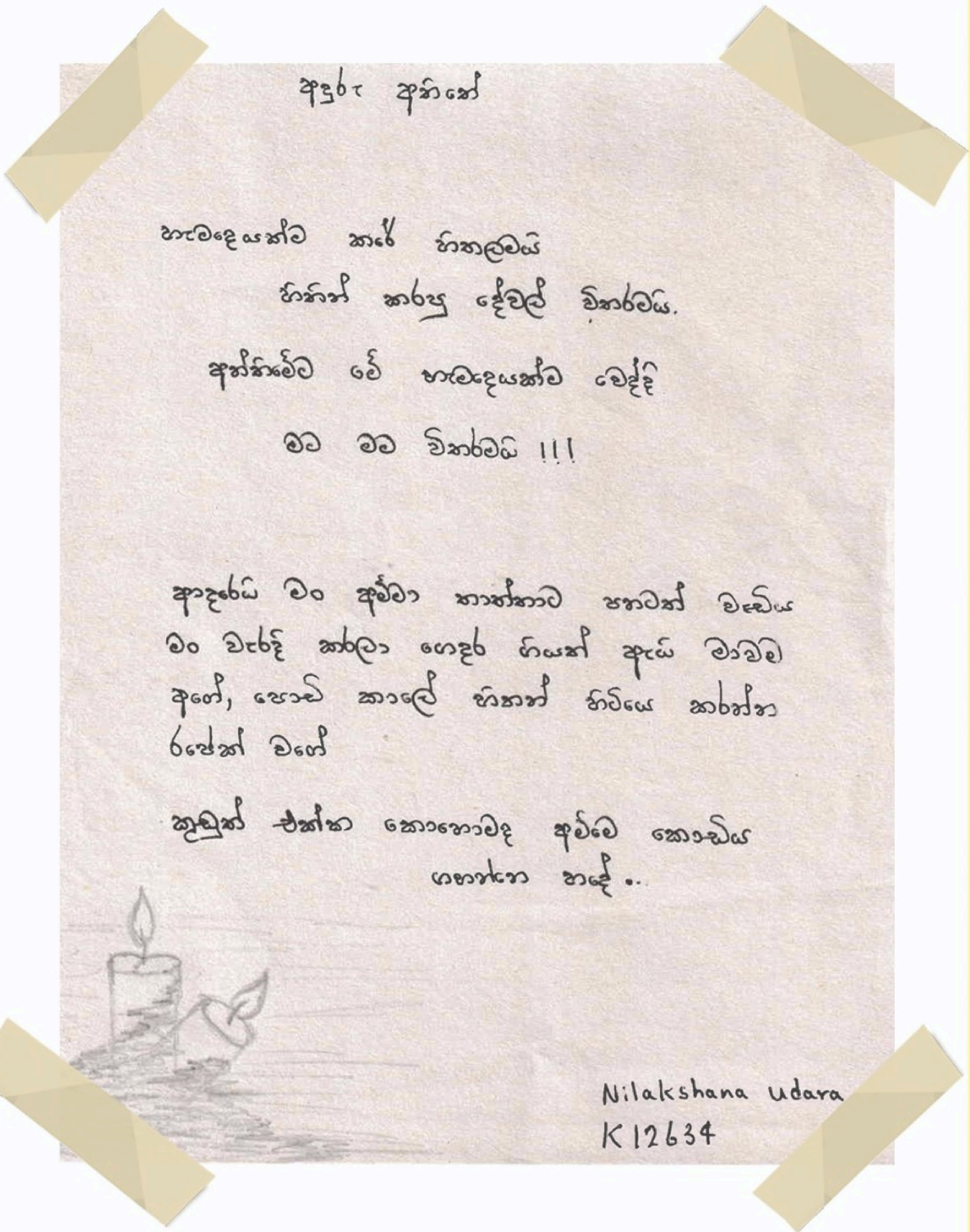
K -12582

කිසිම පුද්ගලයෙකුට එබඳු
නොවටිනා පුද්ගලයෙකු වෙන්න
පුලුවන.

නමුත් එබඳු මමට
ඔබව තරම් වටිනා
එත් කිසිමෙක් නොමැත
තරම්...

ලෝකයෙන් මට විරුද්ධ උනත්
මං වෙනුවෙන් ඉන්න
මං වින්නෙම නැති
විශ්වාසම එනා ආදරවන්තී
අම්මා ...

LOVE



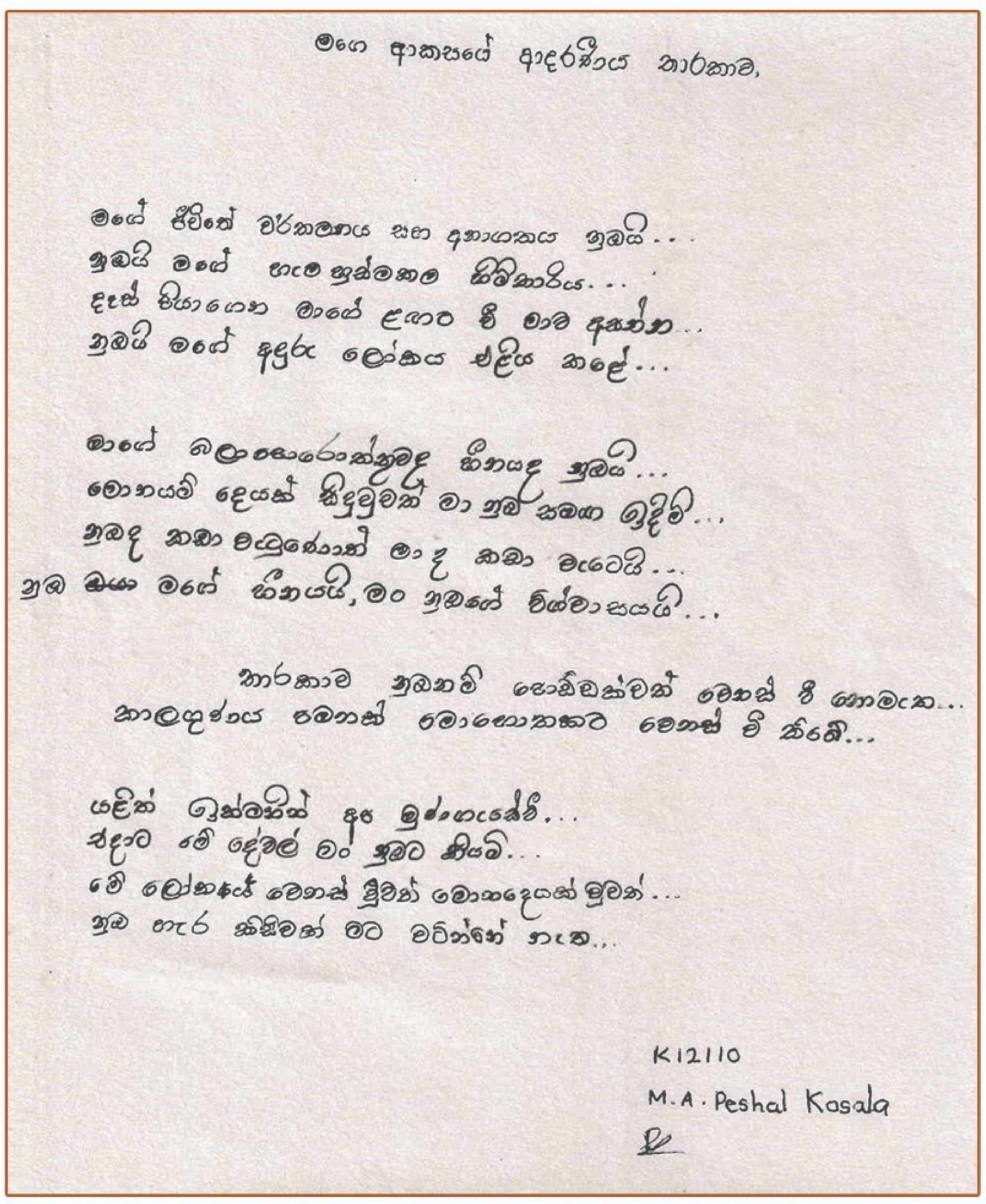
අඳුරු අතීතේ

හැමදෙයක්ම කාගේ හිතලමයි
හිතින් කරපු දේවල් විකාරමයි.
අන්තිමේට මේ හැමදෙයක්ම වෙද්දි
මට මම විකාරමයි !!!

ආදරෙයි මං අම්මා තාත්තාට පනටත් වැඩිය
මං වැරදි කරලා ගෙදර ගියත් ඇයි මාවම
අනේ, පොඩි කාලේ හිතන් හිටියෙ කරන්න
රජෙක් වගේ

කුඩුත් එක්ක කොහොමද අම්මෙ කොඩිය
ගහන්නෙ හදේ..

Nilakshana Udara
K12634



මගෙ ආකසයේ ආදරණීය තාරකාව.

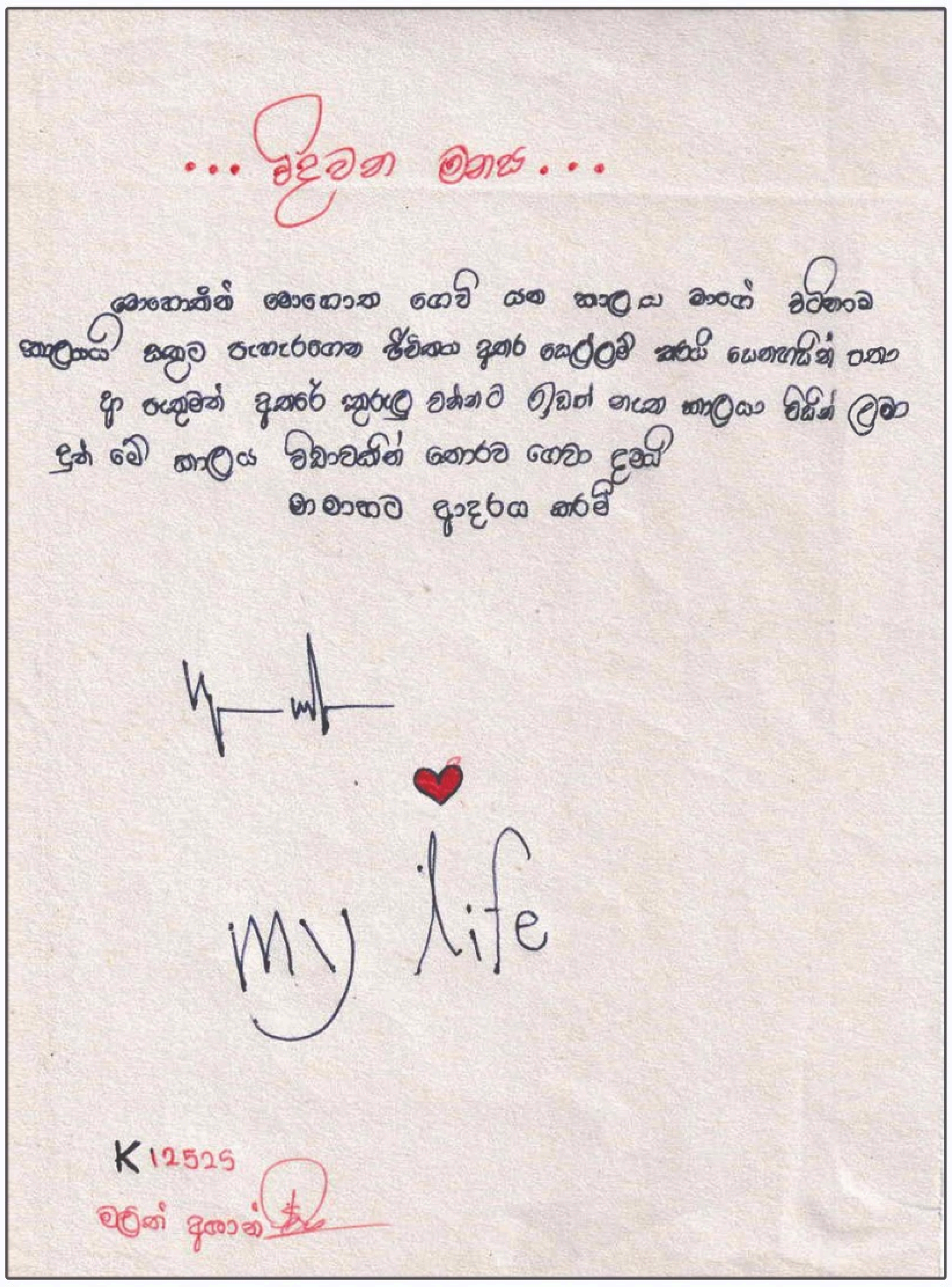
මගේ ජීවිතේ වර්තමානය සහ අනාගතය නුඹයි...
නුඹයි මගේ හැම සුන්දරත්ව හිමිකාරිය...
දෑස් පියාගෙන මාගේ ළඟට වී මාව අසන්න...
නුඹයි මගේ අඳුරු ලෝකය එළිය කළේ...

මාගේ බලාපොරොත්තුවද හීනයද නුඹයි...
මොනයම් දෙයක් සිදුවුවත් මා නුඹ සමඟ ඉඳිමි...
නුඹද කතා කළුරොත් මාද කතා නැවෙයි...
නුඹ ඔයා මගේ හීනයයි, මං නුඹගේ විශ්වාසයයි...

තාරකාව නුඹනම් පොඩිඩක්වත් වෙනස් වී නොමැත...
කාලගුණය එමනස් මොහොතකට වෙනස් වී තිබේ...

යළිත් ඉක්මනින් අප මුණගැසේවී...
එදාට මේ දේවල් මං නුඹට කියමි...
මේ ලෝකයේ වෙනස් වුවත් මොනදෙයක් වුවත්...
නුඹ හැර කිසිවක් මට වටින්නේ නැත..

K12110
M.A. Peshal Kosala



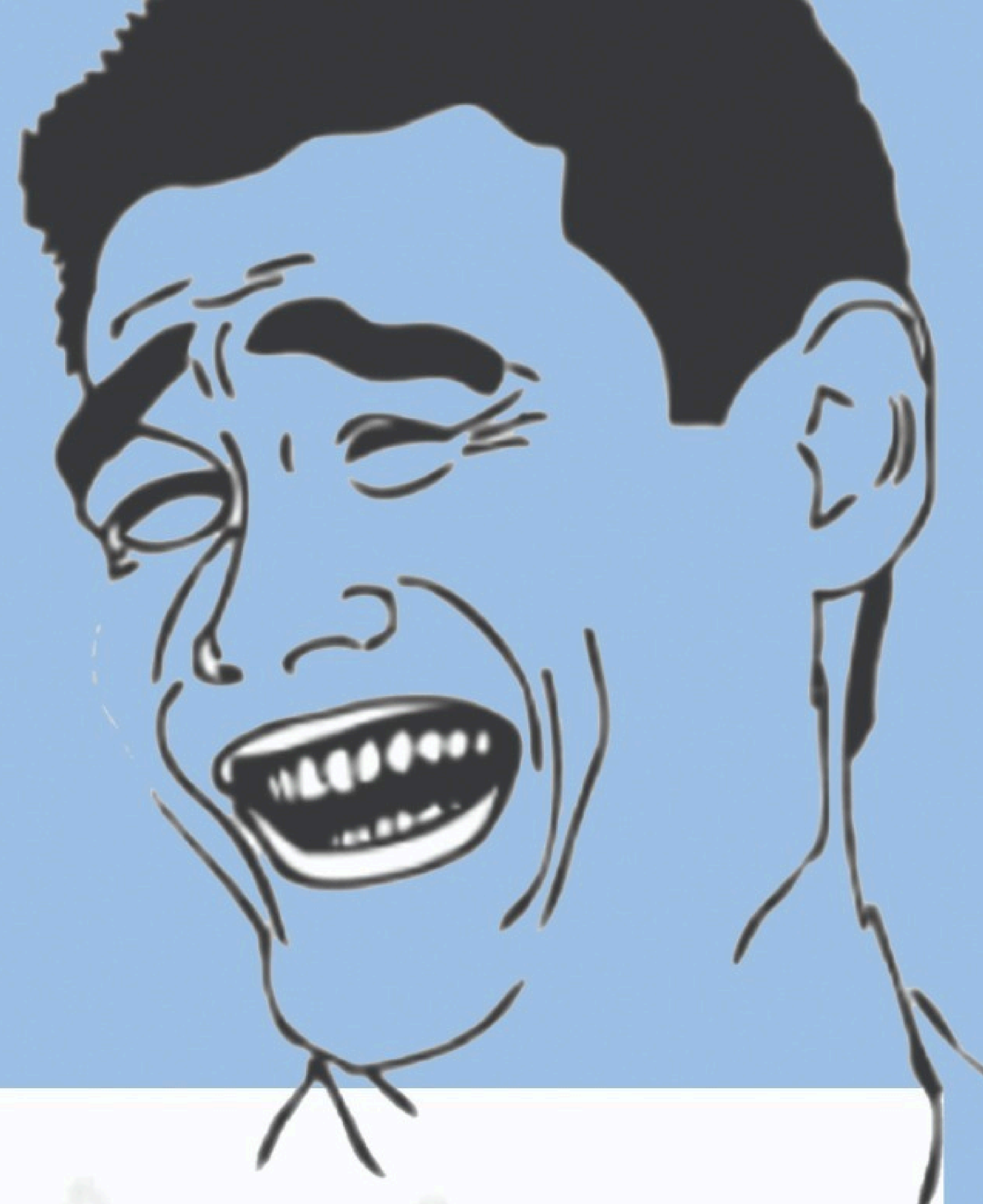
...විඳවන මනස...

කොහොමත් මොහොත ගෙවී යන කාලය මාගේ වටිනාම
කාලයයි සතුට පැහැරගෙන ජීවිතය අතර සෙල්ලම් කරයි යොහොසින් පතා
දා පැතුමත් අතරේ කුරුළු වන්නට ඉඩක් නැත කාලයා විසින් ලමා
දුන් මේ කාලය විඩාවකින් තොරව ගෙවා දමයි
මා මාහට ආදරය කරමි

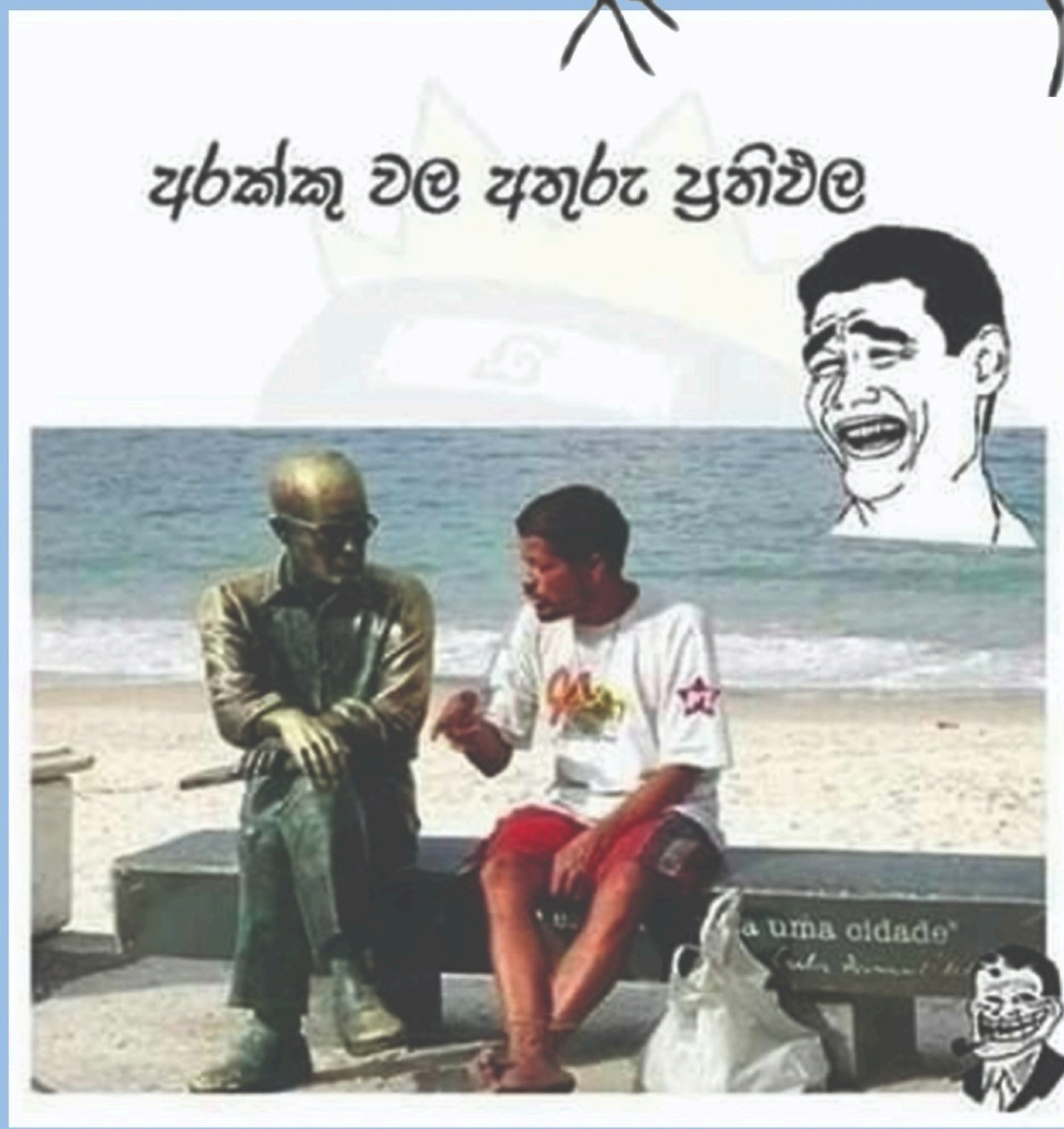
my life

K12525
මලින් අශාන්

සිනා සාගරය



දන්නවද පොඩි මැන්..
අපි පොඩි කාලෙ
ආවා සෑහෙන්න දරුනු
වෛරස් එකක්
ඒකෙ නම
"කොවිඩ් 19"
5/30
චීනෙන් පටං අරන්
සෑහෙන්න මිනිස්සු
ගානක් මැරුනා
ඉතින්
සීයට
හැදුන්
නැද්ද?
කොහෙ
හැදෙන්නද
මං
ගෙදට්ට
වෙලා
Games
ගැහුවනේ
pc games soft copy


අරක්කු වල අතුරු ප්‍රතිඵල

මත් රකුසා අපිට එපා කියලා
ස්කෝලෙ වටේ බෝඩ් කෑලි උස්සන්
ගියපු උන් නේද
අද මෙ කානු දිගෙ බඩගාන්නෙ

යකෝ මෙහෙම ආතල්
දෙන්නෙපා කිටියෝ

Bureau of Rehabilitation
Ministry of Public Security and Parliamentary Affairs

"ලස්සන ජීවිතයක්" මත්ද්‍රව්‍යයෙන් තොර දේශයක්

Gov.lk   සිංහල   தமிழ்

Home | About Us | Services | Media Center | Downloads | Procurement Notices | Careers | Contact

WELCOME TO

BUREAU OF REHABILITATION

MINISTRY OF PUBLIC SECURITY AND PARLIAMENTARY AFFAIRS

About BOR

Introduction

Considering the necessity and importance of ***systematically*** rehabilitating individuals who have become addicted to drugs, as well as other individuals who may be identified under the law, and recognizing that this has become a serious issue and a national concern, attention has been directed toward rehabilitating such individuals and guiding them back to a proper path. To fulfill this objective, the **"Rehabilitation Bureau"** was established under **Act No. 2 of 2023**. This bureau operates under the **Ministry of Public Security and Parliamentary Affairs.**

↗ Overview   ↗ Procurement Notices

ඔබටත් පුනරුත්ථාපන කාර්යාංශය පිළිබඳව සහ වැඩිදුර තොරතුරු දැනගැනීම සඳහා ඔබත් අදම අපගේ වෙබ් අඩවිය සහ සමාජ මාධ්‍ය ජාලය හා එක්වන්න.

www.bor.gov.lk ලෙස ටයිප් කර හෝ පහත QR බේතය ඔබගේ ජංගම දුරකථනයෙන් ස්කෑන් කර අපගේ වෙබ් පිටුව වෙත පිවිසිය හැක.

www.bor.gov.lk

මෙය සිංහල, දමිල සහ ඉංග්‍රීසි යන මාධ්‍ය තුනෙන්ම පරිශීලනය කළ හැක.

ඊට අමතරව විශේෂ අවශ්‍යතා සහිත පුද්ගලයින් සඳහා ද පරිශීලනය කළ හැකි ආකාරයෙන් මෙම වෙබ් පිටුව විශේෂයෙන් සකස් කර ඇත.

තවද ප්‍රධාන පෙළේ සමාජ මාධ්‍යයන් වන Facebook, Instagram, Youtube සහ TikTok යන සමාජ මාධ්‍යයන් ඔස්සේ නිරන්තරයෙන් යාවත්කාලීන වන අපගේ තොරතුරු පිළිබඳව දැනුවත් විය හැක.

සමාජ මාධ්‍යයන් ඔස්සේ දැනුවත් වීම සඳහා පහත QR බේතය ඔබගේ ජංගම දුරකථනයෙන් ස්කෑන් කරන්න.

Contact Us

No: 462/2, Kaduwela Road, Ganahena, Battaramulla
bcg.rehabilitation@gmail.com / bcgr.rehabb@gmail.com
+94 112 883 891 / +94 112 577 457

Gallery

Explore Gallery