



കേരള സർക്കാർ  
എക്സൈസ് വകുപ്പ്

കേരള സംസ്ഥാന  
ലഹരി വർജ്ജന മിഷൻ

വിമുക്തി  
വിദ്യയും മനസ്സും  
കൈയും കാലും



**ഉണർവ്**

വിദ്യാലയങ്ങളിലെ വിമുക്തി പദ്ധതി

കൈപ്പുസ്തകം



കേരള സർക്കാർ  
കേരള എക്സൈസ് വകുപ്പ്

# ഉണർവ്

(വിദ്യാലയങ്ങളിലെ വിമുക്തി പദ്ധതി)  
കൈപ്പുസ്തകം



കേരള സംസ്ഥാന ലഹരി വർജ്ജന മിഷൻ

വിമുക്തി  
Kerala State Excise Department

## ഉണർവ്

വിദ്യാലയങ്ങളിലെ വിമുക്തി പദ്ധതി

കൈപ്പുസ്തകം

പ്രസിദ്ധീകരണം 2022

വിമുക്തി മിഷൻ

എക്സൈസ് ബോധവൽകരണ വിഭാഗം

എക്സൈസ് ആസ്ഥാന മന്ദിരം

തിരുവനന്തപുരം 33

ചീഫ് എഡിറ്റർ

എസ്.ആനന്തകൃഷ്ണൻ ഐ. പി. എസ്  
(എ.ഡി.ജി.പി.& എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ)

ചീഫ് എക്സിക്യൂട്ടീവ് എഡിറ്റർ

ഡി. രാജീവ് ഐ.ഒ.എഫ്.എസ്  
(അഡീഷണൽ എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ &  
വിമുക്തി ചീഫ് എക്സിക്യൂട്ടീവ് ഓഫീസർ)

എഡിറ്റോറിയൽ ബോർഡ്

ആർ.ഗോപകുമാർ (ജോയിന്റ് എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ  
ബോധ വൽകരണ വിഭാഗം)

എം.അരുൺ (അസിസ്റ്റന്റ് എക്സൈസ് ഇൻസ്പെക്ടർ)

ബി.എൽ.കൃഷ്ണമൂർത്തി (പ്രിൻസിപ്പൽ ഓഫീസർ)

വി.ബിമൽ നാഥ്(സിവിൽ എക്സൈസ് ഓഫീസർ)

ആർ.യു. നിതിൻ (സിവിൽ എക്സൈസ് ഓഫീസർ)

വിനു വിജയൻ (സോഷ്യോളജിസ്റ്റ്, എക്സൈസ് വകുപ്പ്)

ഡിസൈൻ & ലേ ഔട്ട്

വി.ബിമൽ നാഥ്



M.V. GOVINDAN MASTER  
MINISTER FOR  
LOCAL SELF GOVERNMENT,  
EXCISE DEPARTMENTS  
GOVERNMENT OF KERALA

THIRUVANANTHAPURAM  
Date: 15.12.2021



സന്ദേശം

നം.123/PR/M(LSG,RD&E)/2021

വ്യത്യസ്തമായ ഒരു "കേരള മോഡൽ" മറ്റ് സംസ്ഥാനങ്ങൾക്കും നമ്മുടെ രാജ്യത്തിനു തന്നെയും സംഭാവന ചെയ്യുന്നതിന് കേരളത്തിന് സാധിച്ചിട്ടുണ്ട്. കേരള എക്സൈസ് വകുപ്പ്, വിമുക്തി മിഷന്റെ ഭാഗമായി ആവിഷ്കരിച്ച "ഉണർവ്" പദ്ധതി രാജ്യത്തിന് കേരളം മുന്നോട്ട് വയ്ക്കുന്ന ഒരു നൂതന ആശയമാണ്.

സംസ്ഥാനത്തുടനീളം തിരഞ്ഞെടുത്ത സ്കൂളുകളിൽ, കുട്ടികളെ വിദ്യാഭ്യാസത്തോടൊപ്പം കലാ/കായിക രംഗങ്ങളിലും തൽപ്പരരാക്കി അവരുടെ പഠനം കഴിഞ്ഞുള്ള സമയം ക്രിയാത്മകമായും കായിക വിനോദങ്ങളിലും കേന്ദ്രീകരിച്ച് അവരെ ലഹരി ഉൾപ്പെടെയുള്ള ആശംവഹമല്ലാത്ത പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ തിന്ന് പിന്തിരിപ്പിക്കുക എന്ന ലക്ഷ്യത്തോടെ കേരള എക്സൈസ് വകുപ്പ് വിമുക്തി മിഷന്റെ ഭാഗമായി നടപ്പാക്കുന്ന പദ്ധതിയാണ് " ഉണർവ് "

സർക്കാരിന്റെയും, പൊതുമേഖലാ സ്ഥാപനങ്ങളുടെയും പൊതുമുനങ്ങളുടെയും സഹകരണത്തോടെ വിദ്യാലയങ്ങളിൽ കലാ കായിക പരിശീലന സൗകര്യങ്ങൾ ഉറപ്പു വരുത്തുന്ന ഈ പദ്ധതി, വിദ്യാലയങ്ങളെ സമ്പൂർണ്ണമായി ലഹരി വിമുക്തമാക്കുക, വിദ്യാർത്ഥികളിൽ കലാ കായിക മത്സരങ്ങളിൽ താൽപ്പര്യം വളർത്തിയെടുക്കുക എന്നിങ്ങനെയുള്ള ലക്ഷ്യങ്ങൾ വിഭാവനം ചെയ്യുന്നു. വ്യത്യസ്തമായ മാതൃകയിൽ ലഹരി വിരുദ്ധ ബോധവൽക്കരണം നടത്തുന്ന എക്സൈസ് വകുപ്പിന്റെ ഉണർവ് പദ്ധതിയ്ക്കും പദ്ധതി നിർവ്വഹണത്തിന്റെ മർഗ്ഗ നിർദ്ദേശങ്ങൾ ഉൾക്കൊള്ളിച്ച് തയ്യാറാക്കിയ ഈ കൈപ്പുസ്തകത്തിനും എല്ലാവിധ ആശംസകളും നേരുന്നു.



എം.വി.ഗോവിന്ദൻ മാസ്റ്റർ

**എം.വി.ഗോവിന്ദൻ മാസ്റ്റർ**  
**തദ്ദേശ സ്വയം ഭരണ , ഗ്രാമ വികസന**  
**എക്സൈസ് വകുപ്പ് മന്ത്രി**

Office:Secretariat Annexe-I, V th Floor,Room No.501 C  
Government Secretariat, Thiruvananthapuram-695001  
Res.: "NEST", Cliff House Compound, Nanthancode,Thiruvananthapuram  
Phone-Office: 0471-2332700 Mobile:9400099111,9447070569  
E-Mail:min.lsgd@kerala.gov.in



# ഉണർവ്

# UNARVU

# WORLD

## Development

**Kerala government to launch project 'Unarvu' to keep school**

The project 'Unarvu', which means 'Awakening', will be carried out by the Vimukthi Mission in association with Parents and Teachers Association.

- The project 'Unarvu', which means 'Awakening', will be carried out by the Vimukthi Mission in association with Parents and Teachers Association.
- The main aim is to follow-up to the Governor's address to the Kerala Legislature in 2019.
- The centres of Vimukthi Mission will provide counselling and treatment to school children exposed to sex abuse.

**Hindustan Times**

**Kerala govt to launch project to keep school children off drugs**

The project 'Unarvu', which means 'Awakening', will be carried out by the Vimukthi Mission in association with Parents and Teachers Association of government schools. Representatives of local doctors and residents will also be involved besides the staff of the society.

**New Debate** in a major initiative to eradicate school children away from the growing menace of alcohol, narcotics and substance abuse. Vimukthi Mission of the Education Department in Kerala is all set to launch a project to rehabilitate the emerging students into creative pursuits of arts and sports, besides helping them improve their academic performance.

The project, 'Unarvu', which means 'Awakening', will be carried out by the Vimukthi Mission in association with Parents and Teachers Association of the concerned schools. Representatives of local doctors and residents associations will also be involved in the project.

**THE TIMES OF INDIA**

**'Unarvu' by Vimukthi mission**

The government is launching a project to help students overcome their addiction to drugs and alcohol. The project is called 'Unarvu' and is being implemented by the Vimukthi Mission in association with Parents and Teachers Association of government schools. The project aims to help students overcome their addiction to drugs and alcohol by providing them with counselling and treatment. The project is also aimed at helping students improve their academic performance by providing them with extra classes and coaching.

**വിമുക്തി വിദ്യാഭ്യാസ കേന്ദ്രം**

**വിമുക്തി**

**കേരള സംസ്ഥാന ഏകീകൃത വിമുക്തി**

**KERALA STATE EXCISE**

**വിമുക്തി**

കേരള സംസ്ഥാന ഏകീകൃത വിമുക്തി



വി.ശിവൻകുട്ടി  
പൊതുവിദ്യാഭ്യാസവും  
തൊഴിലും വകുപ്പ് മന്ത്രി  
കേരള സർക്കാർ

തിരുവനന്തപുരം  
തീയതി: 11.02.2022



സന്ദേശം

കേരള എക്സൈസ് വകുപ്പ് വിമുക്തി മിഷന്റെ ഭാഗമായി ആവിഷ്കരിച്ച "ഉണർവ്" പദ്ധതിയുടെ ഭാഗമായി തയ്യാറാക്കിയ കൈപ്പുസ്തകത്തിന് എല്ലാവിധ ആശംസകളും നേരുന്നു. സർക്കാരിന്റെയും പൊതുമേഖലാ സ്ഥാപനങ്ങളുടെയും പൊതുജനങ്ങളുടെയും സഹകരണത്തോടെ നടത്തുന്ന പദ്ധതിയായ "ഉണർവ്" വിദ്യാലയങ്ങളെ സമ്പൂർണ്ണ ലഹരി വിമുക്തമാക്കുക, വിദ്യാർത്ഥികളിൽ കലാ കായിക മത്സരങ്ങളിൽ താല്പര്യം വളർത്തിയെടുക്കുക തുടങ്ങിയവ ലക്ഷ്യം വെയ്ക്കുന്നു. "ഉണർവ്" പദ്ധതിയെക്കുറിച്ച് വിശദമായി പ്രതിപാദിക്കുന്ന കൈപ്പുസ്തകം തയ്യാറാക്കിയ എക്സൈസ് വകുപ്പിന് അഭിനന്ദനങ്ങൾ.

വി.ശിവൻകുട്ടി



വി.ശിവൻകുട്ടി  
തൊഴിലും പൊതുവിദ്യാഭ്യാസവും  
വകുപ്പ്മന്ത്രി

ഓഫീസ് : റൂം നമ്പർ 201 , രണ്ടാം നില, അനക്സ്-2  
ഗവൺമെന്റ് സെക്രട്ടേറിയറ്റ്, തിരുവനന്തപുരം-695001  
ഫോൺ-ഓഫീസ് :0471-2517048 മൊബൈൽ :9400009100  
ഇമെയിൽ : min.edu@kerala.gov.in, min.lbr@kerala.gov.in



**K. R. JYOTHILAL, I.A.S.  
PRINCIPAL SECRETARY**



**General Administration, Transport and  
Revenue(Davaswoms) Department  
Government of Kerala, Secretariat  
Thiruvananthapuram-695001  
Date .15.12.2022**

**375/Pri.Secy/Transport/2021**

**സന്ദേശം**

വിദ്യാലയങ്ങളെ ലഹരിമുക്തമാക്കുക, വിദ്യാഭ്യാസത്തോടൊപ്പം കലാ കായിക രംഗങ്ങളിൽ വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് താല്പര്യം വർദ്ധിപ്പിക്കുക , അത്തരം മേഖലകളിൽ നൈപുണ്യം നേടുന്നതിന് വിദ്യാർത്ഥികളെ പ്രാപ്തരാക്കുന്നതിന് പരിശീലന സൗകര്യങ്ങൾ ഒരുക്കുക എന്ന ലക്ഷ്യത്തോടെ കേരള സംസ്ഥാന എക്സൈസ് വകുപ്പ് വിമുക്തി മിഷന്റെ ഭാഗമായി ആവിഷ്കരിച്ച് നടപ്പാക്കി വരുന്ന “ ഉണർവ് ” പദ്ധതിയുടെ വഴികാട്ടിയായ ഈ കൈപുസ്തകത്തിനും , തുടർ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കും എല്ലാ വിധ ആശംസകളും നേരുന്നു.

കെ.ആർ.ജ്യോതിലാൽ ഐ.എ.എസ്



**കെ.ആർ.ജ്യോതിലാൽ ഐ.എ.എസ്  
പ്രിൻസിപ്പൽ സെക്രട്ടറി  
എക്സൈസ് വകുപ്പ്**



### ആമുഖം

കേരള സംസ്ഥാന എക്സൈസ് വകുപ്പ്, വിദ്യാഭ്യാസ മിഷന്റെ ആഭിമുഖ്യത്തിൽ ലഹരി വിരുദ്ധ ബോധവൽക്കരണത്തിന്റെ ഭാഗമായി വിവിധങ്ങളായ പദ്ധതികൾ ആവിഷ്കരിച്ച് വിവിധ മേഖലകളിൽ നടപ്പാക്കി വരുന്നു.

ഇന്ന് യുവജനങ്ങളുടെയും പ്രത്യേകിച്ചും വിദ്യാർത്ഥികളുടെയും ഇടയിൽ മയക്കു മരുന്നുകൾക്ക് വർദ്ധിച്ച പ്രിയവും പ്രചാരവും ഉണ്ടാകുന്നുവെന്നു കരുതാൻ വേണ്ട സാഹചര്യങ്ങളുണ്ട്. ഈ അവസ്ഥയെ കുറിച്ചു വിശകലനം ചെയ്യുമ്പോൾ ഈ വിഷയത്തിന്റെ പിടിയിൽ അകപ്പെട്ടുപോകാതിരിക്കാൻ വിദ്യാർത്ഥികളുടെ പാരമ്പര്യപ്രവർത്തനങ്ങളിലും പഠനത്തിനുപയോഗിക്കുന്നതല്ലാതെ, സ്വന്തം പ്രവർത്തികൾക്കായി മാറ്റി വയ്ക്കപ്പെടുന്ന സമയങ്ങളിലും ക്രിയാത്മകമായ പ്രവൃത്തികൾ ഉൾപ്പെടുത്തേണ്ട ആവശ്യമുണ്ടെന്നാണ് മനസ്സിലാക്കുന്നത്. അത്തരത്തിൽ വിദ്യാർത്ഥികളുടെ പഠന സമയം കഴിഞ്ഞുള്ള സമയത്ത് അവരെ കായിക വിനോദങ്ങളിലും ആരോഗ്യപരമായ വ്യായാമപദ്ധതികളിലും താല്പര്യമുള്ളവരാക്കുക , പങ്കെടുപ്പിക്കുക എന്ന ഉദ്ദേശ്യത്തോടെ എക്സൈസ് വകുപ്പ് ആവിഷ്കരിച്ച് നടപ്പിലാക്കുന്ന പദ്ധതിയാണ് "ഉണർവ്".

"ഉണർവ് " പദ്ധതിയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് തിരഞ്ഞെടുത്ത വിദ്യാലയങ്ങളിൽ നടപ്പാക്കേണ്ട വിവിധ പ്രവർത്തനങ്ങൾ സംബന്ധിച്ച നിർദ്ദേശങ്ങൾ അടങ്ങിയ ഈ കൈപുസ്തകത്തിൽ പദ്ധതി തിട്ടുപറഞ്ഞതെങ്കുറിച്ചുള്ള സമ്പൂർണ്ണ വിവരങ്ങൾ ഉൾക്കൊള്ളിച്ചിരിക്കുന്നു. ലഹരി മൂക്ത വിദ്യാലയം എന്ന ആശയം ലക്ഷ്യമാക്കി നടപ്പാക്കി വരുന്ന ഉണർവ് പദ്ധതിക്ക് പൊതുസമൂഹത്തിന്റെ എല്ലാ പിന്തുണയും ലഭിക്കുമെന്ന് എനിക്ക് ഉറപ്പുണ്ട്. വരും വർഷങ്ങളിൽ കൂടുതൽ വിദ്യാലയങ്ങളിലേക്കും "ഉണർവ്" പദ്ധതി വ്യാപിപ്പിക്കാൻ കഴിയും. അതിനു സമൂഹത്തിലെ എല്ലാ വിഭാഗം ജനങ്ങളുടെയും സഹകരണങ്ങളും പിന്തുണയും ആവശ്യമാണ്.



എസ്. ആനന്ദകൃഷ്ണൻ ഐ.പി.എസ്  
എ.ഡി.ജി.പി. &  
എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ





# ഉണർവ്

ലഹരിയും പുതുമതലുമായും

1-2

## ഉള്ളടക്കം

<b>1</b>	എന്തുകൊണ്ട് സ്കൂളുകൾ	3
<b>2</b>	കേരള എക്സൈസ് വകുപ്പ്	5
<b>3</b>	വിമുക്തി	5
<b>4</b>	ഉണർവ് പദ്ധതി	7
<b>5</b>	കേരളത്തിലെ സ്കൂളുകൾ (പൊതുവിദ്യാഭ്യാസ മേഖല)	9
<b>6</b>	പദ്ധതി നടപ്പാക്കൽ	10
<b>7</b>	സ്കൂളുകൾ കണ്ടെത്തൽ	10
<b>8</b>	പ്രശ്ന വിശകലനം	11
<b>9</b>	പ്രശ്ന പരിഹാരത്തിന് കർമ്മ പദ്ധതി തയ്യാറാക്കൽ	11
<b>10</b>	കർമ്മ പദ്ധതി നടപ്പാക്കൽ	12
<b>11</b>	ഉന്നതതല സമിതി	13
<b>12</b>	സ്കൂൾ തല സമിതികൾ	13
<b>13</b>	നിർമ്മാണ പ്രവർത്തികൾ	14
<b>14</b>	ജില്ലാ തല സമിതി	14



<b>15</b>	ഫണ്ടുകൾ	15
<b>16</b>	തുടർ പരിപാലനം	16
<b>17</b>	നിയമങ്ങൾ	16
<b>18</b>	മറ്റ് വകുപ്പുകളുമായുള്ള സഹകരണം.	16
<b>19</b>	അനുബന്ധം 1	17
<b>20</b>	അനുബന്ധം 2	18
<b>21</b>	അനുബന്ധം 3	18
<b>22</b>	ബാഡ്മിന്റൻ കോർട്ട്	18
<b>23</b>	വോളിബോൾ കോർട്ട്	19
<b>24</b>	ബാസ്കറ്റ് ബോൾ കോർട്ട്	20
<b>25</b>	ടെന്നീസ് കോർട്ട്	22
<b>26</b>	ഹാൻഡ് ബോൾ കോർട്ട്	24
<b>27</b>	അനുബന്ധം 4	26
<b>28</b>	കുറിപ്പ് 1	27
<b>29</b>	കുറിപ്പ് 2	27
<b>30</b>	ഡി അഡികഷൻ സെന്ററുകൾ	28

ഉ

ണ

ർ

ദ്





കേരള സർക്കാർ

# ഉണ്ണാർച്ചി



വിദ്യാലയങ്ങളിലെ വിമുക്തി പദ്ധതി

കേരള എക്സൈസ് വകുപ്പ്

ലഹരിയും പുതുതലമുറയും

സാമൂഹിക സാംസ്കാരിക രംഗത്ത് വളരെ വലിയ പുരോഗതി കൈവരിച്ച സംസ്ഥാനമാണ് നമ്മുടെ കേരളം. വിദ്യാഭ്യാസത്തിലും മറ്റു സാമൂഹിക വികസന മാനകങ്ങളിലും കൈവരിച്ച പുരോഗതി കേരളത്തെ പ്രബുദ്ധകേരളമെന്ന് വിശേഷിപ്പിക്കുന്നതിന് കാരണമായിട്ടുണ്ട്. സാക്ഷരത ആരോഗ്യം, കുടുംബാസൂത്രണം തുടങ്ങി വിവിധ മേഖലകളിൽ കേരളം കൈവരിച്ച നേട്ടങ്ങൾ വികസിത രാജ്യങ്ങളിൽ ഉള്ളവയോട് കിട പിടിക്കുന്നതാണ് ഇന്ത്യയിലെ മറ്റ് സംസ്ഥാനങ്ങൾക്കും വികസന രാജ്യങ്ങൾക്കുമൊക്കെ മാതൃകയാകുന്ന തരത്തിലുള്ളതാണ് പൊതുവിദ്യാഭ്യാസ രംഗത്തും പൊതുജന ആരോഗ്യരംഗത്തും സാങ്കേതിക മേഖലയിലും കേരളം കരസ്ഥമാക്കിയ നേട്ടങ്ങൾ. മാനവ വികസന സൂചികയിൽ ഉയർന്ന സ്ഥാനമാണ് കേരളത്തിനുള്ളത്. കേരളം കൈവരിച്ച സാമൂഹിക വികസനത്തെ "കേരള മോഡൽ" എന്ന പേരിൽ രാജ്യാന്തര പ്രശസ്തി നേടിയിട്ടുള്ളതാണ്.

എന്നാൽ നാം കൈവരിച്ച സാമൂഹിക സുസ്ഥിതിയേയും, പൊതുജനാരോഗ്യത്തേയും, ഉത്പാദനക്ഷമതയേയും, സാമ്പത്തികവളർച്ചയേയും ഒക്കെ ബാധിക്കുന്ന തരത്തിൽ വെല്ലുവിളി ഉയർത്തുന്നതാണ് ലഹരി വസ്തുക്കളുടെ ദുരുപയോഗം. പ്രത്യേകിച്ച് പുതു തലമുറയുടെ ലഹരി ഉപയോഗം വ്യക്തിയേയും സമൂഹത്തേയും ഒരു പോലെ നശിപ്പിക്കുന്നു. വിവിധ പ്രലോഭനങ്ങളിൽപ്പെട്ട് കൗമാരക്കാർ ലഹരിയുടെ ചതികുഴികളിൽ വീണുപോകുന്നതായി കാണുന്നു. മാനസിക സമ്മർദ്ദങ്ങൾ കൂട്ടികളെയും കൗമാരക്കാരെയും മയക്കുമരുന്നുകളിലും മറ്റ് ലഹരി വസ്തുക്കളിലും അഭയം തേടാൻ പ്രേരിപ്പിക്കുന്നു. 10 വയസ്സ് മുതൽ തന്നെ (ആൺ പെൺ വ്യത്യാസമില്ലാതെ ) കുട്ടികൾ ലഹരിയുടെ പിടിയിൽപ്പെടുന്നതായി പഠനങ്ങൾ തെളിയിക്കുന്നു.



വിഷാദം, മാനസിക സമ്മർദ്ദങ്ങൾ, ദുഃഖം, ആകാംക്ഷ, നൈരാശ്യം, കുടുംബപ്രശ്നങ്ങൾ എന്നിങ്ങനെ ഒട്ടനവധി കാരണങ്ങൾ കുട്ടികൾ നിരന്തരമെങ്കിലും അതിനൊന്നും ലഹരിയുടെ ഉപയോഗം ഒരു പരിഹാരമല്ലായെന്നും, കൂടുതൽ നാശത്തിലേക്കാണ് തങ്ങൾ പോകുന്നതെന്നും ഉള്ള തിരിച്ചറിവ് കിട്ടുമ്പോഴേക്കും ഇവരിൽ ഭൂരിഭാഗവും ലഹരിക്ക് അടിമകളായി തീരുന്നു. ഇന്ന് കൈയെത്താത്ത ദൂരത്താണ് ലഹരി. സ്കൂൾ കുട്ടികളെപ്പോലും ലഹരിക്കടുത്തിന് ഉപയോഗിക്കുന്ന കാലമാണ്. കണ്ണൊന്നു തെറ്റിയാൽ ശ്രദ്ധയൊന്നു മാറിയാൽ കുട്ടികളുടെ ജീവിതത്തിനു തന്നെ ആപൽക്കരമായി മാറാവുന്നതരത്തിൽ ലഹരി മാഫിയ മാറിയിരിക്കുകയാണ്.

ലഹരി ഉപഭോഗം ഒരു കുട്ടിയുടെ മാനസിക, ശാരീരിക ആരോഗ്യത്തെ ശിഥിലമാക്കുക മാത്രമല്ല അവരുടെ കുടുംബവും സമൂഹവും നാടും ഒക്കെ കനത്ത വില നൽകേണ്ടി വരുന്ന നിലയിലെത്തിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഒരു വ്യക്തിയെ ബാധിക്കുന്ന പ്രശ്നം എന്നതിനപ്പുറം ഒരു സാമൂഹിക ദുരന്തം എന്ന രീതിയിൽ ഈ ലഹരി ഉപഭോഗത്തെ കണ്ട് വിലയിരുത്തി നിയന്ത്രിക്കേണ്ടതും, സർവ്വോപരി ലഹരി എന്ന വിപത്തിനെ ഏത് വിധേനെയും തടയുക എന്നതും നമ്മൾ ഓരോരുത്തരുടെയും കടമയാണ്. ലഹരിക്കടിമപ്പെട്ടവർക്ക് ലഹരി വിമുക്ത ചികിത്സ, കൗൺസലിംഗ്, പുനരധിവാസം എന്നിവ നൽകുന്നതോടൊപ്പം പുതിയ തലമുറ ഇത്തരം ലഹരി വസ്തുക്കളിൽ നിന്നും അകന്ന് നിൽക്കുന്നതിന് ഫലപ്രദമായ ബോധവൽക്കരണ പദ്ധതികൾ ആവിഷ്കരിച്ച് ജനപങ്കാളിത്തത്തോടെ സമഗ്രമായി നടപ്പിൽ വരുത്തേണ്ടതുണ്ട്. ആ ചുമതല ഫലപ്രദമായി നിറവേറ്റാനായി എക്സൈസ് വകുപ്പ് വിഭാവനം ചെയ്ത പദ്ധതിയാണ് ഉണർവ്



1 > എന്തുകൊണ്ട് സ്കൂളുകൾ ?

“ഒരു ശിശുവിന്റെ ശരീരത്തിലും , മനസ്സിലും, ആത്മാവിലും ഉള്ള നമ്മുടെ വികസിപ്പിക്കുന്നതാണ് വിദ്യാഭ്യാസം.”

ഒരു കുട്ടിയുടെ കഴിവുകളുടെ സമഗ്രമായ വളർച്ചയാണ് പഠനം എന്താകൊണ്ട് ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്. ഒരു കുട്ടിയുടെ വ്യക്തിത്വത്തെ വാർത്തെടുക്കുന്നതിന് വിദ്യാഭ്യാസം അനിവാര്യമാണ്. വിജ്ഞാനത്തിലും, ശാരീരിക മാനസിക ആരോഗ്യത്തിലും സർഗ്ഗശേഷിയിലും കലാകായിക മത്സര പരിശീലനങ്ങളിൽ മികവ് വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിലും ഏറ്റവും കൂടുതൽ പങ്ക് വഹിക്കുന്നത് വിദ്യാലയ കാലഘട്ടമാണ്. സമൂഹത്തിൽ ഒരു ഉത്തമ പൗരനായി ജീവിക്കുന്നതിന് വിദ്യാർത്ഥികളെ പ്രാപ്തരാക്കുന്നത് സ്കൂൾ കാലഘട്ടത്തിൽ അവർ സ്വായത്തമാക്കുന്ന അറിവുകളും അനുഭവങ്ങളുമാണ്. അച്ചടക്കം, ക്ഷമശീലം, കൃത്യനിഷ്ഠ, സത്യസന്ധത, സൗഹാർദ്ദം തുടങ്ങിയ നൂണങ്ങളെല്ലാം വിദ്യാലയങ്ങളിൽ തിന്നാണ് ആർജ്ജിക്കുന്നത്. ദുശ്ശീലങ്ങൾ ഒഴിവാക്കി നല്ല വ്യക്തിത്വം ഉണ്ടാകുന്നതിന് സ്കൂൾ വിദ്യാഭ്യാസം കൂട്ടികളെ സഹായിക്കുന്നു.



കുട്ടികൾ കൂടുതൽ ഊർജസ്വലരായി കാണപ്പെടുന്ന പ്രായവും വിദ്യാലയ കാലഘട്ടങ്ങളാണ്. എന്ന് കാര്യങ്ങളും മടികൂടാതെ ചെയ്യുന്നതിനും പരീക്ഷിക്കുന്നതിനും ഈ പ്രായത്തിലുള്ള കുട്ടികൾ സന്നദ്ധരാണ്. ബുദ്ധിയ്ക്കു മുകളിൽ വികാരം നയിക്കുന്ന ഈ പ്രായത്തിൽ സഹപാഠികളിൽ നിന്നും സുഹൃത്തുക്കളിൽ നിന്നും മറ്റും ലഭിക്കുന്ന സമ്മർദ്ദങ്ങളും പ്രലോഭനങ്ങളും പ്രോത്സാഹനങ്ങളും അപകട സാധ്യതകളുൾപ്പെടെയുള്ള എന്തു കാര്യങ്ങളും ചെയ്യുന്നതിന് കുട്ടികളെ പ്രേരിപ്പിക്കുന്നു. ഈ പ്രായത്തിൽ തന്നെയാണ് ലഹരിയും ലഹരിയോടുള്ള ആസക്തിയും കുട്ടികളെ പിടിച്ചുറപ്പാക്കാൻ കാത്തു നിൽക്കുന്നതും. കുട്ടികളുടെ ഊർജസ്വലതയും, വികാരങ്ങളും, ചിന്തകളും, പ്രവർത്തികളും, കർമ്മശേഷിയും ക്രിയാത്മകമായ പ്രവർത്തനങ്ങളിലേക്ക് കേന്ദ്രീകരിപ്പിക്കേണ്ടതും ഈ പ്രായത്തിലെ ഒരാവശ്യമാണ്.





# വിമുക്തി

ലാലിനാശനം  
ജീവിതം രാജ്യം കഥയി



## 2 >> കേരള എക്സൈസ് വകുപ്പ്

മദ്യത്തിന്റെയും മയക്ക് മരുന്നുകളുടെയും ദുരുപയോഗം നിയന്ത്രിക്കുക, അവയുടെ കള്ളക്കടത്തും നിയമം ലംഘിച്ചുള്ള വിപണനവും തടയുക, എക്സൈസ് വരുമാനം പിരിച്ചെടുക്കുക, പുതിയ സാധനങ്ങളുടെ ലൈസൻസ് സംബന്ധമായ പ്രവർത്തനങ്ങൾ തിരിച്ചറിയുക , എന്നിവയാണ് എക്സൈസ് വകുപ്പിന്റെ പ്രധാന ചുമതലകൾ

### കേരള സംസ്ഥാന ലഹരി വർജ്ജന മിഷൻ



ലഹരിവസ്തുക്കളുടെ ഉപയോഗം ഇല്ലാതാക്കുന്നതിനും ലഹരിവസ്തുക്കളുടെ ദുഷ്പ്രശ്നങ്ങളെ കുറിച്ച് സാമൂഹ്യത്തിൽ ഛപ്രദമായി ബോധവൽക്കരണം തടങ്ങുന്നതിനും ലഹരിക്കെതിരെയുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങൾ പൊതുജന പങ്കാളിത്തത്തോടെ ശക്തിപ്പെടുത്തി ലഹരിക്കെതിരെ ഒരു സാമൂഹിക പ്രതിരോധം തീർക്കുകയും ചെയ്യുക എന്ന് ലക്ഷ്യത്തോടെ കേരള സംസ്ഥാന എക്സൈസ് വകുപ്പ് ആവിഷ്കരിച്ച് തടയാക്കി വരുന്ന പദ്ധതിയാണ് " വിമുക്തി".

**1** വിമുക്തി ക്ലബ്ബുകൾ സ്കൂൾ,കോളേജ് തലങ്ങളിൽ

**3** ശ്രദ്ധ , നേരികൂട്ടം ക്യാമ്പസുകൾ, ഹോസ്റ്റലുകൾ എന്നിവിടങ്ങളിൽ

**5** ഉണർവ് സ്കൂളുകളിൽ കലാ കായിക പരിശീലന സൗകര്യങ്ങളുടെ വികസനം

**7** വിമുക്തി കമ്മിറ്റി എല്ലാ തദ്ദേശ സ്വയം ഭരണ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ വാർഡുകളിലും

**9** കുവചം, കുരുതൻ അദ്ധ്യാപകർ രക്ഷിതാക്കൾ വിദ്യാർത്ഥികൾ എന്നിവർക്കായുള്ള കൈപ്പുസ്തകം

**2** കൗൺസിലിംഗ് കേന്ദ്രങ്ങൾ തിരുവനന്തപുരം എറണാകുളം കോഴിക്കോട്

**4** ഡി അഡികഷൻ കേന്ദ്രങ്ങൾ എല്ലാ ജില്ലകളിലും

**6** ബോധ വൽക്കരണ ക്ലാസുകൾ ഓൺ ലൈൻ വഴിയും നേരിട്ടും

**8** ജനമൈത്രി എക്സൈസ് ഇടുകി , പാലക്കാട് വയനാട് , മലപ്പുറം ജില്ലകളിൽ

**10** വിവിധ മത്സരങ്ങൾ വിദ്യാർത്ഥികൾക്കും പൊതുജനങ്ങൾക്കും







# 4 > ഉണർവ് പദ്ധതി

സമൂഹത്തിൽ വിശിഷ്ട സകൂൾ വിദ്യാർത്ഥികളിൽ വർദ്ധിച്ചുവരുന്ന ലഹരി ഉപയോഗം മനസ്സിലാക്കിക്കൊണ്ട് അത്തരം വിദ്യാലയങ്ങളിൽ ക്രിയാത്മകമായ ഇടപെടലിനായി എക്സൈസ് വകുപ്പ് ആരംഭിച്ചിട്ടുള്ള പദ്ധതിയാണ് ഉണർവ്. ലഹരി ഉപയോഗത്തിന്റെ സാധ്യത നിലനിൽക്കുന്നവയും കൂടുതലുള്ളതുമായ പ്രദേശങ്ങളിലെ സകൂളുകൾ തിരഞ്ഞെടുത്ത് വിദ്യാർത്ഥികളിൽ നിലനിൽക്കുന്ന അനഭിലഷണീയ പ്രവണതകൾ തീരുത്തുന്നതിനും, അവ കടന്നു വരുന്ന തടയുന്നതിനും , വിദ്യാർത്ഥികളുടെ ശ്രദ്ധയും സമയവും പഠനത്തിലേക്കും മറ്റു കലാ കായിക പ്രവർത്തനങ്ങളിലേക്കും തിരിച്ചു വിടുന്നതിനുമായാണ് ഉണർവ് എന്ന പദ്ധതി ആവിഷ്കരിച്ചിരിക്കുന്നത്



വിദ്യാലയങ്ങൾ ലഹരി വിമുക്തമാക്കുന്നതിനും, സകൂൾ വിദ്യാഭ്യാസ കാലഘട്ടത്തിൽ തന്നെ വിദ്യാർത്ഥികളെ ലഹരി ഉപയോഗിക്കുന്നതിൽ നിന്നും പിൻതിരിപ്പിക്കുന്നതിനും അവരുടെ കർമ്മശേഷിയെ ക്രിയാത്മകമായ മറ്റ് മേഖലകളിൽ കൂടി വിനിയോഗിക്കുന്നതിനും ഉദ്ദേശിച്ച് എക്സൈസ് വകുപ്പ് ആവിഷ്കരിച്ച പദ്ധതിയാണ് ഉണർവ്. വിദ്യാഭ്യാസത്തിനൊപ്പം പഠനത്തിൽ പിന്നാക്കം നിൽക്കുന്ന വിദ്യാർത്ഥികളെ മറ്റ് പ്രചോദനങ്ങളിൽ നിന്നും സംരക്ഷിക്കുന്നതിനും കായികമായും, കലാപരമായും ഉള്ള അവരുടെ കഴിവുകളെ പരിപോഷിപ്പിക്കുന്നതിനും ഈ പദ്ധതി ലക്ഷ്യമിടുന്നു.





5 കേരളത്തിലെ സ്കൂളുകൾ (പൊതുവിദ്യാഭ്യാസ മേഖല)

സ്കൂളുകളുടെ എണ്ണം

Type	LP	UP	HS	HSS	VHSE	TOTAL
Govt	2749	865	1259	852	261	5996
Aided	3896	1872	1441	846	128	8183
Un Aided	367	271	706	379	NIL	1723
Total	7012	3008	3406	2077	389	15892



Type	LP	UP	HS	HSS	VHSE	TOTAL
Govt	253467	244413	702313	328291	38396	1566880
Aided	453621	613267	1110513	388066	20634	2586101
Un Aided	57266	59760	417594	50451	NIL	585071
Total	76435	917440	2230420	766808	59030	4738052

കുട്ടികളുടെ എണ്ണം



6

പദ്ധതി നടപ്പാക്കൽ

2021-2022 സാമ്പത്തിക വർഷത്തെ ബഹുതുകരള ഗവർണ്ണറുടെ നയപ്രഖ്യാപനത്തിൽ എല്ലാ ജില്ലകളിലെയും തിരഞ്ഞെടുത്ത സ്കൂളുകളിൽ ഉണർവ് പദ്ധതി നടപ്പിൽ വരുത്തും എന്ന് ഉറപ്പ് നൽകിയിട്ടുണ്ട്. കേരളത്തിൽ ആകെ പൊതുശേഖയിലും എയിഡഡ് ശേഖയിലുമുള്ള 15892 സ്കൂളുകളിലായി ആകെ 4738052 കുട്ടികളാണ് പഠിക്കുന്നത്. ഈ സ്കൂളുകളിൽ നിന്നും ഉണർവ് പദ്ധതി നടപ്പിലാക്കുന്നതിലേക്കായി സ്കൂളുകൾ തിരഞ്ഞെടുക്കേണ്ടതായുണ്ട്.

7

സ്കൂളുകൾ കണ്ടെത്തൽ



ആദ്യമായി ലഹരി ഉപയോഗത്തിന്റെ പ്രശ്നങ്ങൾ ഉള്ളവയോ അത്തരം പ്രശ്നങ്ങൾക്കുള്ള സാധ്യത ഉള്ളവയോ ആയ വിദ്യാലയങ്ങൾ കണ്ടെത്തുന്നു. എളുപ്പത്തിൽ വഴി തെറ്റാനോ പ്രലോഭനങ്ങൾക്ക് വഴങ്ങി ലഹരി മാർഗ്ഗത്തിലേക്കു തിരിയാനോ സാധ്യതയുള്ള കുട്ടികൾ അതായത് മോശപ്പെട്ട (വൾണാബിൾ) സാഹചര്യത്തിൽ വളരുന്ന കുട്ടികൾ പഠിക്കുന്ന സ്കൂളുകൾ, സാമ്പത്തികമായ പിന്നാക്ക അവസ്ഥയിലുള്ള കുട്ടികൾ പഠിക്കുന്ന സ്കൂളുകൾ , മറ്റു പരിശീലന സൗകര്യങ്ങളുടെ അഭാവം അനുഭവപ്പെടുന്ന സ്കൂളുകൾ തുടങ്ങിയ കാര്യങ്ങൾ സ്കൂൾ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നതിന് പരിഗണിക്കേണ്ടതാണ്. ഒരു ജില്ലയിൽ നിന്നും 4 സ്കൂളുകൾ വീതമാണ് ആദ്യഘട്ടത്തിൽ തിരഞ്ഞെടുക്കേണ്ടത്.

തിരഞ്ഞെടുക്കുന്ന സ്കൂളുകളിൽ എക്സൈസ് വകുപ്പിന്റെ സാന്നിധ്യവും ഇടപെടലുകളും വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് അച്ചേക്കും വളർത്തുന്നതിനും സ്കൂളുകളിൽ കുട്ടികൾക്ക് ലഹരി മാഫിയയുമായി ബന്ധപ്പെടാനുള്ള അവസരങ്ങൾ ഇല്ലാതാക്കുന്നതിനും വളരെയധികം സഹായകരമാകും. സ്കൂളുകളിൽ ലഹരി ഉപയോഗിക്കുന്നതായി സംശയിക്കപ്പെടുന്ന കേസുകളിൽ വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് കൗൺസിലിങ്ങും ചികിത്സയും നൽകാവുന്നതുമാണ്.



8

പ്രശ്ന വിശകലനം

ഉണർവ് പദ്ധതി നടപ്പിലാക്കുന്നതിനുള്ള സ്കൂളുകൾ തിരഞ്ഞെടുത്താൽ അടുത്ത ഘട്ടത്തിൽ ഈ സ്കൂളുകളിൽ എക്സൈസസ് ഉദ്യോഗസ്ഥർ സന്ദർശനം നടത്തി സ്കൂൾ അധികൃതരുടെ സാന്നിധ്യത്തിൽ അവിടെയുള്ള പ്രശ്നങ്ങളും സാഹചര്യങ്ങളും പഠിച്ച് ഈ വിഷയത്തിൽ ഇടപെടുന്നതിനും ലക്ഷ്യംകൊണ്ടിട്ട് സാമൂഹ്യ പ്രതിരോധ തീർക്കുന്നതിനും ഒരു കമ്മിറ്റി രൂപീകരിക്കുന്നു. സ്കൂൾ പ്രിൻസിപ്പൽ/ഹെഡ്മാസ്റ്റർ, അധ്യാപക പ്രതിനിധി ( വിമുക്തി ക്ലബ്ബ് കൺവീനർ), പിറ്റിഎ പ്രതിനിധി, എക്സൈസസ് ഉദ്യോഗസ്ഥർ (എക്സൈസസ് സർക്കിൾ ഇൻസ്പെക്ടർ, എക്സൈസസ് ഇൻസ്പെക്ടർ) ബന്ധപ്പെട്ട തദ്ദേശ സ്വയംഭരണ സ്ഥാപന അംഗം, ഒരു വിഷയ വിദഗ്ദ്ധൻ (കലാകായിക രംഗങ്ങളിലെ വിദഗ്ദ്ധൻ) എന്നിവരെ ഉൾപ്പെടുത്തിയായിരിക്കണം കമ്മിറ്റി രൂപീകരിക്കുന്നത്. ഇത്തരത്തിൽ കണ്ടെത്തുന്ന സ്കൂളുകളിലെ വിദ്യാർത്ഥികളുടെ ജീവിത സാഹചര്യങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കി കമ്മിറ്റി അവരുടെ ലഹരി ഉപയോഗ സാധ്യത ഇല്ലതാക്കുന്നതിനുള്ള മാർഗ്ഗങ്ങൾ കണ്ടെത്തുകയും ചെയ്യുന്നു.



9

പ്രശ്ന പരിഹാരത്തിന് കർമ്മ പദ്ധതി തയ്യാറാക്കൽ

ഉണർവ് പദ്ധതിയുടെ മൂന്നാമത്തെ ഘട്ടത്തിൽ സമൂഹത്തിലെ ദുഷ്പ്രവണതകൾ വിദ്യാഭ്യാസ സ്ഥാപനങ്ങളിലേക്ക് കടന്നു വരുന്നതിലൊന്നുള്ള കാര്യങ്ങളാണ് ചെയ്യുന്നത്. സ്കൂളുകളിൽ രൂപീകരിച്ചിട്ടുള്ള കമ്മിറ്റികൾ പ്രശ്ന വിശകലനത്തിന് ഒരു കർമ്മ പദ്ധതി തയ്യാറാക്കുന്നു. വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് സ്കൂളുകളിൽ വരുന്നതിനുള്ള സാഹചര്യമൊരുക്കുക, ലഹരി പദാർത്ഥങ്ങൾ സ്കൂൾ മതിലുകൾക്കുള്ളിലേക്ക് കൊണ്ടു വരുന്നത് തടയുക, സ്കൂൾ പരിസരത്ത് അന്വർകുള്ള പ്രവേശനം നിയന്ത്രിക്കുക, പഠനം സുഗമമായി നടക്കാനുള്ള സാഹചര്യങ്ങൾ ഒരുക്കുക. ലഹരി സംബന്ധമായ അവബോധം സൃഷ്ടിക്കുക, ലഹരിയെ പ്രതിരോധിക്കുന്നതിൽ അദ്ധ്യാപകരും രക്ഷിതാക്കളും പ്രദേശത്തെ ജനങ്ങളും ചേർന്ന് ഒരു കൂട്ടായ്മ രൂപപ്പെടുത്തുക, ലഹരി ഉപയോഗ സാധ്യതകൾ സംശയിക്കുന്ന കുട്ടികൾക്ക് കൗൺസലിംഗ് ചികിത്സ നൽകുക, പഠനത്തിൽ പിന്നാക്കം നിൽക്കുന്ന കുട്ടികളുടെ ശ്രദ്ധ തെറ്റായ പ്രവണതകളിലേക്ക് തിരിയാതിരിക്കുന്നതിന് അവർക്കും മറ്റ് താൽപ്പര്യമുള്ള വിദ്യാർത്ഥികൾക്കും കലാകായിക രംഗങ്ങളിൽ പരിശീലനം നൽകി അവരുടെ കർമ്മരോഷി ക്രിയാത്മകമായി വിനിയോഗിക്കുക. വിദ്യാർത്ഥികളിൽ പഠന ശേഷമുള്ള സമയം ക്രിയാത്മകമായി ഉപയോഗിക്കാനുള്ള വഴികൾ ഒരുക്കുക തുടങ്ങിയ പ്രവർത്തനങ്ങളാണ് ഈ കർമ്മ പദ്ധതിയിൽ ഉൾപ്പെടുന്നത്.



11



സ്കൂളുകളിൽ രൂപീകരിച്ചിട്ടുള്ള ഉണർവ് കമ്മിറ്റികൾ തയ്യാറാക്കിയ കർമ്മ പദ്ധതി എക്സൈസ് വകുപ്പിന്റെയും, പോലീസ്, സാമൂഹ്യനീതി, വനിതാശിശുവികസന വകുപ്പ്, തദ്ദേശ സ്വയംഭരണ വകുപ്പ് തുടങ്ങിയ ഇതര സർക്കാർ വകുപ്പുകളുടെയും സഹകരണത്തോടെ നടപ്പിലാക്കുന്നു. ലഹരി ഉപയോഗ സാധ്യതകൾ സംശയിക്കുന്ന കുട്ടികൾക്ക് കൗൺസിലിംഗ്/ ചികിത്സ വിമുക്തി മിഷൻ സെന്ററുകളിൽ നൽകുന്നു. വിദ്യാർത്ഥികളുടെ കലാ/കായിക കഴിവുകളെ വികസിപ്പിക്കുന്നതിന് സ്കൂളുകളിൽ ഓരോ പ്രദേശത്തിന്റെയും പ്രത്യേകതകൾക്ക് അനുസരിച്ചുള്ള കലാ/കായിക (അനുബന്ധം 3) പരിശീലന സംവിധാനങ്ങൾ ഏർപ്പെടുത്തുന്നു. ഈ ഘട്ടത്തിൽ ഓരോ സ്കൂളുകളിലും നടപ്പിലാക്കാനുദ്ദേശിക്കുന്ന കലാ/കായിക പരിശീലന പദ്ധതി ഏതാണെന്നും ആയതിനുള്ള സൗകര്യങ്ങൾ , കളി സ്ഥലത്തിന്റെ ലഭ്യത, കലാകായിക പരിശീലന ഉപകരണങ്ങളുടെ ലഭ്യത എന്നിവ സ്കൂൾ തല കമ്മിറ്റികൾ വിലയിരുത്തുന്നു. സ്കൂളുകളിലെ കലാകായിക പരിശീലനങ്ങൾക്ക് ലഭ്യമായിട്ടുള്ള അടിസ്ഥാന സൗകര്യങ്ങൾ വിദഗ്ദ്ധ പരിശീലനങ്ങൾക്ക് ഉതകുന്ന രീതിയിൽ എപ്രകാരം മെച്ചപ്പെടുത്താം എന്നതും ആയതിന് ഓരോ സ്കൂളിനും ഇനം തിരിച്ച് ഉദ്ദേശം എത്ര തുക ചിലവ് വരും എന്നതും സ്കൂൾ കമ്മിറ്റി കണക്കാക്കി ഇത് സംബന്ധിച്ച വിശദമായ പ്രൊപ്പോസലുകൾ എക്സൈസ് വകുപ്പിന് നൽകുന്നു.

ഉണർവ് പദ്ധതി നടപ്പാക്കുന്ന ഓരോ വിദ്യാഭ്യാസ സ്ഥാപനത്തിലും പ്രാദേശിക സാധ്യതകൾ പരിഗണിച്ച് ഏതെങ്കിലും ഒരു കലാ/കായിക വിനോദത്തിനുള്ള സൗകര്യം ഒരുക്കേണ്ടതാണ്.



11

ഉന്നതതല സമിതി

ഉണർവ് പദ്ധതി നടപ്പാക്കുന്നതിന് എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ ചെയർമാനായും, വിമുക്തി മിഷൻ ചീഫ് എക്സിക്യൂട്ടീവ് ഓഫീസർ കൺവീനറായും, ജോയിന്റ് എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ (എപിസി), ജോയിന്റ് എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ (ഇഐ. & ഐബി), എക്സൈസ് വിജിലൻസ് ഓഫീസർ, എക്സൈസ് വകുപ്പിലെ ഫിനാൻസ് ഓഫീസർ, എക്സൈസ് വകുപ്പിലെ ലാ ഓഫീസർ, ഡെപ്യൂട്ടി എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ (അബ്കാരി), അസിസ്റ്റന്റ് എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ (ഐ.എ.ഡബ്ല്യു), കായിക രംഗത്തെ ഒരു വിദഗ്ദ്ധൻ ( സ്പോർട്സ് കൺസിൽ അല്ലെങ്കിൽ LNCPE പ്രതിനിധി) എന്നിവരെ ഉൾപ്പെടുത്തി എക്സൈസ് കമ്മീഷണറേറ്റിൽ ഉന്നതതല സമിതി (അഡ്വൈസറി) ഉണ്ടാക്കിയിട്ടുണ്ട്. എക്സൈസ് കമ്മീഷണറേറ്റിൽ രൂപീകരിച്ചിട്ടുള്ള ഈ ഉന്നത തല സമിതി ജില്ലകളിൽ നിന്നും ലഭിക്കുന്ന നിർദ്ദേശങ്ങൾ പരിശോധിച്ച് അർഹമായവ കണ്ടെത്തി അംഗീകാരം നൽകും. തുടർന്ന് ഉന്നതതല സമിതി അംഗീകരിച്ച പ്രൊപ്പോസലുകൾ വിദ്യാഭ്യാസ വകുപ്പിന്റെയും ബന്ധപ്പെട്ട തദ്ദേശ സ്വയംഭരണ സ്ഥാപനത്തിന്റെയും ആവശ്യമായ അനുമതികളോടെ നടപ്പിലാക്കുന്നതിന് സ്കൂൾ തല കമ്മിറ്റികൾക്ക് നൽകുന്നു.



12

സ്കൂൾ തല സമിതികൾ

തിരഞ്ഞെടുക്കപ്പെടുന്ന സ്കൂളുകളിൽ സ്കൂൾ പ്രിൻസിപ്പൽ/ഹെഡ്മാസ്റ്റർ, അഡ്വൈസ് പ്രതിനിധി ( വിമുക്തി ക്ലബ്ബ് കൺവീനർ), പിറ്റിഎ പ്രതിനിധി, എക്സൈസ് ഉദ്യോഗസ്ഥൻ (എക്സൈസ് സർക്കിൾ ഇൻസ്പെക്ടർ/ എക്സൈസ് ഇൻസ്പെക്ടർ) ബന്ധപ്പെട്ട തദ്ദേശ സ്വയംഭരണ സ്ഥാപന അംഗം, ഒരു വിഷയ വിദഗ്ദ്ധൻ (കലാ/കായിക രംഗങ്ങളിലെ വിദഗ്ദ്ധൻ) എന്നിവരെ ഉൾപ്പെടുത്തി രൂപീകരിച്ച കമ്മിറ്റികൾ, അംഗീകരിക്കപ്പെട്ട പ്രൊപ്പോസലുകൾ പ്രകാരമുള്ള അടിസ്ഥാന സൗകര്യങ്ങൾ വിഷയ വിദഗ്ദ്ധരുടെ മേൽ നോട്ടത്തിൽ സ്കൂളുകളിൽ നടപ്പാക്കുന്നു.



13

എക്സൈസ് വകുപ്പ്





13

നിർമ്മാണ പ്രവർത്തനങ്ങൾ



PWD യിലെയോ LSGD യിലെയോ എക്സിക്യൂട്ടീവ് എൻജിനീയർമാരുമായും, കേരള സ്പോർട്സ് കൗൺസിലുമായും ബന്ധപ്പെട്ട് പ്രൊപ്പോസലുകൾ പരിശോധിപ്പിക്കുകയും കേരള സർക്കാരിന്റെ “PRICE” പോർട്ടലിൽ നിന്നും നിലവിലെ കമ്പോള നിലവാരം അടിസ്ഥാനമാക്കി പ്രൊപ്പോസലുകൾക്ക് ചിലവാകുന്ന ഉദ്ദേശ തുക കണക്കാക്കാവുന്നതുമാണ്. പ്രൊപ്പോസലുകൾ പ്രകാരമുള്ള നിർമ്മാണ പ്രവർത്തനങ്ങൾ എക്സിക്യൂട്ടീവ് എൻജിനീയർമാരുടെ നിർദ്ദേശാനുസരണം നിയമാനുസൃതമായ ടെണ്ടറുകൾ, വിശദമായ പദ്ധതി രൂപരേഖകൾ ( DPR-Detailed Project Report), എസ്റ്റിമേറ്റ് എന്നിവ സഹിതം ക്ഷണിക്കാവുന്നതും സർക്കാർ അംഗീകരിച്ച PWD നിരക്കുകളിൽ (അനുബന്ധം 2) 10 ശതമാനം നീക്കുപോക്കുകൾ നിയമാനുസൃതം അനുവദിക്കാവുന്നതുമാണ്. ഓരോ സ്കൂളിനും അനുവദിക്കാവുന്ന തുകകൾക്ക് പരിധിയുള്ളതിനാൽ സാങ്കേതികമായി ഏറ്റവും മികച്ച ടെണ്ടറുകൾ Quality Cost Based Selection (QCBC) അടിസ്ഥാനമാക്കി പരിഗണിക്കാവുന്നതാണ്.

14

ജില്ലാ തല സമിതി

ഓരോ ജില്ലയിലും RDO/സബ്കളക്ടർ ചെയർമാനായും, ഡെപ്യൂട്ടി എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ കൺവീനറായും തദ്ദേശ സ്വയം ഭരണ വകുപ്പ് പ്രതിനിധി, വിദ്യാഭ്യാസ വകുപ്പിന്റെ പ്രതിനിധി, വിദൂരതല ജില്ലാ മാനേജർ, വിഷയ വിദഗ്ദ്ധൻ എന്നിവർ അംഗങ്ങളുമായ ഒരു സമിതി രൂപീകരിച്ച് സ്കൂൾ തല സമിതികൾ നടപ്പിലാക്കുന്ന അടിസ്ഥാന സൗകര്യവികസനത്തിന്റെ ഭാഗമായുള്ള നിർമ്മാണ പ്രവൃത്തികൾ വിലയിരുത്തി ആവശ്യമായ മാർഗ്ഗനിർദ്ദേശങ്ങൾ നൽകേണ്ടതാണ്. പൂർത്തിയായ നിർമ്മാണ പ്രവൃത്തികൾ ഉന്നതതല സമിതിയുടെ നിർദ്ദേശങ്ങൾക്ക് വിധേയമായി സ്കൂളുകളിൽ നടപ്പാക്കണം.



15

ഫണ്ടുകൾ

15.1

സർക്കാർ സാമ്പത്തിക സഹായം

2021-2022 സാമ്പത്തിക വർഷത്തെ ബഹു.കേരള ഗവർണ്ണറുടെ നയപ്രഖ്യാപനത്തിൽ എല്ലാ ജില്ലകളിലെയും തിരഞ്ഞെടുത്ത സ്കൂളുകളിൽ ഉണർവ് പദ്ധതി നടപ്പിൽ വരുത്തും എന്ന് ഉൾപ്പെടുത്തിയിട്ടുള്ളതിനാൽ ആയതിന്റെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ ഉണർവ് പദ്ധതി നടപ്പിലാക്കുന്നതിന് സർക്കാർ സാമ്പത്തിക സഹായം പ്രതീക്ഷിക്കുന്നുണ്ട്.



15.1

സി.എസ്.ആർ ഫണ്ടുകൾ

സർക്കാർ കമ്പനികളുടെയും കോർപ്പറേഷനുകളുടെയും സാമൂഹിക പ്രതിബദ്ധതയുടെ ഭാഗമായി ഇത്തരം പദ്ധതികൾക്ക് സാമ്പത്തിക സഹായം പ്രതീക്ഷിക്കാവുന്നതാണ്. തിരുവനന്തപുരം ജില്ലയിൽ ഇത്തരത്തിൽ കെ.എസ്.ബി.സി യിൽ തിന്നും ലഭിക്കുന്ന തുകയാണ്(ക്യാഷ് ) തിരഞ്ഞെടുത്ത 4 സ്കൂളുകളിൽ പദ്ധതി നടപ്പിലാക്കുന്നതിനു വേണ്ടി ചിലവാക്കുന്നത്.

15.1

സ്പോൺസർഷിപ്പ്

വ്യക്തികളുടെയും സ്ഥാപനങ്ങളുടെയും സ്പോൺസർഷിപ്പായി ലഭിക്കുന്ന ഫണ്ടുകൾ ഉണർവ് പദ്ധതി നടപ്പിലാക്കുന്നതിലേക്കായി പ്രതീക്ഷിക്കാവുന്നതാണ്.

15.1

സംഘടനകൾ

വിവിധ സർവ്വീസ് സംഘടനകൾ, സാംസ്കാരിക സംഘടനകൾ, റസിഡൻഷ്യൽ അസോസിയേഷനുകൾ, റോട്ടറി ക്ലബ്ബുകൾ, ലയൺസ് ക്ലബ്ബുകൾ, മറ്റ് സംഘടനകൾ എന്നിവരിൽ നിന്നും ഈ പദ്ധതി നടപ്പാക്കുന്നതിലേക്കായി ഫണ്ടുകൾ/സ്പോൺസർഷിപ്പ് പ്രതീക്ഷിക്കാവുന്നതാണ്.

15.1

MGNREGS

(മഹാത്മാഗാന്ധി നാഷണൽ വ്യാൽ എംപ്ലോയിമെന്റ് ഗ്യാരന്റി സ്കീം) സ്കൂളുകളിലെ ഗ്രൗണ്ട് നിരപ്പാക്കൽ, ചുറ്റുമതിൽ നിർമ്മാണം കായിക കലാ പരിശീലനങ്ങൾക്കായുള്ള മറ്റ് അടിസ്ഥാന സൗകര്യങ്ങൾ എന്നിവ മഹാത്മാഗാന്ധി നാഷണൽ വ്യാൽ എംപ്ലോയിമെന്റ് ഗ്യാരന്റി സ്കീം ൽ ഉൾപ്പെടുത്തി ഫണ്ട് ഉൾപ്പെടെ ബ്ലോക്ക് പഞ്ചായത്തുകൾ വഴി നടപ്പിലാക്കുന്നതിന്റെ സാധ്യതകൾ പരിശോധിക്കാവുന്നതുമാണ്.



**16** തുടർ പരിപാലനം

സൗകര്യങ്ങൾക്കുള്ള ഉപയോഗത്തോടൊപ്പം പരിപാലിക്കുന്നതിനും സമീതികളും ജില്ലാ കൊടുക്കേണ്ടതാണ്. കുറവുകൾ കാരണം ഉദ്ദേശിച്ച ഫലം ലഭിക്കാതെ വരുന്ന സാഹചര്യങ്ങൾ എന്ന പദ്ധതിയിൽ പ്രവർത്തനങ്ങൾ പരിപാലിക്കുന്നതിനും മറ്റും നാശമായി പോകാതെ സൗകര്യങ്ങൾ സമീതികളും, ജില്ലാതല സമീതികളും കൃത്യമായ പരിശോധനകൾ പരിഹരിക്കേണ്ടതുമാണ്.

പുർത്തികരിച്ച പരിപാലന നിർമ്മാണങ്ങളുടെ ആയവ നല്ല രീതിയിൽ അതാത് സ്കൂൾ സമീതികളും ശ്രദ്ധ പരിപാലനത്തിന്റെ പരിപാലനത്തിന്റെ കണക്കിലെടുത്ത ഉണർവ് ഉൾപ്പെട്ട നിർമ്മാണ ഉൾപ്പെട്ട രീതിയിൽ കായിക ഉപകരണങ്ങളും നാശമായി പോകാതെ സംരക്ഷിക്കുന്നതിനും സമീതികളും, ജില്ലാതല സമീതികളും കൃത്യമായ പരിശോധനകൾ നടത്തി ന്യൂനതകൾ പരിഹരിക്കേണ്ടതുമാണ്.



**17** നിയമങ്ങൾ



- സ്കൂളുകൾ തദ്ദേശസ്വയംഭരണ സ്ഥാപനങ്ങളുടെ അധീനതയിൽ ഉള്ളവ ആയതിനാൽ അവയിൽ നിർമ്മാണ പ്രവർത്തനങ്ങൾ നടത്തുന്നതിലേക്ക് നിയമാനുസരണമുള്ള അനുമതികൾ ബന്ധപ്പെട്ട തദ്ദേശസ്വയംഭരണ സ്ഥാപനങ്ങളിൽ നിന്നും ലഭ്യമാക്കേണ്ടതുണ്ട്.
- വിദ്യാഭ്യാസ വകുപ്പിന്റെ അംഗീകാരവും അനുമതികളും ഉണർവ് പദ്ധതിയുടെ ഭാഗമായ നിർമ്മാണ പ്രവർത്തനങ്ങൾ സ്കൂളുകളിൽ നടപ്പാക്കുന്നതിലേക്കായി ലഭ്യമാക്കേണ്ടതുണ്ട്.

- സ്പോർട്സ് അതോറിറ്റി ഓഫ് ഇന്ത്യ, കേരള സ്പോർട്സ് കൗൺസിൽ എന്നിവർ അംഗീകരിച്ച 'Specification' തോട് കൂടിയ കായിക പരിപാലന ഗ്രന്ഥുകൾ, കോർട്ടുകൾ, കായിക ഉപകരണങ്ങൾ എന്നിവ ഉണർവ് പദ്ധതിയുടെ ഭാഗമായി ലഭ്യമാക്കേണ്ടതുണ്ട്.
- പൊതുമരാമത്ത് വകുപ്പ് അംഗീകരിച്ച നിലവിലുള്ള കമ്പോള നിലവാര പട്ടിക പ്രകാരമുള്ള തിരക്കിൽ നിർമ്മാണ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ഈ പദ്ധതിയുടെ ഭാഗമായി

**18** മറ്റ് വകുപ്പുകളുമായുള്ള സഹകരണം.

സർക്കാരിലെ വിവിധ വകുപ്പുകളുമായി സഹകരിച്ചും വകുപ്പുകളെ ഏകോപിപ്പിച്ചും ആണ് ഉണർവ്വ് എന്ന പദ്ധതി നടപ്പിലാക്കാൻ ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്. ഏക്സൈസ് വകുപ്പ്, തദ്ദേശ സ്വയംഭരണ വകുപ്പ്, പൊതുമരാമത്ത് വകുപ്പ്, വിദ്യാഭ്യാസ വകുപ്പ്, പോലീസ് വകുപ്പ്, സാമൂഹ്യതിതി വകുപ്പ്, വനിതാ ശിശുവികസന വകുപ്പ്, കായിക വകുപ്പ് തുടങ്ങിയവയും, ഇലക്ട്രിസിറ്റി ബോർഡ്, ജലഅതോറിറ്റി, സ്പോർട്സ് കൗൺസിൽ, SAI LNCPE തുടങ്ങിയവരുമായും സഹകരിച്ചും ഏകോപിപ്പിച്ചുമാണ് ഉണർവ്വ് പദ്ധതി നടപ്പാക്കുന്നത്.



#### ഉന്നതതല സമിതി

ചെയർമാൻ	എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ
കൺവീനർ	വിമുക്തി ചീഫ് എക്സിക്യൂട്ടീവ് ഓഫീസർ
അംഗങ്ങൾ	ജോയിന്റ് എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ (എ.പി.സി), ജോയിന്റ് എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ (ഇ.ഐ&ഐ.ബി), എക്സൈസ് വിജിലൻസ് ഓഫീസർ, എക്സൈസ് വകുപ്പിലെ ഫിനാൻസ് ഓഫീസർ, എക്സൈസ് വകുപ്പിലെ ലാ ഓഫീസർ, ഡെപ്യൂട്ടി എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ (അബ്കാരി), അസി.എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ (ഐ.എ.ഡബ്ല്യു), കായിക രംഗത്തെ വിദഗ്ദ്ധൻ (സ്പോർട്സ് കൗൺസിൽ / LNCPE പ്രതിനിധി).

#### മിഡ്ലതല സമിതി

ചെയർമാൻ	RDO/ Sub Collector,
കൺവീനർ	ഡെപ്യൂട്ടി എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ
അംഗങ്ങൾ	വിമുക്തി മാനേജർ, വിദ്യാഭ്യാസ വകുപ്പിന്റെ പ്രതിനിധി, വിഷയ വിദഗ്ദ്ധൻ, പ്രദേശത്തെ തദ്ദേശ സ്വയംഭരണ സ്ഥാപനത്തിലെ അംഗം.

#### സൂപ്പർ തല സമിതി

ചെയർമാൻ	പ്രിൻസിപ്പാൾ/ ഹെഡ് മാസ്റ്റർ
കൺവീനർ	എക്സൈസ് സർക്കിൾ ഇൻസ്പെക്ടർ
അംഗങ്ങൾ	അദ്ധ്യാപക പ്രതിനിധി ( വിമുക്തി ക്ലബ്ബ് കൺവീനർ), പി.ടി.എ പ്രതിനിധി, എക്സൈസ് ഇൻസ്പെക്ടർ, തദ്ദേശ സ്വയംഭരണ സ്ഥാപനത്തിലെ അംഗം, വിഷയ വിദഗ്ദ്ധൻ



20

അനുബന്ധം 2

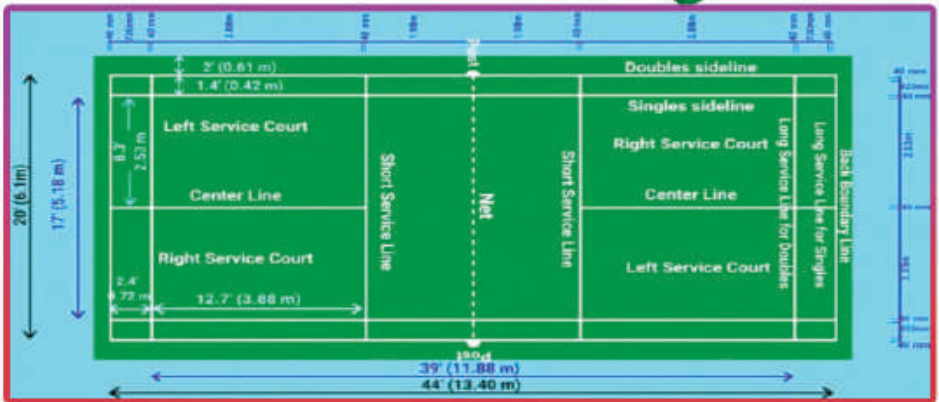
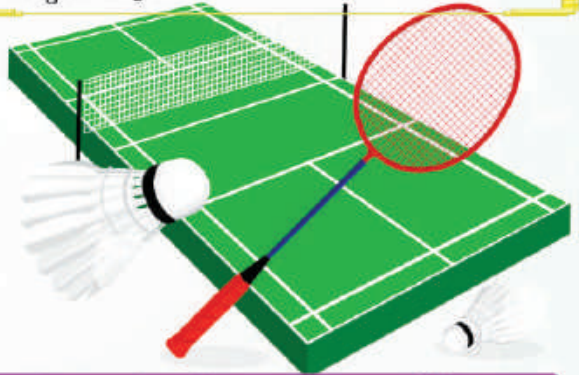
നിർമ്മാണ പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ തിലവിലെ സർക്കാർ അംഗീകൃത നിരക്കുകൾ കേരള സർക്കാരിന്റെ പെന്യമരമാത്ത് വിലാഗം <https://price.kerala.gov.in/home> എന്ന വെബ് സൈറ്റിൽ ലഭ്യമാണ്.

21

അനുബന്ധം 3

22

ബാഡ്മിന്റൻ കോർട്ട്



- 1.1. The court shall be a rectangle marked out with lines 40 mm wide as shown in Diagram A.
- 1.2. The lines marking out the court shall be easily distinguishable and preferably be coloured white or yellow.
- 1.3. All the lines shall form part of the area which they define.
- 1.4. The posts shall be 1.55 metres in height from the surface of the court and shall remain vertical when the net is strained as provided in Law
- 1.5. The posts shall be placed on the doubles side lines as in Diagram A irrespective of whether singles or doubles is being played. The posts or its supports shall not extend into the court beyond the side lines.
- 1.6. The net shall be made of fine cord of dark colour and even thickness with a mesh of not less than 15 mm and not more than 20 mm.

- 1.7. The net shall be 760 mm in depth and at least 6.1 metres wide.
- 1.8. The top of the net shall be edged with a 75 mm white tape doubled over a cord or cable running through the tape. This tape shall rest upon the cord or cable.
- 1.9. The cord or cable shall be stretched firmly, flush with the top of the posts.
- 1.10. The top of the net from the surface of the court shall be 1.524 metres at the centre of the court and 1.55 metres over the side lines for doubles.
- 1.11 There shall be no gaps between the ends of the net and the posts. If necessary, the full depth of the net at the ends shall be tied to the posts.

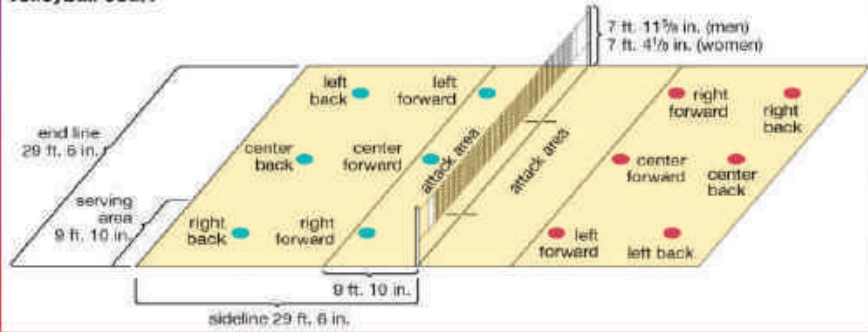


23

വോളിബോൾ കോർട്ട്



Volleyball court



- The dimensions of a volleyball court require to be 60 feet  $\times$  30 feet. In meters, this amounts to 18  $\times$  9.
- Around the court, there should be an area called a free zone, which is 10 feet on all the sides, thus making the entire area needed 80 feet  $\times$  50 feet.
- The court is divided into two sides equally by a net, making each side a dimension of 30 feet  $\times$  30 feet (9m  $\times$  9m).
- The net is one meter wide and runs from one sideline to the other all across the court. It actually extends by 1 meter on both sides of the court, giving it a total length of 11 meters.

- In the men's competition, the net is placed at a height of 2.43 meters from the ground, at the center. For the women's game, the same is at a height of 2.24 meters.
- Each side is divided into two zones. The attack zone or the front zone is from the net towards the middle of the court, and measures 3m  $\times$  9m. This is where the three attackers are situated.
- The defense lines up in the remaining area of the court called the back zone, which is 6m  $\times$  9m. Though, while the game is in progress, the players obviously switch positions and move around even outside the court as and when required.
- The service area is a 3 meter section at the right side of the back line at both ends of the court.



24

ബാസ്കറ്റ് ബോൾ കോർട്ട്



**Playing court**

The playing court shall have a flat, hard surface free from obstructions (Diagram 1) with dimensions of 28 m in length by 15 m in width measured from the inner edge of the boundary line.

**Backcourt**

A team's backcourt consists of its team's own basket, the inbounds part of the backboard and that part of the playing court limited by the endline behind its own basket, the sidelines and the centre line.

**Frontcourt**

A team's frontcourt consists of the opponents' basket, the inbounds part of the backboard and that part of the playing court limited by the endline behind the opponents' basket, the sidelines and the inner edge of the centre line nearest to the opponents' basket.

**Lines**

All lines shall be of the same colour and drawn in white or other contrasting colour, 5 cm in width and clearly visible.

**Boundary line**

The playing court shall be limited by the boundary line, consisting of the endlines and the sidelines. These lines are not part of the playing court.

**Centre line, centre circle and free-throw semi-circles**

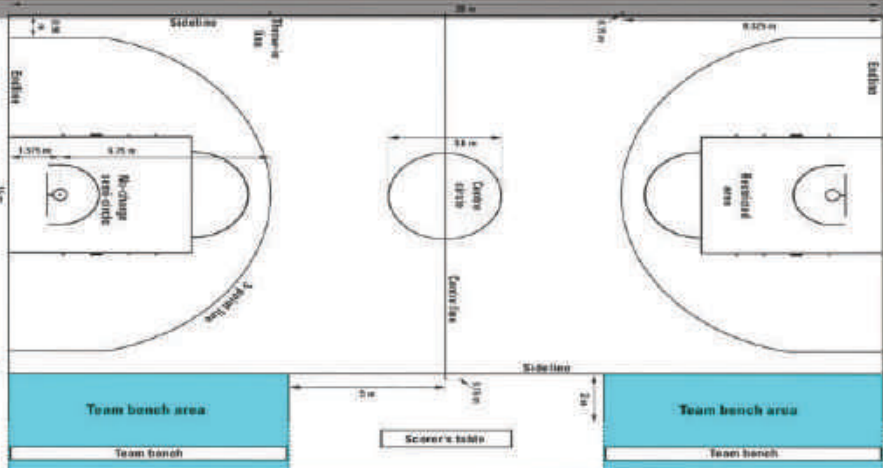
The centre line shall be marked parallel to the endlines from the mid-point of the sidelines. It shall extend 0.15 m beyond each sideline. The centre line is part of the backcourt.

The centre circle shall be marked in the centre of the playing court and have a radius of 1.80 m measured to the outer edge of the circumference.

The free-throw semi-circles shall be marked on the playing court with a radius of 1.80 m measured to the outer edge of the circumference and with their centres at the mid-point of the free-throw lines (Diagram 2).



Diagram 1 Full size playing court.



The free-throw line shall be drawn parallel to each endline. It shall have its furthest edge 5.80 m from the inner edge of the endline and shall be 3.60 m long. Its mid-point shall lie on the imaginary line joining the mid-point of the 2 endlines.

The restricted areas shall be the rectangular areas marked on the playing court limited by the endlines, the extended free-throw lines and the lines which originate at the endlines, their outer edges being 2.45 m from the mid-point of the endlines and terminating at the outer edge of the extended free-throw lines. These lines, excluding the endlines, are part of the restricted area.

Free-throw rebound places along the restricted areas, reserved for players during free throws, shall be marked as in Diagram 2.

### 3-point field goal area

The team's 3-point field goal area (Diagram 1 and Diagram 3) shall be the entire floor area of the playing court, except for the area near the opponents' basket, limited by and including:

- The 2 parallel lines extending from and perpendicular to the endline, with the outer edge 0.90 m from the inner edge of the sidelines.
- An arc of radius 6.75 m measured from the point on the floor beneath the exact centre of the opponents' basket to the outer edge of the arc. The distance of the point on the floor from the inner edge of the mid-point of the endline is 1.575 m. The arc is joined to the parallel lines.

The 3-point line is not part of the 3-point field goal area.







**1. THE COURT**

The court shall be a rectangle, 78 feet (23.77 m) long and, for singles matches, 27 feet (8.23 m) wide. For doubles matches, the court shall be 36 feet (10.97 m) wide.

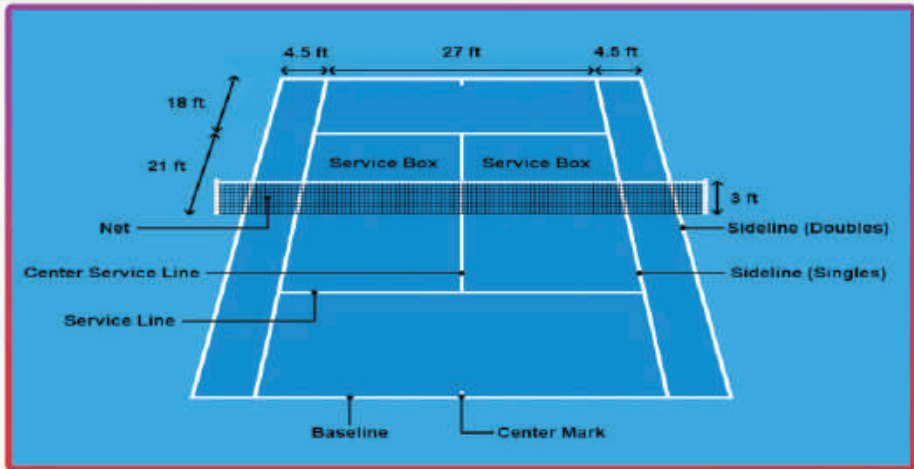
The court shall be divided across the middle by a net suspended by a cord or metal cable which shall pass over or be attached to two net posts at a height of 3 ½ feet (1.07 m). The net shall be fully extended so that it completely fills the space between the two net posts and it must be of sufficiently small mesh to ensure that a ball cannot pass through it. The height of the net shall be 3 feet (0.914 m) at the centre, where it shall be held down tightly by a strap. A band shall cover the cord or metal cable and the top of the net. The strap and band shall be completely white.

- The maximum diameter of the cord or metal cable shall be 1/3 inch (0.8 cm).
- The maximum width of the strap shall be 2 inches (5 cm).
- The band shall be between 2 inches (5 cm) and 2½ inches (6.35 cm) deep on each side.

For doubles matches, the centres of the net posts shall be 3 feet (0.914 m) outside the doubles court on each side.

For singles matches, if a singles net is used, the centres of the net posts shall be 3 feet (0.914 m) outside the singles court on each side. If a doubles net is used, then the net shall be supported, at a height of 3½ feet (1.07 m), by two singles sticks, the centres of which shall be 3 feet (0.914 m) outside the singles court on each side.





- The other lines of the court shall be between 1 inch (2.5 cm) and 2 inches (5 cm) wide, except that the baselines may be up to 4 inches (10 cm) wide.

All court measurements shall be made to the outside of the lines and all lines of the court shall be of the same colour clearly contrasting with the colour of the surface.





**1:1** The playing court (see diagram 1) is a 40 metres long and 20 metres wide rectangle, consisting of two goal areas (see 1:4 and 6) and a playing area. The longer boundary lines are called side lines, and the shorter ones are called goal lines (between the goalposts) or outer goal lines (on either side of the goal).

There should be a safety zone surrounding the playing court, with a width of at least 1 metre along the side lines and 2 metres behind the goal lines.

The characteristics of the playing court must not be altered during the game in such a way that one team gains an advantage.

**1:2** A goal (see diagrams 2a and 2b) is placed in the centre of each outer goal line. The goals must be firmly attached to the floor or to the walls behind them. They have an interior height of 2 metres and a width of 3 metres.

The goalposts are joined by a horizontal crossbar. The rear side of the goalposts shall be in line with the rear edge of the goal line. The goalposts and the crossbar must have an 8cm square cross section. On the three sides which are visible from the court they must be painted in bands of two contrasting colours, which also contrast clearly with the background.

The goals must have a net, that should be attached in such a way that a ball thrown into the goal normally remains in the goal.

**1:3** All lines on the court are fully part of the area that they enclose. The goal lines shall be 8cm wide between the goalposts (see diagram 2a), whereas all other lines shall be 5cm wide.

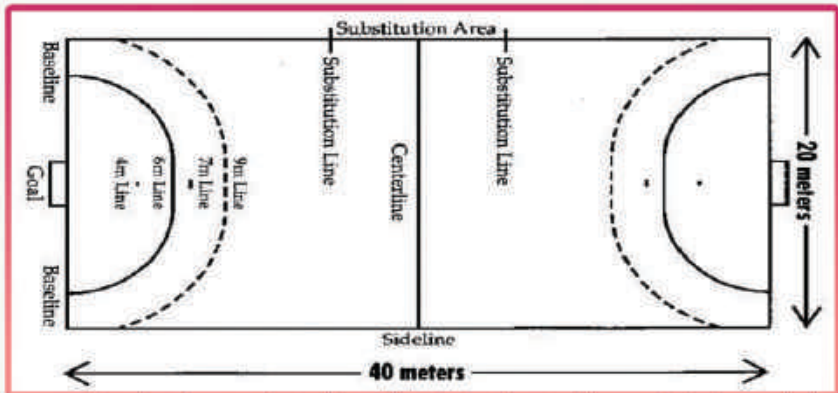
Lines between two adjacent areas may be replaced with a difference in colours between the adjacent areas of the floor.

**1:4** In front of each goal there is a goal area (see diagram 5, page 100). The goal area is defined by the goal-area line (6-metre line), which is drawn as follows:

- a) a 3 metres long line directly in front of the goal; this line is parallel to the goal line and 6 metres away from it (measured from the rear edge of the goal line to the front edge of the goal-area line);
- b) two quarter circles, each with a radius of 6 metres (measured from the rear inner corner of the goalposts), connecting the 3 metres long line with the outer goal line (see diagrams 1 and 2a).

**1:5** The free throw line (9-metre line) is a broken line, drawn 3 metres outside the goal-area line. Both the segments of the line and the spaces between them measure 15cm (see diagram 1).





The 7-metre line is a 1 metre long line, directly in front of the goal. It is parallel to the goal line and 7 metres away from it (measured from the rear edge of the goal line to the front edge of the 7-metre line); (see diagram 1).

The goalkeeper's restraining line (the 4-metre line) is a 15cm long line, directly in front of the goal. It is parallel to the goal line and 4 metres away from it (measured from the rear edge of the goal line to the front edge of the 4-metre line) (see diagram 1).

The centre line connects the midpoints of the two side lines (see diagrams 1 and 3).

The substitution line (a segment of the side line) for each team extends from the centre line to a point at a distance of 4.5 metres from the centre line. This end point of the substitution line is enhanced by a line which is parallel to the centre line, extending 15cm inside the sideline and 15cm outside the sideline (see diagrams 1 and 3).



കളിക്കളങ്ങളെ കുറിച്ചുള്ള കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്കായി  
<https://sajobs.sportsauthorityofindia.gov.in>

<https://bwfbadminton.com/> <https://www.ihf.info/> <https://www.itftennis.com/>

<http://www.fiba.basketball/> <http://www.fivb.com/en>

<https://www.worldathletics.org>



21 അനുബന്ധം 4

ക്രമ നം.	ഔദ്യോഗിക പേര്	ഫോൺനമ്പർ
1	എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ	9447178000
2	അഡീം എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ (ഭരണം)	9447178044
3	അഡീം എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ (എൻഫോഴ്സ്മെന്റ്)	9447179000
4	ജോയിന്റ് എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ (എ.പി.സി)	9400077077
5	ജോയിന്റ് എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ (ഇ.എൻ.പി.എസ്)	9447778001
6	എക്സൈസ് വിജിവാൻസ് ഓഫീസർ	9447178048
7	എക്സൈസ് വകുപ്പിലെ ഫിനാൻസ് ഓഫീസർ	04712322825
8	എക്സൈസ് വകുപ്പിലെ ലാ ഓഫീസർ	04712336425
9	ഡെപ്യൂട്ടി എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ (അസിസ്റ്റന്റ്)	9447178047
10	അസിസ്റ്റന്റ് എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ (ഇ.എ.ഡി.എസ്)	9447178046
11	കാമ്പ്യൂട്ടർ ഓപ്പറേഷൻ വിഭാഗം (സോഫ്റ്റ്‌വെയർ കൗൺസിലർ / SAI LNCPE പ്രതിനിധി).	9526430184

ക്രമ നം.	ഡെപ്യൂട്ടി എക്സൈസ് കമ്മീഷണർ	ഫോൺനമ്പർ	ഫോൺനമ്പർ
1	തിരുവനന്തപുരം	04712473149	9447178053
2	കൊല്ലം	04742745648	9447178054
3	പാലക്കാട്	04682222873	9447178055
4	ആലപ്പുഴ	04772252049	9447178056
5	കോട്ടയം	04812562211	9447178057
6	ഇടുക്കി	04862222493	9447178058
7	എറണാകുളം	04842390657	9447178059
8	തൃശൂർ	04872361237	9447178060
9	പാലക്കാട്	04912505897	9447178061
10	മലപ്പുറം	04832734886	9447178062
11	കോഴിക്കോട്	04952372927	9447178063
12	വയനാട്	04936248850	9447178064
13	കണ്യാട്	04972706698	9447178065
14	കാസർഗോട്	04994256728	9447178066



ചെലവ് പ്രോജക്ട്

28

കുറിപ്പ് 1

ചെലവ് പ്രോജക്ട് എന്ന നിലയിൽ തിരുവനന്തപുരം ജില്ലയിൽ 4 സ്കൂളുകൾ മാനദണ്ഡങ്ങൾ പാലിച്ച് തെരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ളതും പലതിൽ നടപ്പിലാക്കുന്നതിനുള്ള രൂപരേഖ തയ്യാറാക്കി വന്നിട്ടുള്ളതുമാണ്. ടി 4 സ്കൂളുകളിൽ നിന്നും ലഭ്യമായിട്ടുള്ള പ്രൊപ്പോസലുകൾ പരിശോധിച്ചതിൽ, ക്രിക്കറ്റ്, ഫുട്ബോൾ തുടങ്ങിയ കായിക മത്സര ഇനങ്ങൾ പരിശീലിക്കുന്നതിനുള്ള കളിസ്ഥലത്തിന്റെ വികസനം/ഒരുക്കൽ, ബാഡ്മിന്റൺ വോളിബോൾ തുടങ്ങി ഇൻഡോർ/ഔട്ട്ഡോർ മത്സരങ്ങൾ പരിശീലിക്കുന്നതിനുള്ള കോർട്ടുകൾ തുടങ്ങിയവയും, പരിശീലന ഉപകരണങ്ങൾ, കലാപരമായ കഴിവുകൾ പരിപോഷിപ്പിക്കുന്നതിന് ആവശ്യമായ മറ്റ് സാധന സാമഗ്രികൾ, പരിശീലകർ തുടങ്ങി വിവിധങ്ങളായ ആവശ്യങ്ങൾ ഉൾക്കൊള്ളിച്ചിട്ടുള്ളതും ആയവയ്ക്ക് ചെലവ് വരുന്ന ഉദ്ദേശ തുക കൂടി കണക്കാക്കി വിശദമായ രീതിയിൽ പ്രൊപ്പോസൽ ലഭ്യമാക്കിയിട്ടുള്ളതും ആണ്. പ്രാരംഭ ഘട്ടത്തിൽ തിരുവനന്തപുരം ജില്ലയിൽ കെ.എസ്.ബി.സി യിൽനിന്നും ലഭ്യമായ 20 ലക്ഷം രൂപയുടെ സി.എസ്.ആർ ഫണ്ട് വിനിയോഗിച്ചാണ് ടി പലതികൾ ആവിഷ്കരിച്ചിരിക്കുന്നത്.

കായിക പരിശീലനത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം

29

കുറിപ്പ് 2

കേരള കായികരംഗത്ത് മറ്റു സംസ്ഥാനങ്ങളേക്കാൾ മികച്ചു നിൽക്കുന്നു. 1950കളിലാണ് കേരള കായികരംഗത്ത് പേരെടുക്കുന്നത്. കായിക കേരളത്തിന്റെ പിതാവ് എന്നറിയപ്പെടുന്നത് തോദവർമ്മ രാജ (ജി.വി.രാജ) ആണ്. 1974ൽ ലോങ്ങ്ജമ്പിൽ 8.07 മീറ്റർ ചാടിയ ടി.സി. യോഹന്നാൻ ഇത്രയും ദൂരം ചാടുന്ന ആദ്യത്തെ ഏഷ്യക്കാരനായി. കേരളത്തിലെ മികച്ച ഓൾറൗണ്ടർ അതല്ല ആയ സുരേഷ്ബാബു കോമൺവെൽത്ത് ഗെയിംസിൽ മെഡൽ നേടുന്ന ആദ്യത്തെതാരമായി മാറിയത് 1978ലാണ്. ഏഷ്യൻ ഗെയിംസിൽ മെഡൽ നേടിയ ആദ്യത്തെ മലയാളിതാരം ഒ.എൽ. തോമസ് ആണ്. ആദ്യത്തെ മലയാളി ഒളിമ്പ്യൻ സി.കെ. ലക്ഷ്മണും അർജ്ജുനപുരസ്കാര ജേതാവ് സി. ബാലകൃഷ്ണനുമാണ്.

ഒളിമ്പിക്സിൽ പങ്കെടുത്ത ആദ്യത്തെ മലയാളി വനിതയായ പി.ടി. ഉഷ ഏഷ്യൻ ഗെയിംസ്, കോമൺവെൽത്ത് ഗെയിംസ് തുടങ്ങിയ നിരവധി രാജ്യാന്തര മത്സരങ്ങളിൽ പങ്കെടുത്ത പുരുസ്കാരങ്ങൾ വാങ്ങിക്കൂട്ടി കേരളത്തിന്റെ അഭിമാനപത്രമായി. ആദ്യമായി ഏഷ്യൻ ഗെയിംസിൽ കേരളത്തെ പ്രതിനിധീകരിച്ച വനിത എം.ഡി.വത്സമ്മയാണ്. മേഴസി മാത്യു കുട്ടൻ, ഷൈനി വിൽസൺ, കെ.എം. ബീനാമോൾ, ബോബി അലോഷ്യസ്, അഞ്ജു ബോബി ജോർജ്ജ്, കെ.സി. റോസക്കുട്ടി, ചിത്ര കെ. സോമൻ തുടങ്ങിയ നിരവധി രാജ്യാന്തര അത്ലറ്റുകളെ കേരളം വാർത്തെടുത്തിട്ടുണ്ട്.

കേരള വോളിബോൾ രംഗത്തു നിന്ന് ലോകപ്രശസ്തിയിലേക്കുയർന്ന താരമാണ് ജിമ്മി ജോർജ്ജ്. ഇന്ത്യക്കുവേണ്ടി യൂറോപ്യൻ വോളിബോൾ ലീഗിൽ കളിച്ച ആദ്യത്തെ ഏഷ്യക്കാരൻ അദ്ദേഹമായിരുന്നു. 1950ലാണ് കേരളത്തിൽ വോളിബോൾ അസോസിയേഷൻ രൂപം കൊണ്ടത്. ഐ.എം. വിജയൻ, ജോപോൾ അഞ്ചേരി, വി.പി.സത്യൻ തുടങ്ങിയ മലയാളികളായ ഫുട്ബോൾ കളിക്കാർ ഇന്ത്യൻ ഫുട്ബോൾ രംഗത്ത് തങ്ങളുടേതായ സ്ഥലം കണ്ടെത്തിയവരാണ്. കേരളത്തിൽ നിന്നു രഞ്ജി ട്രോഫി വഴി ഇന്ത്യയുടെ ദേശീയ ക്രിക്കറ്റ് ടീമിൽ എത്തിയ നിരവധി താരങ്ങളുണ്ട്. കോതമംഗലത്തു കാററായ ശ്രീരാമൻ 2005 മുതൽ ഇന്ത്യൻ ടീമിൽ അംഗമാണ്. ഒളിമ്പ്യൻ ടി.സി. യോഹന്നാന്റെ മകൻ ടിനു യോഹന്നാൻ ആണ് ഇന്ത്യൻ ദേശീയ ടീമിൽ കളിച്ച മറ്റൊരു മലയാളി. കൂടാതെ സഞ്ജു വി. സാംസൺ ഐ.പി.എൽ 2013 ലെ മികച്ച യുവതാരത്തിനുള്ള പുരുസ്കാരവും, അർജ്ജുന സെഞ്ചുറി നേടുന്ന ഏറ്റവും പ്രായം കുറഞ്ഞ താരമെന്ന ബഹുമതിയും നേടിയിട്ടുണ്ട്.



**Kerala State Excise Department**

Excise Commissionerate  
Nandavanam,  
Thiruvananthapuram-33  
Phone : 0471- 2322825

Follow us on



നാളേക്ക് നല്ലതിന്!



സൗജന്യ കൗൺസിലിംഗിനായി വിളിക്കൂ  
ട്രാബിൾ ഫ്രീ നമ്പർ  
**14405**

**30**

**എല്ലാ ജില്ലകളിലും ഡി അഡികളുടെ സെന്ററുകൾ**

തിരുവനന്തപുരം കൊല്ലം പത്തനംതിട്ട ആലപ്പുഴ കോട്ടയം ഇടുക്കി എറണാകുളം തൃശ്ശൂർ പാലക്കാട് മലപ്പുറം കോഴിക്കോട് വയനാട് കണ്ണൂർ കാസർഗോഡ്	ജനറൽ ഹോസ്പിറ്റൽ, നെയ്യാറ്റിൻകര രാമ റാവു മെമ്മോറിയൽ ആശുപത്രി, നെടുങ്ങോലം റാന്നി താലൂക്ക് ആശുപത്രി, റാന്നി താലൂക്ക് ഹോസ്പിറ്റൽ, മാവേലിക്കര പാല ടൗൺ ഗവൺമെന്റ് ഹോസ്പിറ്റൽ, പാല ജില്ലാ ആശുപത്രി, പൈനാവ് താലൂക്ക് ഹോസ്പിറ്റൽ, മൂവാറ്റുപുഴ താലൂക്ക് ആശുപത്രി, ചാലക്കുടി ട്രൈബൽ സ്പെഷ്യാലിറ്റി ഹോസ്പിറ്റൽ, കോട്ടയത്ത് ഗവൺമെന്റ് ഹോസ്പിറ്റൽ, നിലമ്പൂർ ഗവൺമെന്റ് ബീച്ച് ഹോസ്പിറ്റൽ, കോഴിക്കോട് ജനറൽ ഹോസ്പിറ്റൽ, കൈനാട്ടി, കൽപ്പറ്റ താലൂക്ക് ആശുപത്രി, പയ്യന്നൂർ താലൂക്ക് ആശുപത്രി, നീലേശ്വരം	9400069409 9400069441 9400069468 9400069488 9400069511 9400069532 9400069564 9400069589 9400069614 9400069646 9400069675 9400069663 9400069695 9400069723
--	--	--

**മേഖല കൗൺസിലിംഗ് കേന്ദ്രങ്ങൾ**

തിരുവനന്തപുരം	9400033100
എറണാകുളം	9188520199
കോഴിക്കോട്	9188458494

പരാതികൾ നൽകുന്നതിനായി വിളിയ്ക്കൂ  
**9061178000**  
**9447178000**

Website : <https://vimukthi.kerala.gov.in/>

Mail id : [jecapckerala@gmail.com](mailto:jecapckerala@gmail.com)

Website : <https://excise.kerala.gov.in>

Mail id : [cru.excise@kerala.gov.in](mailto:cru.excise@kerala.gov.in), [ecoffice.exc@kerala.gov.in](mailto:ecoffice.exc@kerala.gov.in)



ലഹരി വർജ്ജന മിഷൻ



കേരള സർക്കാർ  
എക്സൈസ് വകുപ്പ്

വിമുക്തി  
മലയാള സർക്കാർ

# ജീവിതം തന്നെ ലഹരി







## വിവിധ ബോധവൽക്കരണ പരിപാടികൾ മത്സരങ്ങൾ സമ്മാനങ്ങൾ

