



WORLD NO TOBACCO DAY
15th - 31st May 2022

YOUTH4TOBACCCOFREEINDIA

Individuals 4 Key Concerns
from 13-28
years

Aim to build a
#Tobaccofreeindia

KEY CONCERNS

Sensitisation and Awareness of Nation (India)

Law - COTPA Amendment 2020

- Prohibit DSA (Designated smoking Area)
- Ban POS Tobacco Display
- Increase age for Tobacco Consumption from 18 - 21 years
- Increase public smoking penalties



OFFLINE SENSITIZATIONS



HIMACHAL PRADESH

OFFLINE SENSITIZATIONS



OFFLINE SENSITIZATIONS



OFFLINE SENSITIZATIONS



OFFLINE SENSITIZATIONS



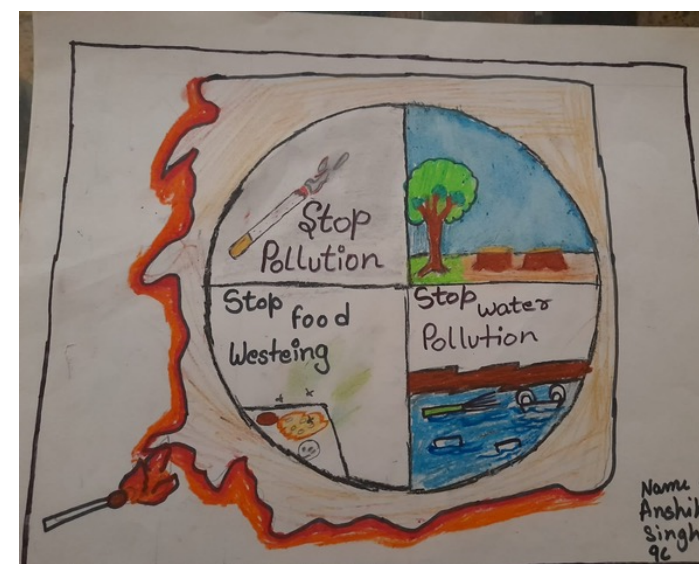
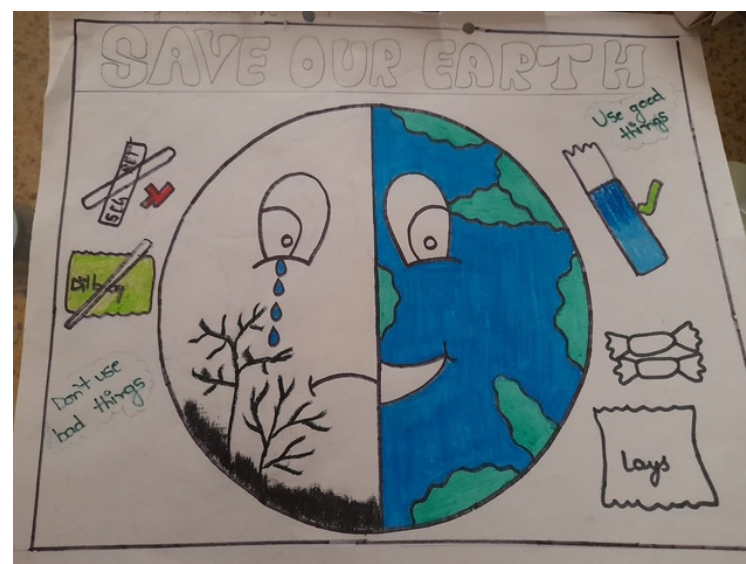
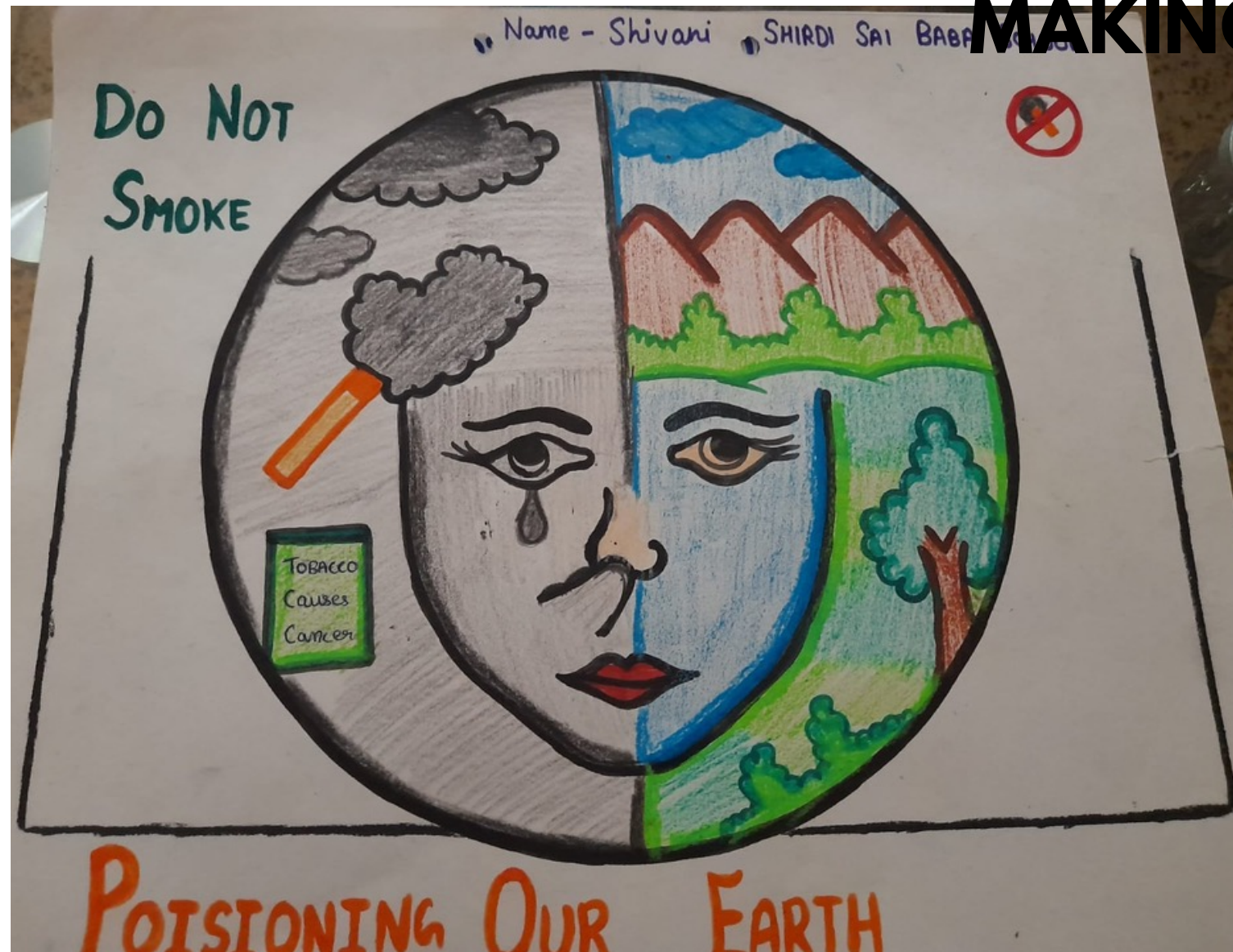
OFFLINE ACTIVITY - CYCLOTHON



OFFLINE ACTIVITY - BROWN RIBBON TAGGING



OFFLINE ACTIVITY - POSTER MAKING



ONLINE SENSITIZATIONS

20 May 2022

Round Table 1 was organized by Punjab (Problems from Tobacco)

Dr Rajeev Gupta (Oncologist)

Dr Rita

26th May 2022

Interview 2 to be organized by Himachal - Discussion Solutions and recommendations we as an NYIN can provide to the government! (MP or MLA)

Recommendations to Strengthen COTPA ACT 2003, and Support COTPA Amendment 2020 and the necessity

27th May 2022

Nada foundation will be participating as panelists in a National Level webinar with National Law School of India University and CTFK

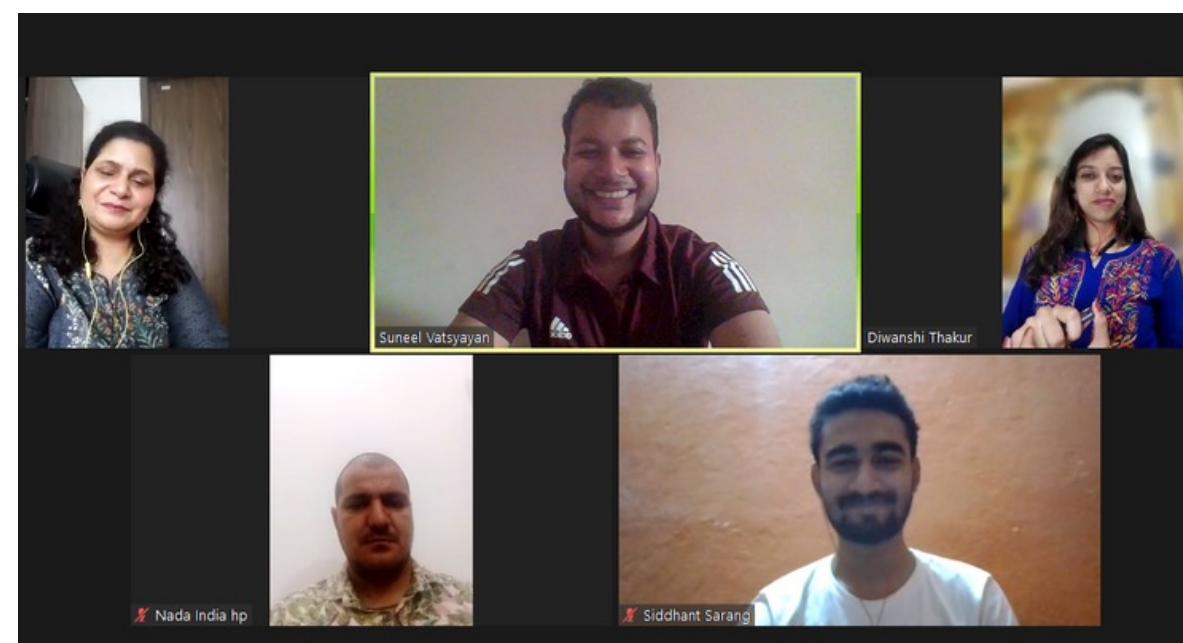
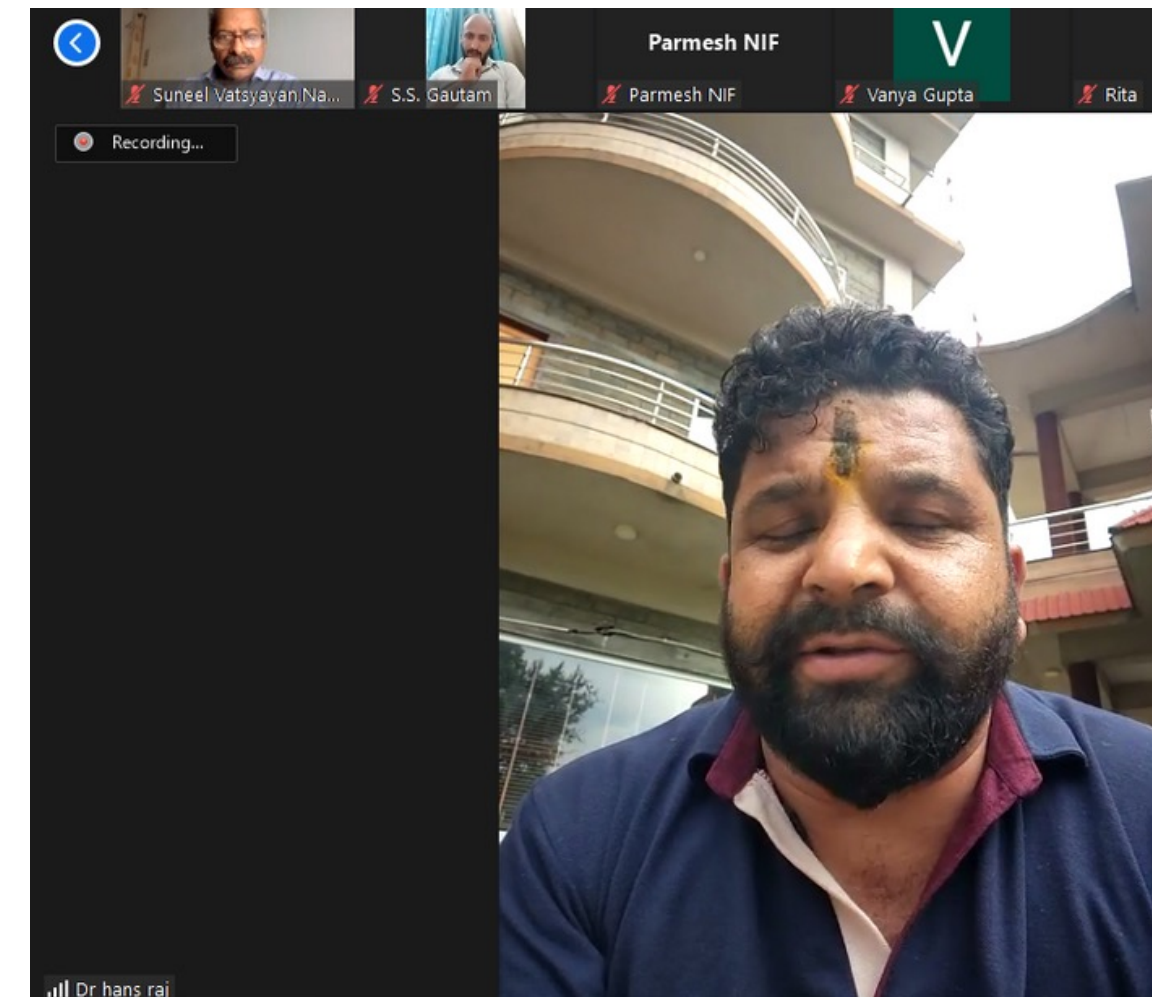
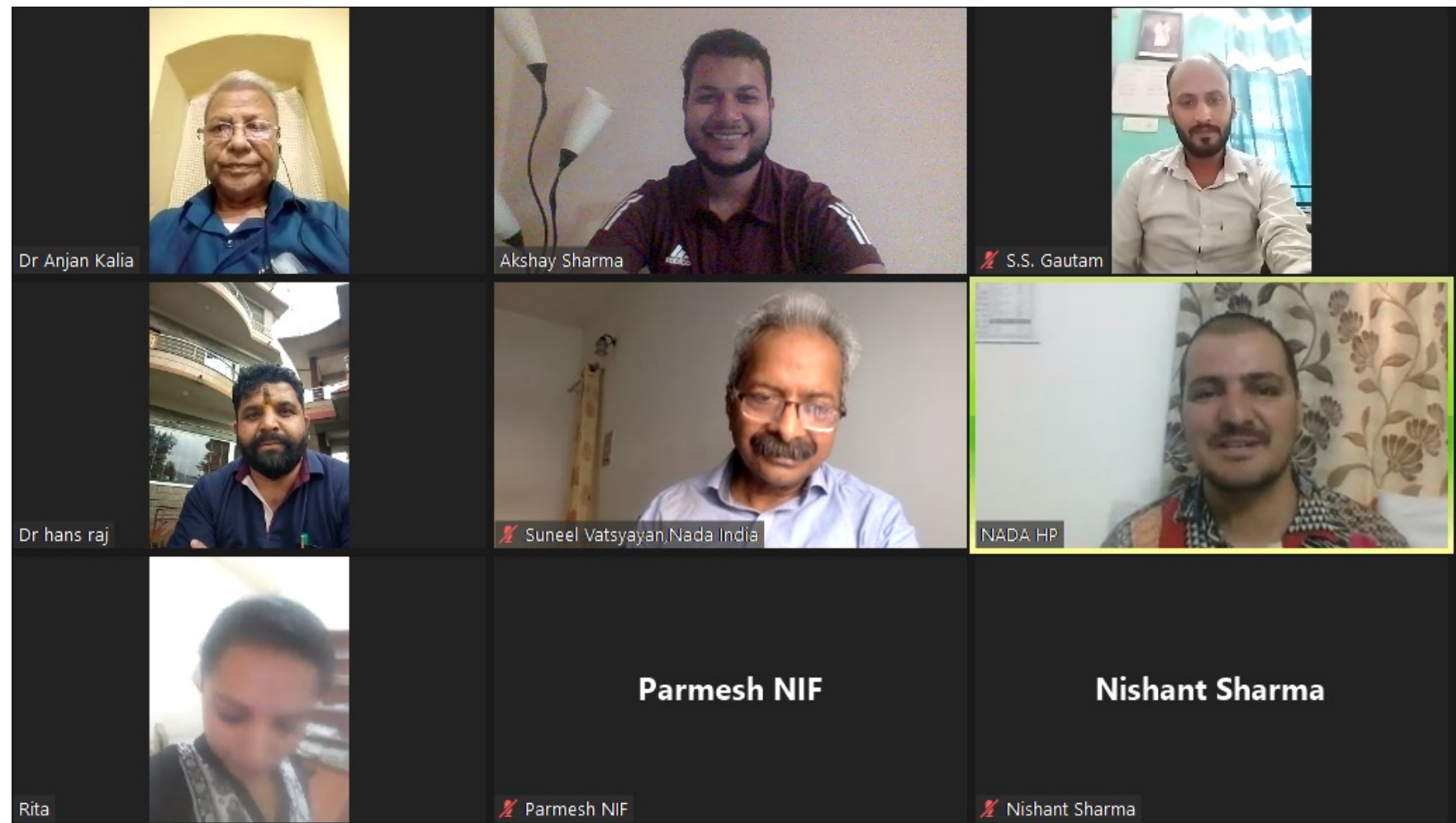
30th May 2022

Webinar (Actions as NYIN and our key concerns to build a healthy Tobacco free India)- Organized by Haryana with inputs from Two states! Talking about the possible actions we can take as individuals and supporting the government and our nation's health! Effects of Tobacco on the environment! Educations and

31st May 2022

All India Radio Delhi 60 min session on Youth Engagement for Tobacco Control of Mr Suneel Vatsyayan on World No Tobacco Day

ONLINE SENSITIZATIONS

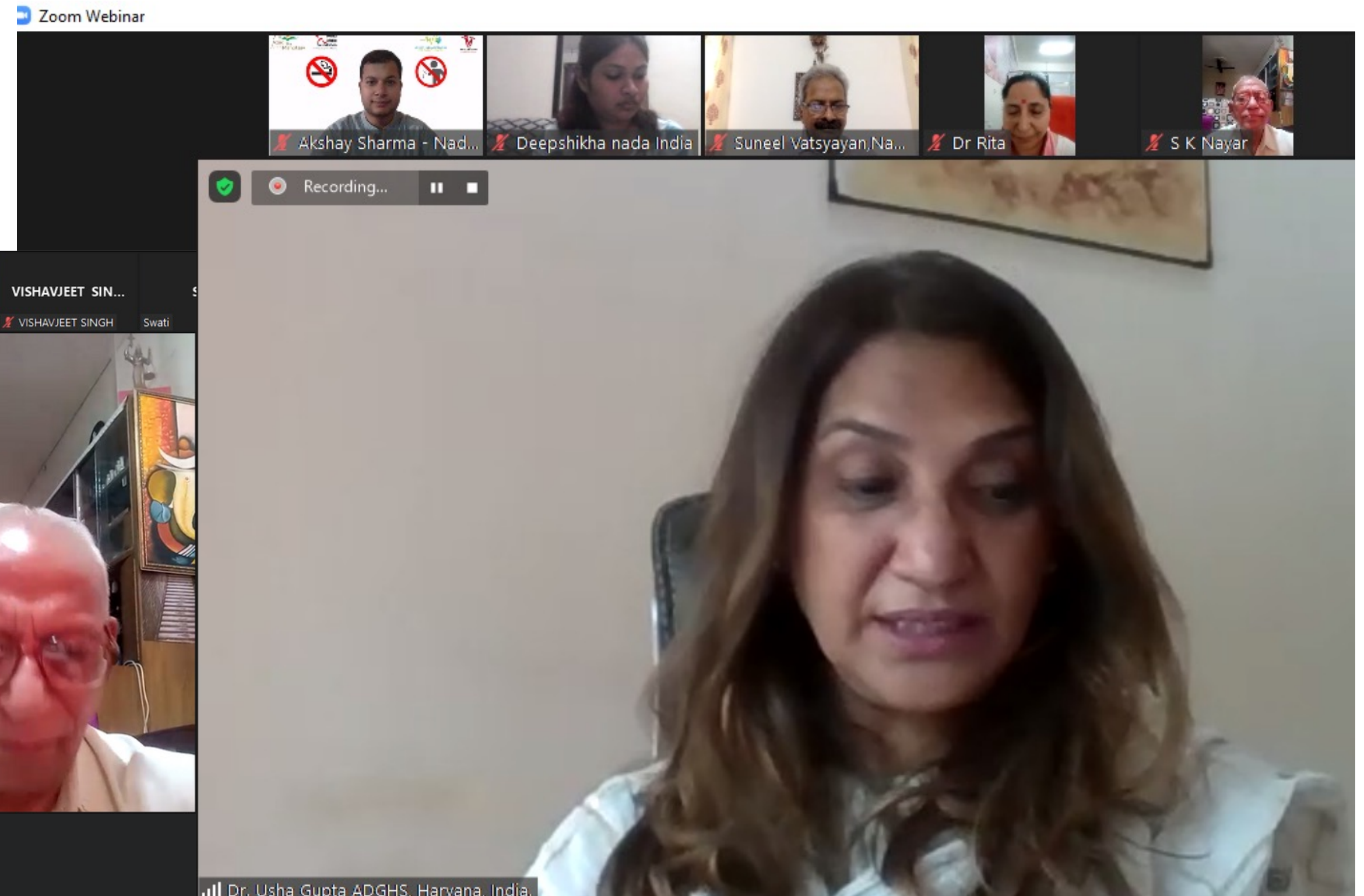


- Dr Hans Raj, Deputy Speaker Legislative Assembly
- Dr Anjan Kalia, Environmentalist, Himachal Pradesh
- Advocate Rita, High Court, Shimla
- Dr Ritambhara Kumari Upadhyay, Environmentalist, Chandigarh
- Mr Siddhant Sarang, New Delhi (Youth Activist)

ROUNDTABLE SESSIONS

WNTD22

Webinar



- Dr Usha Gupta, ADGHS, Haryana
- S K Nayar, President, RWA , Panchkula
- Dr Rita Kotwal, NTCP State officer, Haryana
- Participation of 75+ colleges from all over Haryana

DIGITAL MEDIA POSTINGS



55 Social Media Postings on Twitter and Instagram and 3 Youtube videos were uploaded





World No Tobacco Day 2022
"Tobacco: Poisoning our planet"

30th May 2022

3pm - 4pm

Venue: Zoom

Key Discussion

Impacts of Tobacco on our Health and Environment
Tobacco Free Educational Institutions

www.nadaindia.info

+91 9810594544

<https://youthforwellbeing.org>



WORLD NO TOBACCO DAY

#TOBACCOFREEINDIA

Tobacco kills over 8 million people every year and destroys our smoke free environment!

Smoking and exposure to secondhand smoke kill about 1.2 million Indians each year

#SupportCOTPAAmendment2020

www.nadaindia.info

+91 9810594544

<https://youthforwellbeing.org>



#NoTobacco

=

A HEALTHIER PLANET

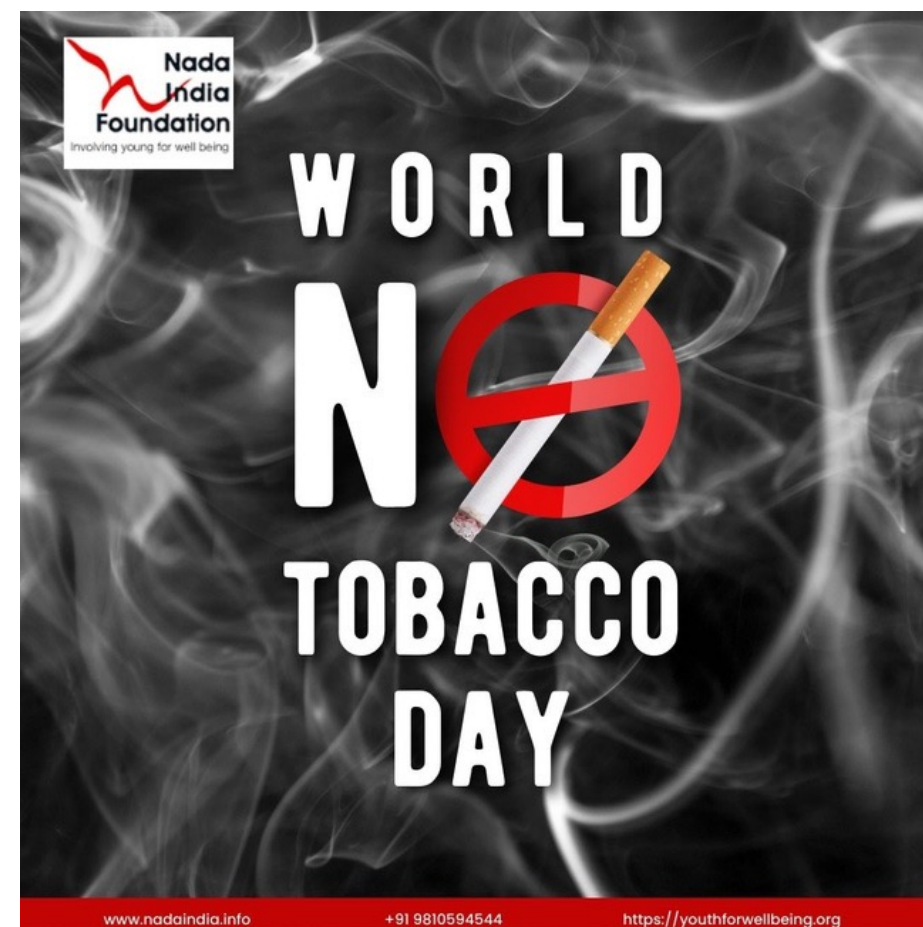
+

HEALTHIER PEOPLE

www.nadaindia.info

+91 9810594544

<https://youthforwellbeing.org>



www.nadaindia.info

+91 9810594544

<https://youthforwellbeing.org>



POISONING OUR PLANET

www.nadaindia.info

+91 9810594544

<https://youthforwellbeing.org>



31 MAY 2022

World No Tobacco Day 2022

The tobacco industry is making a profit by destroying the environment and public health! POS Tobacco Displays should be banned as they promote Tobacco use among young and also act as spots for Tobacco pollution harming biodiversity and vulnerable populations

#SupportCOTPAAmendment2020

www.nadaindia.info

+91 9810594544

<https://youthforwellbeing.org>

NADA India launches 'Youth for Wellbeing Campaign' in wake of Youth health and environment

NEERAJ SHARMA
CHANDIGARH, MAY 30

NADA India Foundation and NADA Young India Network initiated one of its own kind 'Youth for Wellbeing Campaign' by sensitizing about 110 schools and colleges in Haryana in wake of their health and environment. Under this campaign, the sale points of tobacco and its products are being opposed which allure at large. NADA India strongly opposes the silent sale of Gutka, Tobacco, Khaini and Cigarettes sharing with the shelf of



toffees, confectionery and chips at stalls. Deepshikha Kumari of NADA Young India Network has urged a complete ban on Designated Smoking Areas (DSAs) and public smoking which eventually becomes the hotspots for Covid 19 infection and invites pandemic again. Mangal Singh,

State Coordinator for HP & Punjab, NADA informed that more than 3000 youths of the region have been sensitized in this regard wherein more than 7000 letters in support of COTPA Amendment 2020 have been addressed to Union Health Minister Mansukh Mandavia.

नाडा इंडिया सेहत और पर्यावरण के प्रति सजग, शुरू किया 'यूथ फॉर वेलबिंग कैपेन'

चंडीगढ़। हरियाणा के लगभग 110 स्कूलों और कॉलेजों को देश की सेहत और पर्यावरण के प्रति सजग कर और उन्हें अपने अभियान में शामिल कर नाडा इंडिया फाउंडेशन और नाडा यंग इंडिया नेटवर्क ने 'यूथ फॉर वेलबिंग कैपेन' की शुरुआत की है। इस कैपेन के तहत तंबाकू और तंबाकू से जुड़े उत्पादों के सेल प्वाइंट का विरोध किया जा रहा है जो कि युवाओं की सेहत और देश के पर्यावरण से खिलवाड़ करती है। टॉफियों, कॉनफेक्शनरी और चिप्स के सेल्स की आफ में गुटका, तंबाकू, खैणी और सिगरेट की चुपचाप बिक्री का नाडा इंडिया पुरजोर विरोध करता है क्योंकि ऐसे स्टाल्स पर यह तंबाकू उत्पाद बच्चों

और युवाओं को लुभाते हैं। नाडा यंग इंडिया नेटवर्क की दीपशिखा कुमारी ने इसी संदर्भ में डेजिग्नेटिड स्मोकिंग एरिया (डीएसए) और पब्लिक स्मोकिंग पर पूर्ण रूप से पाबंदी की मांग की है जो कि कोविड 19 इन्फेक्शन के लिये हॉटस्पॉट साबित होते हैं और महामारी को एक बार फिर से बुलावा देते हैं। हिमाचल और पंजाब के स्टेट कोऑर्डिनेटर मंगल सिंह ने बताया कि पंजाब, हरियाणा और हिमाचल प्रदेश के तीन हजार से युवाओं ने इस मुद्दे के प्रति सजग किया गया और साथ ही कोटपा अमेंडमेंट 2020 के समर्थन में सात सौ से भी अधिक पत्र केन्द्रीय स्वास्थ्य मंत्री मनसुख मांडविया को लिखे गये हैं।

नाडा इंडिया सेहत और पर्यावरण के प्रति सजग, शुरू किया यूथ फॉर वेलबिंग कैपेन

चंडीगढ़: हरियाणा के लगभग 110 स्कूलों और कॉलेजों को देश की सेहत और पर्यावरण के प्रति सजग कर और उन्हें अपने अभियान में शामिल कर नाडा इंडिया फाउंडेशन और नाडा यंग इंडिया नेटवर्क ने 'यूथ फॉर वेलबिंग कैपेन' की शुरुआत की है। इस कैपेन के तहत तंबाकू और तंबाकू से जुड़े उत्पादों के सेल प्वाइंट का विरोध किया जा रहा है जो कि युवाओं की सेहत और देश के पर्यावरण से खिलवाड़ करती है। टॉफियों, कॉनफेक्शनरी और चिप्स के सेल्स की आड़ में गुटका, तंबाकू, खैणी और सिगरेट की चुपचाप बिक्री का नाडा इंडिया पुरजोर विरोध करता है।

नो स्मोकिंग डे पर नाडा इंडिया सेहत और पर्यावरण के प्रति सजग, शुरू किया यूथ फॉर वेलबिंग कैपेन

चंडीगढ़: नो स्मोकिंग डे के अवसर पर हरियाणा के लगभग 110 स्कूलों और कॉलेजों को देश की सेहत और पर्यावरण के प्रति सजग कर और उन्हें अपने अभियान में शामिल कर नाडा इंडिया फाउंडेशन और नाडा यंग इंडिया नेटवर्क ने 'यूथ फॉर वेलबिंग कैपेन' की शुरुआत की है। इस कैपेन के तहत तंबाकू और तंबाकू से जुड़े उत्पादों के सेल प्वाइंट का विरोध किया जा रहा है जो कि युवाओं की सेहत और देश के पर्यावरण से खिलवाड़ करती है।

टॉफियों, कॉनफेक्शनरी और चिप्स के सेल्स की आड़ में गुटका, तंबाकू, खैणी और सिगरेट की चुपचाप बिक्री का नाडा इंडिया पुरजोर विरोध करता है क्योंकि ऐसे स्टाल्स पर यह तंबाकू उत्पाद बच्चों और युवाओं को लुभाते हैं। नाडा यंग इंडिया नेटवर्क की दीपशिखा कुमारी ने इसी संदर्भ में डेजिग्नेटिड स्मोकिंग एरिया (डीएसए) और पब्लिक स्मोकिंग पर पूर्ण रूप से पाबंदी की मांग की है जो कि कोविड 19 इन्फेक्शन के लिये हॉटस्पॉट साबित होते हैं और महामारी को एक बार फिर से बुलावा देते हैं।

नाडा इंडिया सेहत और पर्यावरण के प्रति सजग, शुरू किया 'यूथ फॉर वेलबिंग कैपेन'

चंडीगढ़ (जगमार्ग न्यूज)। हरियाणा के लगभग 110 स्कूलों और कॉलेजों को देश की सेहत और पर्यावरण के प्रति सजग कर और उन्हें अपने अभियान में शामिल कर नाडा इंडिया फाउंडेशन और नाडा यंग इंडिया नेटवर्क ने 'यूथ फॉर वेलबिंग कैपेन' की शुरुआत की है। इस कैपेन के तहत तंबाकू और तंबाकू से जुड़े उत्पादों के सेल प्वाइंट का विरोध किया जा रहा है जो कि युवाओं की सेहत और देश के पर्यावरण से खिलवाड़ करती है। टॉफियों, कॉनफेक्शनरी और चिप्स के सेल्स की आड़ में गुटका, तंबाकू, खैणी और सिगरेट की चुपचाप बिक्री का नाडा इंडिया पुरजोर विरोध करता है क्योंकि ऐसे स्टाल्स पर यह तंबाकू उत्पाद बच्चों और युवाओं को लुभाते हैं। नाडा यंग इंडिया नेटवर्क की दीपशिखा कुमारी ने इसी संदर्भ में डेजिग्नेटिड स्मोकिंग एरिया (डीएसए) और पब्लिक स्मोकिंग पर पूर्ण रूप से पाबंदी की मांग की है जो कि कोविड 19 इन्फेक्शन के लिये हॉटस्पॉट साबित होते हैं और महामारी को एक बार फिर से बुलावा देते हैं। हिमाचल और पंजाब के स्टेट कोऑर्डिनेटर मंगल सिंह ने बताया कि पंजाब, हरियाणा और हिमाचल प्रदेश के तीन हजार से युवाओं ने इस मुद्दे के प्रति सजग किया गया और साथ ही कोटपा अमेंडमेंट 2020 के समर्थन में सात सौ से भी अधिक पत्र केन्द्रीय स्वास्थ्य मंत्री मनसुख मांडविया को लिखे गये हैं। इस समूचे अभियान में सांसद रमेश चन्द्र कौशिक और हिमाचल प्रदेश विधान सभा के डिप्टी स्पीकर डॉ हंसराज का भी पूर्ण समर्थन प्राप्त है। हिमाचल प्रदेश से जाने माने पर्यावरणविद् डॉ अंजना कालिया के अनुसार हर साल लगभग 4.5 ट्रिलियन सिगरेट के जलने से पर्यावरण को गहरा नुकसान पहुंचता है। तंबाकू इंडस्ट्री अपने लाभ के लिये पर्यावरण को ताक पर रख रहा है जिसका घातक परिणाम निकट भविष्य में सभी को भुगतने पड़ेगा।



चंडीगढ़: नो स्मोकिंग डे के अवसर पर हरियाणा के लगभग 110 स्कूलों और कॉलेजों को देश की सेहत और पर्यावरण के प्रति सजग कर और उन्हें अपने अभियान में शामिल कर नाडा इंडिया फाउंडेशन और नाडा यंग इंडिया नेटवर्क ने 'यूथ फॉर वेलबिंग कैपेन' की शुरुआत की है। इस कैपेन के तहत तंबाकू और तंबाकू से जुड़े उत्पादों के सेल प्वाइंट का विरोध किया जा रहा है जो कि युवाओं की सेहत और देश के पर्यावरण से खिलवाड़ करती है। टॉफियों, कॉनफेक्शनरी और चिप्स के सेल्स की आड़ में गुटका, तंबाकू, खैणी और सिगरेट की चुपचाप बिक्री का नाडा इंडिया पुरजोर विरोध करता है क्योंकि ऐसे स्टाल्स पर यह तंबाकू उत्पाद बच्चों और युवाओं को लुभाते हैं। नाडा यंग इंडिया नेटवर्क की दीपशिखा कुमारी ने इसी संदर्भ में डेजिग्नेटिड स्मोकिंग एरिया (डीएसए) और पब्लिक स्मोकिंग पर पूर्ण रूप से पाबंदी की मांग की है जो कि कोविड 19 इन्फेक्शन के लिये हॉटस्पॉट साबित होते हैं और महामारी को एक बार फिर से बुलावा देते हैं। हिमाचल और पंजाब के स्टेट कोऑर्डिनेटर मंगल सिंह ने बताया कि पंजाब, हरियाणा और हिमाचल प्रदेश के तीन हजार से युवाओं ने इस मुद्दे के प्रति सजग किया गया और साथ ही कोटपा अमेंडमेंट 2020 के समर्थन में सात सौ से भी अधिक पत्र केन्द्रीय स्वास्थ्य मंत्री मनसुख मांडविया को लिखे गये हैं। इस समूचे अभियान में सांसद रमेश चन्द्र कौशिक और हिमाचल प्रदेश विधान सभा के डिप्टी स्पीकर डॉ हंसराज का भी पूर्ण समर्थन प्राप्त है। हिमाचल प्रदेश से जाने माने पर्यावरणविद् डॉ अंजना कालिया के अनुसार हर साल लगभग 4.5 ट्रिलियन सिगरेट के जलने से पर्यावरण को गहरा नुकसान पहुंचता है। तंबाकू इंडस्ट्री अपने लाभ के लिये पर्यावरण को ताक पर रख रहा है जिसका घातक परिणाम निकट भविष्य में सभी को भुगतने पड़ेगा।

PRESS COVERAGE

नो स्मोकिंग डे पर नाडा इंडिया सेहत और पर्यावरण के प्रति सजग, शुरू किया यूथ फॉर वेलबिंग कैपेन

चंडीगढ़, नो स्मोकिंग डे के अवसर पर हरियाणा के लगभग 110 स्कूलों और कॉलेजों को देश की सेहत और पर्यावरण के प्रति सजग कर और उन्हें अपने अभियान में शामिल कर नाडा इंडिया फाउंडेशन और नाडा यंग इंडिया नेटवर्क ने 'यूथ फॉर वेलबिंग कैपेन' की शुरुआत की है। इस कैपेन के तहत तंबाकू और तंबाकू से जुड़े उत्पादों के सेल प्वाइंट का विरोध किया जा रहा है जो कि युवाओं की सेहत और देश के पर्यावरण से खिलवाड़ करती है। टॉफियों, कॉनफेक्शनरी और चिप्स के सेल्स की आड़ में गुटका, तंबाकू, खैणी और सिगरेट की चुपचाप बिक्री का नाडा इंडिया पुरजोर विरोध करता है क्योंकि ऐसे स्टाल्स पर यह तंबाकू उत्पाद बच्चों और युवाओं को लुभाते हैं। नाडा यंग इंडिया नेटवर्क की दीपशिखा कुमारी ने इसी संदर्भ में डेजिग्नेटिड स्मोकिंग एरिया (डीएसए) और पब्लिक स्मोकिंग पर पूर्ण रूप से पाबंदी की मांग की है जो कि कोविड 19 इन्फेक्शन के लिये हॉटस्पॉट साबित होते हैं और महामारी को एक बार फिर से बुलावा देते हैं।



हिमाचल और पंजाब के स्टेट कोऑर्डिनेटर मंगल सिंह ने बताया कि पंजाब, हरियाणा और हिमाचल प्रदेश के तीन हजार से युवाओं ने इस मुद्दे के प्रति सजग किया गया और साथ ही कोटपा अमेंडमेंट 2020 के समर्थन में सात सौ से भी अधिक पत्र केन्द्रीय स्वास्थ्य मंत्री मनसुख मांडविया को लिखे गये हैं। इस समूचे अभियान में सांसद रमेश चन्द्र कौशिक और हिमाचल प्रदेश विधान सभा के डिप्टी स्पीकर डॉ हंसराज का भी पूर्ण समर्थन प्राप्त है।

हरियाणा से नाडा के डिजाइन एक्टिविस्ट अक्षय शर्मा ने बताया कि विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार के भारत में 267 मिलियन लोग तंबाकू का सेवन करते हैं जो कि नॉन स्मोक्स को पैसिव स्मोक्स में तबदील करते हैं। स्वास्थ्य मंत्रालय द्वारा जारी ग्लोबल एडल्ट्स टोबैको सर्वे-2 के आंकड़ों के अनुसार 30.2 फीसदी व्यस्क अपने ही वर्कप्लेस में सेकेंड हैंड स्मोकिंग की चपेट में आते हैं जबकि 21 फीसदी लोग सर्वाजनिक स्थलों में इससे अपने आप को बचा नहीं पाते हैं। उन्होंने बताया कि आंकड़ें इस तरह चैकाने वाले हैं कि हरियाणा में हर साल 28000 हजार लोग जबकि पूरे देश में 13 लाख लोग तंबाकू के सेवन से अपनी जान गवां बैठते हैं। इसलिये उन्होंने इस बात पर बल दिया कि कोटपा 2003 अधिनियम में जल्द संशोधन की जरूरत है जिससे की बच्चों और युवाओं का भविष्य बचाया जा सके। सिटिजंस वेलफेयर ऐग्रेसिवेशन के अध्यक्ष और नाडा गुड हैल्थ एम्बेसेडर एसके नायर ने तंबाकू के बढ़ते प्रकोप पर चिंता व्यक्त करते हुये कहा कि सरकारी को

इस मुद्दे के प्रति सचेत होने की आवश्यकता है। उनके अनुसार तंबाकू के इस्तेमाल की आयु सीमा 18 से बढ़ाकर 21 कर देनी चाहिये और साथ ही तंबाकू के प्रचार में जुड़े विज्ञापनों पर भी अंकुश लगाने चाहिये। नेशनल टोबैको कंट्रोल प्रोग्राम, हरियाणा की स्टेट हेड डॉ रीटा कोटवाल ने टोबैको प्री एज्युकेशनल इंस्टीच्यूशंस के लागू करने की मांग करते हुये कहा कि किसी भी तंबाकू वेंडर को यूनिवर्सिटी, कॉलेज या स्कूल या फिर किसी भी शैक्षणिक संस्थानों के 100 यार्ड के दायरे में तंबाकू बिक्री से रोका जाना चाहिए क्योंकि युवाओं में इसकी आसानी से उपलब्धता उनमें कार्डियोवास्कुलर, सांस की बीमारियों के साथ साथ कैंसर, डायबिटीज और हाइपरटेंशन आदि को न्यूता दे सकती है। हिमाचल प्रदेश से जाने माने पर्यावरणविद् डॉ अंजना कालिया के अनुसार हर साल लगभग 4.5 ट्रिलियन सिगरेट के जलने से पर्यावरण को गहरा नुकसान पहुंचता है। तंबाकू इंडस्ट्री अपने लाभ के लिये पर्यावरण को ताक पर रख रहा है जिसका घातक परिणाम निकट भविष्य में सभी को भुगतने पड़ेगा।

नो स्मोकिंग डे पर नाडा इंडिया सेहत और पर्यावरण के प्रति सजग, शुरू किया यूथ फॉर वेलबिंग कैपेन

चंडीगढ़: नो स्मोकिंग डे के अवसर पर हरियाणा के लगभग 110 स्कूलों और कॉलेजों को देश की सेहत और पर्यावरण के प्रति सजग कर और उन्हें अपने अभियान में शामिल कर नाडा इंडिया फाउंडेशन और नाडा यंग इंडिया नेटवर्क ने 'यूथ फॉर वेलबिंग कैपेन' की शुरुआत की है। इस कैपेन के तहत तंबाकू और तंबाकू से जुड़े उत्पादों के सेल प्वाइंट का विरोध किया जा रहा है जो कि युवाओं की सेहत और देश के पर्यावरण से खिलवाड़ करती है। टॉफियों, कॉनफेक्शनरी और चिप्स के सेल्स की आड़ में गुटका, तंबाकू, खैणी और सिगरेट की चुपचाप बिक्री का नाडा इंडिया पुरजोर विरोध करता है क्योंकि ऐसे स्टाल्स पर यह तंबाकू उत्पाद बच्चों और युवाओं को लुभाते हैं। नाडा यंग इंडिया नेटवर्क की दीपशिखा कुमारी ने इसी संदर्भ में डेजिग्नेटिड स्मोकिंग एरिया (डीएसए) और पब्लिक स्मोकिंग पर पूर्ण रूप से पाबंदी की मांग की है जो कि कोविड 19 इन्फेक्शन के लिये हॉटस्पॉट साबित होते हैं।

TOBACCO MENACE An avoidable catastrophe

■ By Suneel Vatsyayan

INDIA is reported to have lost half a million of its people to the pandemic over the past two years. This is despite the fact that the situation had complete societal attention and everyone worked towards minimising it. However, there is something equally serious and catastrophic that we are dealing with right now. The menace of tobacco use. It kills an estimated 1.35 million Indians every year. Scientific studies estimate that the consumption of tobacco results in the death of more than 3,500 Indians every single day. According to the Global Youth Tobacco Survey (GYTS-4) conducted in 2019 by the International Institute for Population Sciences (IIPS) under the Union Ministry of Health and Family Welfare, India has the second-largest number (27 crore) of tobacco users in the world and of this 13 lakh die every year from the tobacco-related diseases. The casualty is more than double the total deaths caused by the recent pandemic.

Tobacco use is a major risk factor for several non-communicable diseases (NCDs) such as cancer, cardiovascular disease, diabetes, and chronic lung diseases. Nearly 27% of all cancers in India are due to tobacco usage. Another worrying thing about this man-created pandemic is that about 27 crore people above the age of 15 years and 8.5% of school-going children in the age group 13-15 years use tobacco in some form in India. The annual economic burden on India due to tobacco-related diseases is over 1,77,340 crore. Do these numbers scare you? If must. The crazy part of this news is that these are the deaths and losses that are completely avoidable and a stringent tobacco control policy by the government of India can help us counter it substantially.

India is one of the early signatories of the tobacco control provisions under the WHO Framework Convention on Tobacco Control also called the WHO-FCTC. India has also proven many times it has the

right intention to act resolutely against tobacco use. One of the most notable and prompt steps toward tobacco control is the Prohibition of Electronic Cigarettes Ordinance, 2019 which prohibits production, manufacture, import, export, transport, sale, distribution, storage and advertisement of e-cigarettes. A few other notable steps by the government in this direction are the launch of the National Tobacco Quitline Services (NTQLS) which has the sole objective to provide telephone-based information, advice, support, and

narratives that will pre-empt any kind of tax increases on tobacco products. The taxation scenario in India is not so encouraging in terms of tobacco control. Ever since the introduction of the Goods and Services Tax (GST) in 2017, there has been no significant tax increase on any tobacco products in India. No significant tax increase on any tobacco product for four years in a row has made all tobacco products increasingly more affordable. This has undoubtedly attracted new users to tobacco, especially the youth.



referrals for quitting tobacco use. Cessation programme is a similar initiative which employs mobile counselling for tobacco cessation. It was launched in 2016 as part of Digital India initiative.

The tobacco epidemic, as the World Health Organisation characterises, has some definitive solutions that can reduce the death toll and reduce the financial burden on the country. Scientific research across many countries around the world including India shows that a price increase induces people to quit or reduce tobacco use as well as discourages non-users from getting into the habit of tobacco use. There is overwhelming consensus within the research community that taxation is one of the most cost-effective measures to reduce the demand for tobacco products. What is stopping the government to take such definitive steps? We must be aware that any such tangible tobacco control policy hurts both revenue and profits of the tobacco industry. Naturally, the industry is busy devising tactics and

Apart from the increase in taxes, another important component having a bearing over decreasing tobacco use are the tobacco control laws. Experts have repeatedly urged the government to increase the legal age of sale of tobacco products from 18 to 21 by amending the Cigarettes and Other Tobacco Products Act (COTPA), 2003. The amendment to the Law is already pending in Parliament. Comprehensive ban on tobacco advertising and banning sale of single stick of cigarettes and bidis would also go a long way in preventing kids and youth from initiating tobacco use. The government should take a considerate view of public health and significantly increase taxes on all tobacco products and legislate in favour of tobacco control by amending the COTPA Law. Both steps shall achieve a significant reduction in the use and affordability of tobacco products to reduce its use and facilitate India's march towards sustainable development goals. (The writer is chairperson of Nada India Foundation) ■

If you have a family his



including the anterior two-thirds of the tongue. These cancers occur predominantly in squamous cell carcinomas, and are highly lethal, incapacitating, and disfiguring. Historically, the death rate associated with oral cancer has been particularly high due to late-stage diagnosis and intervention. According to the World Health Organisation (WHO), however, some of the most common cancer types, such as breast cancer, cervical cancer, oral cancer, and colorectal cancer, have high cure probabilities when detected early and treated according to best practices.

Here are some key measures to consider when you have a family history in oral cancer cases:

● Certain factors and lifestyle choices can increase one's susceptibility to oral cancer, including tobacco and betel nut or areca nut (supari) consumption, all forms of tobacco,

including cigars, pipes, cigars, and (smokeless) tobacco quid (laddu paan with betel nut (supari)).

● Periodic oral assessments by the risk factors and other tests by a doctor can help assess a low, high level of risk, for one's health. These days, kits such as by eye help assess a low, high level of risk, for one's health. These days, kits such as by eye help assess a low, high level of risk, for one's health.

● Never ignore signs, symptoms or in the oral cavity, or throat while swallowing. Current majority of patients through a visual and/or are symptoms which point them to stage. As a result, often goes undetected point of metastasis.

Daily Burnout? You Can

■ By Sonia Lal Gupta

"I only I could have another vacation to the mountains, I don't feel I could carry this much longer." Do you catch yourself saying this very often? Symptoms of burnout and unmanaged stress at the workplace can lead to:

● Feelings of energy depletion or exhaustion
● Increased mental distance from one's job, or feelings of negativity or cynicism related to one's job
● Reduced professional efficacy
Should I jump ship if I'm burnt out?
Sitting back and taking a wider look can help you reset your priorities. Burnout can either be caused from your own relationship with your job, or the simple fact that the

job just doesn't suit your personal nature.
Before quitting, ask yourself if you can change how you relate with my job. Is it your own mismanagement of stress which is causing the problems?
Reassess
You might want to look into potential reasons to then formulate a solution:

● Lack of control
● Unclear job expectations
● Dysfunctional workplace dynamics
● Extremes of activity
● Lack of social support
● Work-life imbalance
If you can spot clear reasons, try to have a conversation with someone and try to bring change rather than continuing to deal with the burnout.
Over time, burnout can lead to:
● Excessive stress

● Fatigue
● Insomnia
● Sadness, irritability
● Alcohol or substance use
● Heart disease
● High blood pressure
● Type 2 diabetes
● Vulnerability to Stress
In many cases, stress management programs can help. In many cases, stress management programs can help. In many cases, stress management programs can help. In many cases, stress management programs can help.



Dr. Mansukh Mandaviya
Minister of Health & Family Welfare
Minister of Chemicals and Fertilizers

The Man The People's Leader The Minister Initiatives Media Get in Touch

NADA India launches 'Youth for Wellbeing Campaign' in wake of Youth health and environment

< Previous Next >

NADA India launches 'Youth for Wellbeing Campaign' in wake of Youth health and environment

NEERAJ SHARMA
CHANDIGARH, MAY 30

NADA India Foundation and NADA Young India Network



Nada Webinar on the occasion of World No Tobacco Day on the theme 'Poisoning our Planet' on 30th May 2022.
The article in the Hitvada Magazine was published in 4 states
Our dear Union Health Minister showcased his support promoting the News on his website.

RAINBOW HELPLINE

ON 31st MAY 2022, AT 12:00 PM

Topic : **Youth Engagement For
Tobacco Control**

Expert : **Sh Suneel Vatsyayan**
(Founder, Nada India Foundation and Life Coach)



WhatsApp No. **WITH**
9868107070

RJ Srijan Rajput

Producer : Nisha Bharadwaj

Call us at 1800 111 026 (toll free), 23421080, 23421090 STD code 011

Type RAIN<SPACE> your name and location, followed by your message and send it to 53010 for queries. Also, you can give us your feedback at rainbow102.6fm@gmail.com

live streaming: mobile app: NewsOnAir



/AkashvaniAIR



@airfmraibow
@fmrainbowdelhi

All India Radio and Fm rainbow in Chandigarh and Delhi respectively had two traditional radio coverages on World No Tobacco Day with a repeat broadcast of Mr. Suneel Vatsyayan on 4th June 2022