# BOOK LAUNCH PRESS COVERAGE – PRINT MEDIA- CHANDIGARH

JUNE 26, 2021

INTERNATIONAL DAY AGIANST DRUG-ABUSE

BY

CEYONE CONAULTANTS LLP

# Book on drug addiction released

TRIBUNE NEWS SERVICE

CHANDIGARH, JUNE 30

Tobacco, alcohol and drug abuse are responsible for more than 11 million deaths every year globally, Dr Rajinder Singh said on the release of his book "Drug Addiction".

The book was released by Baba Iqbal Singh, president, The Kalgidhar Trust, Baru Sahib. The trust runs two drug de-addiction centres – one in Punjab and another in Himachal Pradesh.

A former adviser (psychiatry) Armed Forces, Dr Singh highlighted the popular misconceptions about mental disorders and stressed the need to incorporate spirituality into the treatment plan to fill the voids that addicts might be trying to fill with drugs or alcohol.

"This book is not just about overcoming addiction, it's about overcoming your fears, taking ownership of your flaws and making efforts to make better choices," said the 87-year-old Chandigarh-based psychiatrist, who has treated 10,000 drug addicts.

Dr Debasish Basu, Head of the PGI's Psychiatry Department, was the chief guest for the event.

"This book contains proven steps and strategies on how to successfully combat the challenging problem of drug addiction," said Dr Basu.

The Tribune
30 June 2021

# इंटरनैशनल एंटी-ड्रग दिवस पर ड्रग एडिक्शन पर बुक लांच

चंडीगढ़, 26 जून (मनोज): शराब की लत और मादक द्रव्यों का सेवन दुनिया भर में लाखों लोगों को प्रभावित कर रहा है। विश्व स्तर पर तंबाकू, शराब और सिंथेटिक नशे हर साल 11 मिलियन से अधिक लोगों की मौत का कारण बना हैं। इंटरनैशनल एंटी-ड्रग दिवस के अवसर पर शनिवार को 87 वर्षीय सोशल एक्टिविस्ट व साइकेट्रिस्ट, रिटायर्ड डा. (कर्नल) राजिंदर सिंह की पुस्तक ड्रग एडिक्शन का ऑनलाइन कांफ्रैंस के द्वारा लांच हुआ। पुस्तक में नशे के कारण विनाशकारी स्वास्थ्य और सामाजिक परिणामों के बारे में विस्तार से लिखा गया है। इसके साथ ही वह सभी नीतिया बताई गयी है जिससे समाज नशा मुक्त हो सकता है । रिटायर्ड डा. (कर्नल) राजिंदर सिंह ने कहा कि मेरे 60 साल के अनुभव का निचोड़ ये है कि अगर नशा करने वाले लोगों को आध्यात्मिकता के साथ जोड़ा जाए तो वह नशे से निजाद पा सकते हैं। उन्होंने ये भी कहा कि यह पुस्तक केवल एडिक्शन पर काबू पाने के बारे में नहीं है, बल्कि उस डर को खत्म करने के लिए भी है जिसके कारण अक्सर ड्रग लेने वाला ये सोचता है के वो कभी भी ये नशा छोड़ नहीं सकता है। इस पुस्तक का लांच कलगीधर ट्रस्ट बरू साहिब संस्था के अध्यक्ष बाबा इकबाल सिंह ने किया। ट्रस्ट पंजाब और हिमाचल में दो नशामुक्ति केंद्र चलाता है। बाबा इकबाल सिंह ने डॉ सिंह को उपचार पद्धति के साथ आध्यात्मिक घटक को मिलाने के लिए प्रेरित किया। डा. देबाशीष बासु, पीजीआई प्रोफेसर और एचओडी मनोचिकित्सा विभाग इस कार्यक्रम के मुख्य अतिथि थे। डा. (कर्नल) राजिंदर सिंह 1991 में आर्मी से रिटायर हुए हैं।

दैनिक सवेरा

27 June 2021

पंजाब केसरी

27 June 2021

चिंतन

## इंटरनैशनल एंटी-ड्रग दिवस पर 'ड्रग एडिक्शन' पर बुक लॉन्च

# 'तंबाकू, शराब और सिंथैटिक नशा 11 मिलियन लोगों की मौत का कारण बने'

### 60 साल का अनुभव-अगर नशा करने वाले लोगों को आध्यात्मिकता के साथ जोड़ा जाए तो वे इससे निजात पा सकते हैं

चंडीगढ़ 26 जून (पाल) : शराब की लत और मादक द्रव्यों का सेवन दुनिया भर में लाखों लोगों को प्रभावित कर रहा है। विश्व स्तर पर तंबाकू, शराब और सिंथैटिक नशे हर साल 11 मिलियन से अधिक लोगों की मौत का कारण बना हैं। इंटरनैशनल एंटी-ड्रग दिवस पर शनिवार को 87 वर्षीय सोशल एक्टिविस्ट व साइकेट्रिस्ट, रिटायर्ड डॉ. (कर्नल) राजिंदर सिंह की पुस्तक 'ड्रग एडिक्शन' का ऑनलाइन हुई कांफ्रैंस में लॉन्च की गई। पुस्तक में नशे के कारण विनाशकारी स्वास्थ्य और सामाजिक परिणामों के बारे में विस्तार से लिखा है और साथ ही वह सभी नीतियां बताई गई हैं, जिससे समाज नशा मुक्त हो सकता है।

रिटायर्ड डॉ. (कर्नल) राजिंदर सिंह ने कहा कि मेरे 60 साल के अनुभव का निचोड़ यह है की अगर नशा करने वाले लोगों को आध्यात्मिकता के साथ जोड़ जाए तो वह नशे से निजाद पा सकते हैं। उन्होंने ये भी कहा की यह पुस्तक केवल एडिक्शन पर काबू पाने के बारे में नहीं है, बल्कि उस डर को खत्म करने के लिए भी है, जिस कारण अक्सर ड्रग लेने वाला ये सोचता है के वो कभी भी ये नशा छोड़ नहीं सकता। इस पुस्तक को लॉन्च कलगीधर ट्रस्ट बरू साहिब संस्था के अध्यक्ष बाबा इकबाल सिंह जी ने किया। ट्रस्ट दो नशामुक्ति केंद्र चलाता है-एक पंजाब में और दूसरा हिमाचल में।

## बाबा इकबाल सिंह ने डॉ. सिंह को उपचार पद्धति के साथ आध्यात्मिक घटक को मिलाने के लिए प्रेरित किया

**बाबा** इकबाल सिंह ने डॉ. सिंह को उपचार पद्धति के साथ आध्यात्मिक घटक को मिलाने के लिए प्रेरित किया। डॉ. देबाशीष बासु, पी.जी.आई. प्रोफैसर और एच.ओ.डी. मनोचिकित्सा विभाग, जो इस कार्यक्रम के मुख्यातिथि थे, ने कहा कि इस पुस्तक में मादक पदार्थों की लत की चुनौतीपूर्ण समस्या से सफलतापूर्वक निपटने के लिए सिद्ध कदम और रणनीतियां बताई गई हैं।

डॉ (कर्नल) राजिंदर सिंह 1991 में आर्मी से रिटायर हुए और तब से अब तक स्वैच्छिक समाजसेवा में हैं। वह गुरुद्वारा श्री गुरु तेग बहादुर सैक्टर-34 चंडीगढ़ में चैरिटेबल डिस्पैंसरी भी चलाते है। जहां चिकित्सा के विभिन्न विषयों के लगभग 30 डॉक्टर और विशेषज्ञ समाज सेवा प्रदान कर रहे हैं।

# अध्यात्म से जुड़कर नशे से निजात पाई जा सकती है

**Say No To Drugs**

ऑनलाइन सेशन में 87 वर्षीय सोशल एक्टिविस्ट व साइकेट्रिस्ट, रिटायर्ड डॉ. कर्नल रजिंदर सिंह की लिखी किताब ड्रग एडिक्शन का विमोचन किया गया।

सिटी रिपोर्टर | चंडीगढ़

शनिवार को इंटरनेशनल डे अगेंस्ट ड्रग एब्यूज और इलिसिट ट्रैफिकिंग के मौके पर अकाल ड्रग डी-एडिक्शन सेंटर्स, कलगीधर ट्रस्ट बारू साहब ने ऑनलाइन सेशन का आयोजन किया। इस दौरान 87 वर्षीय सोशल एक्टिविस्ट व साइकेट्रिस्ट, रिटायर्ड डॉ. कर्नल रजिंदर सिंह की लिखी किताब ड्रग एडिक्शन का विमोचन किया गया। इसमें अलग-अलग चैप्टर्स हैं, जो अंग्रेजी और पंजाबी में हैं। इससे पहले 2012 में उनकी पहली किताब आई थी। सेशन को होस्ट किया ओंकार ने। डॉ. रजिंदर सिंह एक अनुभवी साइकेट्री हैं, जिन्होंने अपना पहला चैरिटेबल क्लीनिक सेक्टर-34 चंडीगढ़ के गुरुद्वारे में शुरू किया था। उन्होंने बताया कि 1991 में आर्मी से बतौर सीनियर एडवाजइर-साइकेट्री रिटायर होने के बाद सामाजिक कार्यों से जुड़े और नशे के दलदल में फंसे लोगों को बाहर निकालने में जुट गया। ड्रग जैसे शराब, तंबाकू, सिंथेटिक नशा करने का मुद्दा इतना बड़ा है कि कुछ ही समय में करीब 11 मिलियन लोग इसके चलते अपनी जान गंवा चुके हैं। यह केवल भारत ही नहीं, सारे विश्व के लिए परेशानी का विषय बना हुआ है। भारत में इस समय युवाओं की ही संख्या सबसे ज्यादा है क्योंकि युवा ही हैं जो सबसे ज्यादा नशे के शिकार हो रहे हैं। पंजाब में तो यह काफी ज्यादा है। अकाल डी एडिक्शन सेंटर्स अपनी तरफ से पूरी कोशिश कर रहे हैं कि युवाओं को नशा मुक्त करवाया जाए। इसके लिए जरूरी है कि किताबों और पढ़ाई में आध्यात्मिक बातें और अच्छी सेहत के बारे में उन्हें बताया जाए। किताब को लेकर बोले- इसमें नशे के कारण विनाशकारी स्वास्थ्य और सामाजिक परिणामों के बारे में विस्तार से लिखा है और साथ ही वह सभी नीतियां बताई गई हैं जिससे समाज नशा मुक्त हो सकता है। इसमें मेरे 60 साल के अनुभव का निचोड़ ये है कि अगर नशा करने वाले लोगों को आध्यात्मिकता के साथ जोड़ा जाए तो वह नशे से निजात पा सकते हैं। उन्होंने ये भी कहा कि यह पुस्तक केवल एडिक्शन पर काबू पाने के बारे में नहीं है, बल्कि उस डर को खत्म करने के लिए भी है जिसके कारण अक्सर ड्रग लेने वाला ये सोचता है कि वो कभी भी ये नशा छोड़ नहीं सकता।

## नशे की वजह से घर बर्बाद हो जाते हैं

डॉ. रजिंदर सिंह

बाबा इकबाल सिंह

इस किताब को कलगीधर ट्रस्ट बरू साहिब संस्था के अध्यक्ष बाबा इकबाल सिंह ने रिलीज किया। वे बोले- नशे की वजह से शरीर को तो नुकसान पहुंचता ही है साथ में बहुत से घर परिवार बर्बाद हो जाते हैं। इसे लेकर अक्सर घर में कलह होती है। लोगों की ऐसी हालत को देखते हुए मैंने डॉ. रजिंदर सिंह को उपचार पद्धति के साथ आध्यत्मिक घटक को मिलाने के लिए प्रेरित किया और रजिंदर सिंह ने नशा छुड़वाने में उनकी मदद करने की ठान ली और रूरल एरिया में दो सेंटर खोले अकाल ड्रग डी-एडिक्शन सेंटर चीमा साहब, संगरूर और बारू साहब, हिमाचल में। किताब को लेकर चंडीगढ़ पीजीआई के साइकेट्री डिपार्टमेंट के प्रोफेसर और हैड डॉ. देबाशीष बासु बोले- कि इस किताब को लिखने एक-दो दिन की बात नहीं, बल्कि सालों की मेहनत लगी है। इसमें बताया गया है कि कैसे नशे के दलदल से बाहर निकल सकते हैं। इस दौरान ट्रस्ट के सेक्रेटरी दलविंदर सिंह भी शामिल थे।

**क्यों मनाया जाता है?** अंतरराष्ट्रीय नशा निषेध दिवस हर साल 26 जून को दुनियाभर में मनाया जाता है। इसकी शुरूआत 1987 से हुई थी, जब संयुक्त राष्ट्र ने साल एक प्रस्ताव पेश कर समाज को नशा मुक्त करने की बात की थी। इस प्रस्ताव को सदस्य देशों की सहमति मिली। इसके बाद से हर साल 26 जून को अंतरराष्ट्रीय नशा निषेध मनाया जाने लगा। इसका मकसद लोगों को नशे और इससे होने वाले कुप्रभाव के प्रति जागरूक करना है। इस साल की थीम शेयर ड्रग फैक्ट्स टू सेव लाइव्स है यानि नशे से संबंधित सही जानकारी शेयर कर जीवन बचाना है।

**ऐसे मंगवा सकते हैं किताब...** इस किताब को कोई भी फ्री में www.akaldeaddictioncentre.com वेबसाइट से मंगवा सकता है। इस किताब में 24/7-हेल्पलाइन नंबर 7588064720 दिया गया है जिसे नशा करने वाले या उनके परिवार के सदस्य, किसी भी संकट काल में फोन कर सकते हैं।

दैनिक भास्कर

27 June 2021

# ड्रग एडिक्शन पर बुक-लौंच

**चंडीगढ़ : देश प्यार :** शराब की लत और मादक द्रव्यों का सेवन दुनिया भर में लाखों लोगों को प्रभावित कर रहा है। विश्व स्तर पर तंबाकू, शराब और सिंथेटिक नशे हर साल 11 मिलियन से अधिक लोगों की मौत का कारन बना हैं।

87 वर्षीय सोशल एक्टिविस्ट व् साइकेट्रिस्ट, रिटायर्ड डॉ (कर्नल) राजिंदर सिंह की पुस्तक ÷ड्रग एडिक्शन÷ का ऑनलाइन कांफ्रेंस के द्वारा लौंच हुआ ।पुस्तक में नशे के कारण विनाशकारी स्वास्थ्य और सामाजिक परिणामों के बारे में विस्तार से लिखा है और साथ ही वह सभी नीतिया बताई गयी है जिससे समाज नशा मुक्त हो सकता है ।

रिटायर्ड डॉ (कर्नल) राजिंदर सिंह ने कहा की, %मेरे 60 साल के अनुभव का निचोड़ ये है की अगर नशा करने वाले लोगों को आध्यात्मिकता के साथ जोड़ा जाये तो वह नशे से निजाद पा सकते है द्य उन्होंने ये भी कहा की यह पुस्तक केवल एडिक्शन पर काबू पाने के बारे में नहीं है, बल्कि उस डर को ख़तम करने के लिए भी है जिसके कारण अक्सर ड्रग लेने वाला ये सोचता है के वो कभी भी ये नशा छोड़ नहीं सकत।÷

इस पुस्तक का लौंच कलगीधर ट्रस्ट बरू साहिब संस्था के अध्यक्ष बाबा इकबाल सिंह जी ने किया। ट्रस्ट दो नशामुक्ति केंद्र चलाता है, एक पंजाब में और दूसरा हिमाचल में। बाबा इकबाल सिंह जी ने डॉ सिंह को उपचार पद्धति के साथ आध्यात्मिक घटक को मिलाने के लिए प्रेरित किया।

डॉ देबाशीष बासु, पीजीआई प्रोफेसर और एचओडी मनोचिकित्सा विभाग, जो इस कार्यक्रम के मुख्य अतिथि थे, ने कहा, ÷इस पुस्तक में मादक पदार्थों की लत की चुनौतीपूर्ण समस्या से सफलतापूर्वक निपटने के लिए सिद्ध कदम और रणनीतियाँ बताई गयी है।

डॉ (कर्नल) राजिंदर सिंह 1991 में आर्मी से रिटायर हुए और तब से अब तक स्वैच्छिक समाज सेवा में हैं। वह गुरुद्वारा शिरी गुरु तेग बहादुर सेक्टर 34, चंडीगढ़ में चैरिटेबल डिस्पेंसरी भी चलाते है, जहाँ चिकित्सा के विभिन्न विषयों के लगभग 30 डॉक्टर और विशेषज्ञ समाज सेवा प्रदान कर रहे हैं। इसके अलावा वह कलगीधर ट्रस्ट बरू साहिब के पंजाब और हिमाचल प्रदेश में स्तिथ दो नशामुक्ति केंद्र भी चला रहे हैं।

इस पुस्तक में एक 24/7-हेल्पलाइन नंबर दिया गया है जिसे नशा करना वाले या उनके परिवार के सदस्य, किसी भी संकट कॉल में फ़ोन करके अपनी समस्या का समाधान पा सकें गे। हेल्पलाइन नंबर = 7588064720

ये पुस्तक वेबसाइट www.akaldeaddiction-centre.com पे उपलब्ध है ।

देश प्यार

3 July 2021