

तंबाकू मुक्त शिक्षक-तंबाकू मुक्त समाज (TFT-TFS) कार्यक्रम: तंबाकू नियंत्रण और तंबाकू मुक्त शैक्षणिक संस्थान (ToFEI) का अनुपालन

तंबाकू का सेवन – एक गंभीर सार्वजनिक स्वास्थ्य समस्या



- भारत में प्रतिदिन तंबाकू के सेवन से 3,500 से अधिक लोगों की मृत्यु होती है।
- मध्य प्रदेश में लगभग 50% पुरुष और 17% महिलाएं या तो धूम्ररहित तंबाकू (गुटखा, खैनी और तंबाकू के साथ पान) का सेवन करते हैं या बीड़ी, सिगरेट या हुक्का पीते हैं।
- मध्य प्रदेश में 65% वयस्क घर पर, 38% कार्यस्थल पर, तथा 25% सार्वजनिक स्थानों पर निष्क्रिय धूम्रपान के संपर्क में आते हैं।
- भारत में लगभग 27 करोड़ लोग किसी न किसी रूप में तंबाकू का सेवन करते हैं।
- भारत में तंबाकू छोड़ने संबंधी सेवाएं सीमित हैं और तंबाकू नियंत्रण नीतियों का क्रियान्वयन प्रभावी रूप से नहीं हो पा रहा है।

तंबाकू नियंत्रण पर भारत सरकार की प्रतिक्रिया

- सिगरेट एवं अन्य तंबाकू उत्पाद अधिनियम (COTPA) शैक्षणिक संस्थानों के 100 गज की दायरे के भीतर तंबाकू की बिक्री और विज्ञापन को प्रतिबंध करता है।
- तंबाकू मुक्त शैक्षणिक संस्थान (ToFEI) के दिशा-निर्देश शैक्षणिक संस्थानों को "तंबाकू मुक्त क्षेत्र" बनाने और युवाओं को तंबाकू के सेवन से बचाने का प्रयास करते हैं।

तंबाकू मुक्त शिक्षक-तंबाकू मुक्त समाज (TFT-TFS) कार्यक्रम

- हीलिस, मुंबई, भारत एवं हार्वर्ड और डाना-फारबर कैंसर संस्थान, बोस्टन, यूएसए की एक विश्वीय शोध समूह ने बिहार के विद्यालय शिक्षकों के साथ मिलकर 2008 से 2019 के बीच “तंबाकू मुक्त शिक्षक-तंबाकू मुक्त समाज (TFT-TFS)” नामक एक प्रभावी कार्यक्रम विकसित और परीक्षण किया।
- TFT-TFS कार्यक्रम तंबाकू उपयोगकर्ताओं और गैर-उपयोगकर्ताओं दोनों के लिए बनाया गया है ताकि लोगों को तंबाकू छोड़ने में मदद मिल सके और विद्यालयों को तंबाकू मुक्त और स्वच्छ बनाया जा सके।
- TFT-TFS कार्यक्रम एक कार्यक्रम प्रभारी (प्रधानाचार्य/प्रधानाध्यापक/नामित शिक्षक) को चार घटकों को लागू करने के लिए प्रशिक्षित करता है:
 1. विद्यालय परिसर में छह विषय-आधारित तंबाकू नियंत्रण पोस्टर प्रदर्शित करना।
 2. शिक्षकों के साथ तंबाकू से संबंधित छह विषय-आधारित समूह चर्चाओं की आयोजन करना, प्रत्येक माह एक बार
 3. तंबाकू छोड़ने के लिए स्व-सहायता पुस्तिकाएं वितरित करना और आवश्यकतानुसार सरकारी तंबाकू छोड़ने के संसाधनों के बारे में जानकारी देना।
 4. विद्यालय स्तर पर तंबाकू नियंत्रण नीति लागू करना।

- अभिभावकों (माता, पिता), छात्रों और समुदाय के सदस्यों में तंबाकू के बारे में जागरूकता बढ़ाकर तथा दूसरों को तंबाकू छोड़ने में सहायता करके शिक्षक तंबाकू मुक्त राजदूत की भूमिका निभा सके।



TFT-TFS प्रशिक्षण और
कार्यान्वयन-मैनुअल

TFT-TFS कार्यक्रम के कार्यान्वयनकर्ताओं को प्रशिक्षित करने के दो प्रभावी तरीके:

• अनुसंधान दल ने मध्य प्रदेश में 200 चयनित हाई स्कूल (HS) और उच्च माध्यमिक विद्यालयों (HSS) को स्मार्टफोन-ऐप (n=110 विद्यालय) या व्यक्तिगत रूप से (n=90 विद्यालय) प्रशिक्षित करने किया और फिर 2023-2024 शैक्षणिक वर्ष के दौरान छह महीने के लिए अपने स्कूलों में TFT-TFS कार्यक्रम लागू किया।

• स्मार्टफोन-ऐप कार्यान्वयन आधारित प्रशिक्षण

- लगभग 97% विद्यालयों (110 में से) ने अपने कार्यान्वयनकर्ताओं को TFT-TFS कार्यक्रम के लिए प्रशिक्षित किया।
- लगभग 69% विद्यालयों ने 2023-2024 शैक्षणिक वर्ष के दौरान TFT-TFS कार्यक्रम के सभी चार घटकों को लागू किया।

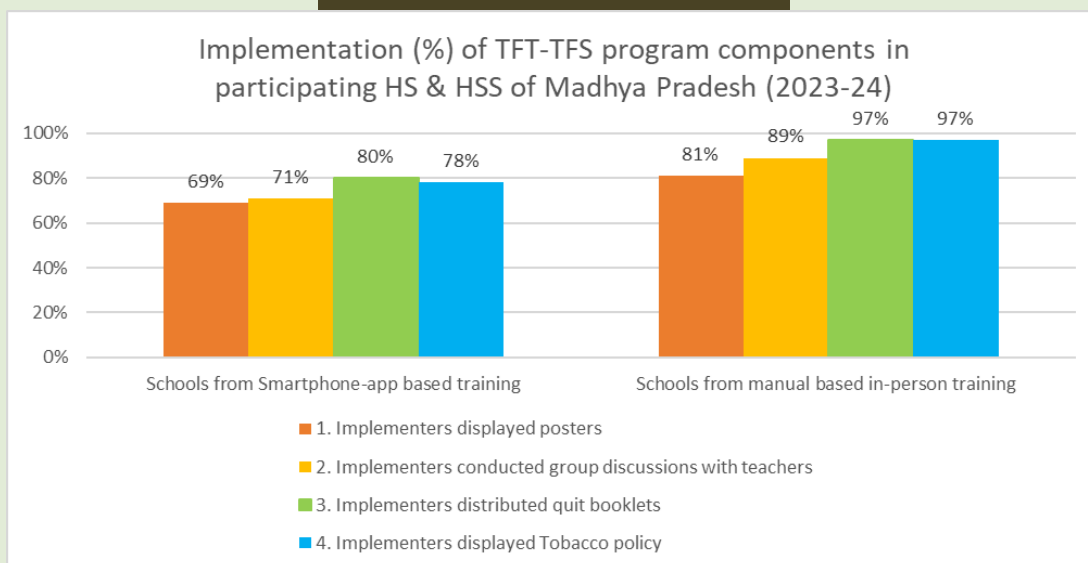
• कार्यान्वयन मैनुअल आधारित व्यक्तिगत प्रशिक्षण

- लगभग 95% विद्यालयों (90 में से) ने अपने कार्यान्वयनकर्ताओं को TFT-TFS कार्यक्रम के लिए प्रशिक्षित किया।
- लगभग 81% विद्यालयों ने 2023-2024 शैक्षणिक वर्ष के दौरान TFT-TFS कार्यक्रम के सभी चार घटकों को लागू किया।

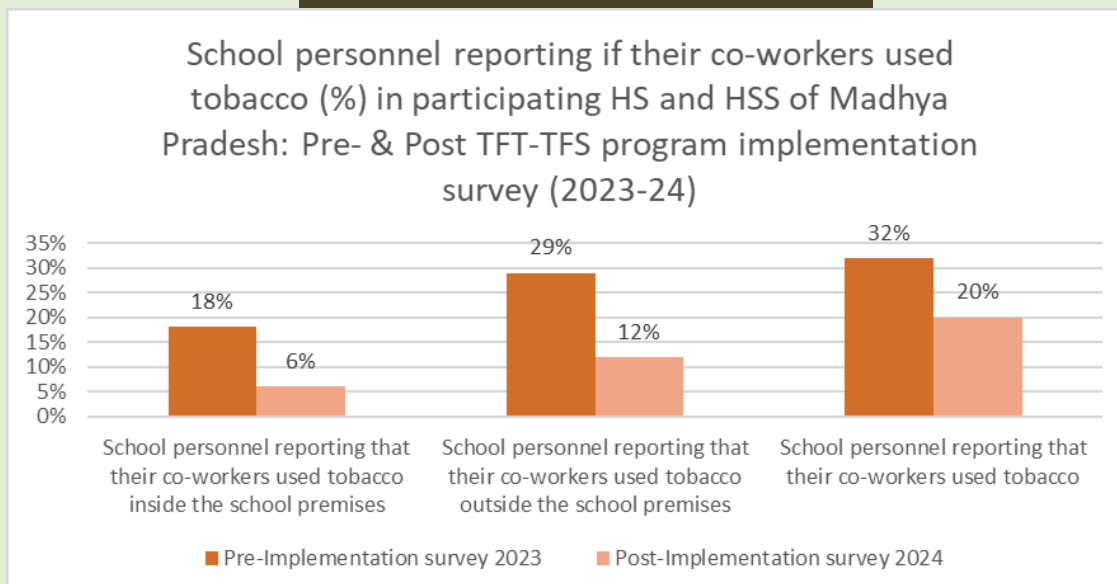


TFT-TFS प्रशिक्षण और कार्यान्वयन-ऐप

TFT-TFS कार्यक्रम कार्यान्वयन



TFT-TFS कार्यक्रम की प्रभावशीलता



कार्यक्रम लाभदायक रहा। मोबाइल ऐप बहुत बढ़िया था। अपने विद्यालय को सफल होते देखना अच्छा लगा। इससे हमें बाकी विषय भी पूरी करने का प्रोत्साहन मिला।
- शिक्षक, मध्य प्रदेश



TFT-TFS कार्यक्रम बहुत उपयोगी है, खासकर पोस्टर। हमने दिए गए समय में कार्यक्रम को लागू करने के लिए आवश्यक सभी गतिविधियाँ आयोजित कीं। छात्र प्रदर्शित पोस्टरों को देखते थे और हमसे कार्यक्रम और पोस्टरों के विवरण के बारे में पूछते थे। हमने उन्हें ज्ञान और जानकारी भी हस्तांतरित की।
- TFT-TFS कार्यक्रम प्रभारी, मध्य प्रदेश

TFT-TFS विद्यालयों को ToFEI दिशा-निर्देशों का अनुपालन करने में मदद करता है

क्रम संख्या	तंबाकू मुक्त शैक्षणिक संस्थान (ToFEI) क्रियान्वयन निर्देशिका	TFT-TFS के साथ संरेखित
1	शैक्षणिक संस्थान के परिसर के प्रमुख स्थानों पर “तंबाकू मुक्त क्षेत्र” के साइनेज (संकेत पट्ट) प्रदर्शित किए जाएं। इस साइनेज में नाम/पदनाम/संपर्क संख्या का उल्लेख/अद्यतन किया जाए।	✓
2	शैक्षणिक संस्थान के प्रवेश द्वार/चारदीवारी (बाहरी दीवार) पर "तंबाकू मुक्त शैक्षणिक संस्था" का साइनेज प्रदर्शित किया जाना चाहिए। इस साइनेज में नाम/पदनाम/संपर्क नंबर का उल्लेख किया जाना चाहिए।	✓
3	परिसर के भीतर सिगरेट/बीड़ी के टुकड़े या गुटखा/पान मसाला/तंबाकू के पाउच , थूकने के दाग नहीं पाए जाएंगे।	✓
4	परिसर में तंबाकू के दुष्प्रभावों पर आधारित पोस्टर या अन्य जागरूकता सामग्री प्रदर्शित की जानी चाहिए।	✓
5	पिछले 6 माह के दौरान कम से कम एक तंबाकू नियंत्रण गतिविधि आयोजित की गई हो।	✓
6	तंबाकू मॉनिटर नियुक्त किए गए हों और उसके नाम, पदनाम और संपर्क नंबर साइनेज पर उल्लिखित हों।	✓
7	शैक्षणिक संस्थान की आचार संहिता में “तंबाकू का उपयोग न करे ” नीति शामिल की गई हो।	✓
8	शैक्षिक संस्थान की चारदीवारी/घेरा की बाहरी सीमा से 100 गज के क्षेत्र में पीली रेखा का अंकन किया गया हो।	
9	शैक्षणिक संस्थान के 100 गज के भीतर कोई भी तंबाकू उत्पाद बेचने वाली दुकान नहीं होनी चाहिए।	

मध्य प्रदेश शिक्षा विभाग के लिए अनुशंसाएँ

- ToFEI के अनुपालन और तंबाकू मुक्त विद्यालयों का समर्थन करने के लिए, मध्य प्रदेश शिक्षा विभाग निम्नलिखित कार्य कर सकते हैं:
 - शिक्षा विभाग TFT-TFS प्रशिक्षण और कार्यान्वयन स्मार्टफोन ऐप या TFT-TFS कार्यान्वयन मैनुअल की पीडीएफ को प्राचार्यों/प्रधानाध्यापकों के साथ **साझा** करें।
 - प्रधानाचार्य/ प्रधानाध्यापक प्रत्येक विद्यालय में TFT-TFS कार्यक्रम को लागू करने के लिए एक कार्यक्रम कार्यान्वयनकर्ता की **पहचान** करें। इससे मध्य प्रदेश के प्रत्येक विद्यालय ToFEI के अनुरूप हो जाएगा और तंबाकू मुक्त बनेगा।
 - TFT-TFS कार्यक्रम प्रभारी सभी शिक्षकों/विद्यालय कर्मचारियों को तंबाकू छोड़ने के लिए तयार की गई स्व-सहायता पुस्तिका की पीडीएफ **वितरित** करें।
 - TFT-TFS कार्यक्रम प्रभारी सभी शिक्षकों/विद्यालय कर्मचारियों को छह विषय-आधारित तंबाकू नियंत्रण पोस्टरों की पीडीएफ **वितरित** करें।
 - प्रधानाचार्य/ प्रधानाध्यापक TFT-TFS कार्यक्रम के कार्यान्वयन के माध्यम से प्राप्त ToFEI अनुपालन की जानकारी जिला शिक्षा अधिकारी को **रिपोर्ट** करें।

हमसे संपर्क करें

- यदि आप तकनीकी सहायता या TFT-TFS प्रशिक्षण सामग्री प्राप्त करने चाहते हैं और TFT-TFS कार्यक्रम को लागू करना चाहते हैं, तो कृपया हमसे संपर्क करें: tft-tfs@healis.org या हमें +91-9372200144 पर कॉल करें।
- TFT-TFS प्रशिक्षण और कार्यान्वयन-ऐप तक पहुंचने के लिए: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.healis.tfttfs&hl=en>.
- TFT-TFS प्रशिक्षण और कार्यान्वयन-मैनुअल डाउनलोड करने के लिए: https://drive.google.com/file/d/1ua64zSMEGGAfT0Pynvblfd9bOseJeE_3/view.
- छह विषय-आधारित TFT-TFS कार्यक्रम पोस्टरों की पीडीएफ डाउनलोड करने के लिए: <https://s3.ap-south-1.amazonaws.com/healis.org/iec-materials.html>
- तंबाकू छोड़ने के लिए तयार की गई स्व-सहायता पुस्तिका की पीडीएफ डाउनलोड करने के लिए: https://s3.ap-south-1.amazonaws.com/healis.org/pdf/HINDI_Quit%20Booklet-%20Your%20Pocket-size%20Guide%20to%20Quitting%20Tobacco.pdf

1. Gats A. GATS 2 Global Adult Tobacco Survey [Internet]. [cited 2025 Jul 1]. Available from: https://cdn.who.int/media/docs/default-source/searo/india/tobacco/madhya-pradesh-gats2-2016-17.pdf?sfvrsn=5194a981_2
2. Sreedevi A, Majumdar A, Olando Y, Sun MC, Jennings C, Tibazarwa K, Gray H, Zatonska K, Pk R, Najeeb SS. Experiences and beliefs on tobacco use, cessation in India: A qualitative study. Global Heart. 2023 Sep 22;18(1):51.
3. Cigarettes and Other Tobacco Products (Prohibition of Advertisement and Regulation of Trade and Commerce, Production, Supply and Distribution) Act, 2003. Indiacodenic [Internet]. 2014; Available from: <https://www.indiacode.nic.in/handle/123456789/2053>
4. Implementation Manual [Internet]. [cited 2025 Jun 27]. Available from: https://dse.education.gov.in/sites/default/files/update/im_tofel.pdf

TFT-TFS हीलिस सेखसारिया इंस्टीट्यूट फॉर पब्लिक हेल्थ, मुंबई; डाना-फारबर कैंसर इंस्टीट्यूट, बोस्टन, यूएसए; और हार्वर्ड टी.एच. चैन स्कूल ऑफ पब्लिक हेल्थ, बोस्टन, यूएसए के बीच एक शोध सहयोग का परिणाम है। इस शोध को नेशनल कैंसर इंस्टीट्यूट के नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ हेल्थ, डिवीजन ऑफ कैंसर कंट्रोल एंड प्रीवेंशन साइंस, ग्रांट नंबर 1R01CA248910-01A1 के द्वारा आंशिक रूप से वित्त पोषित किया गया है।

The Tobacco Free Teachers-Tobacco Free Society (TFT-TFS) Program: Tobacco Control and ToFEI Compliance



Tobacco Use: An Urgent Public Health Issue

- Tobacco use kills more than 3,500 users every day in India.
- In Madhya Pradesh (MP), about 50% of men and 17% of women use either smokeless tobacco (gutkha, khaini, and betel quid with tobacco) or smoke bidis, cigarettes, or hookah.
- In MP, 65% of adults are exposed to secondhand smoke at home, 38% at work, and 25% at public places.
- An estimated 27 crore people use tobacco in any form in India.
- India suffers from a lack of tobacco quitting services and gaps in the implementation of tobacco control policies.

Government of India's Response to the Tobacco Problem

- The Cigarette and Other Tobacco Products Act (COTPA) prohibits tobacco sales and advertising within 100 yards of educational institutions.
- Tobacco Free Educational Institution (ToFEI) guidelines strive to make educational institutions "tobacco-free zones" and to protect youth from tobacco use.



TFT-TFS TRAINING AND IMPLEMENTATION-MANUAL

The Tobacco Free Teachers-Tobacco Free Society (TFT-TFS) Program

- A global research team from Healis, Mumbai, India, and Dana-Farber Cancer Institute and Harvard, Boston, USA, along with the school teachers in Bihar, developed and tested an effective program titled Tobacco Free Teachers-Tobacco Free Society (TFT-TFS) from 2008-2019.
- TFT-TFS program is designed for both users and non-users of tobacco to help people quit tobacco, and to make schools tobacco-free and clean.
- The TFT-TFS program trains a program implementer (principal/ headmaster/ designated teacher) to implement four components:
 1. Facilitate six theme-based group discussions with teachers, one-per-month, on tobacco-related themes.
 2. Distribute tobacco quit booklets and make referrals to government quitting resources.
 3. Display six theme-based tobacco control posters in the school.
 4. Implement a school tobacco control policy
- Teachers become tobacco-free ambassadors by raising awareness about tobacco with parents, students, and community members and supporting others to quit.

TWO EFFECTIVE WAYS TO TRAIN TFT-TFS PROGRAM IMPLEMENTERS

- The research team trained 200 selected high schools (HS) and high secondary schools (HSS) in MP via smartphone-app (n=110 schools) or in person (n=90 schools) and then implement the TFT-TFS program in their schools for six months during 2023-2024 academic year.

- Smartphone-app Implementation based training**

- About 97% of schools (out of 110 schools) got their implementers trained for TFT-TFS program.
- Around 69% schools implemented all four components of the TFT-TFS program during the 2023-2024 academic year.

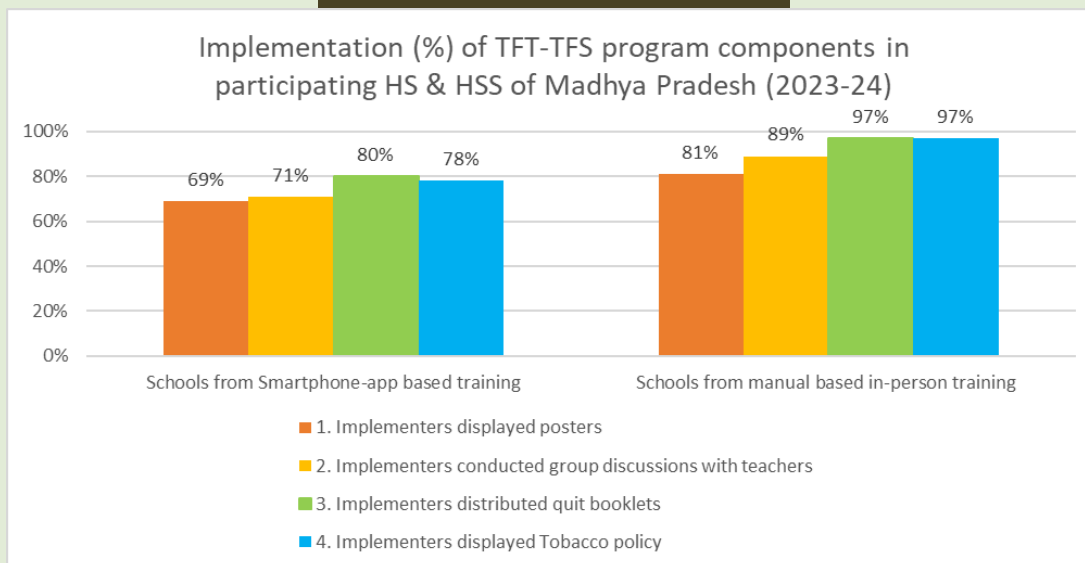
- Implementation manual based in-person training**

- About 95% of the schools (out of 90 schools) got their implementers trained for TFT-TFS program.
- Around 81% schools implemented all four components of the TFT-TFS program during the 2023-2024 academic year.

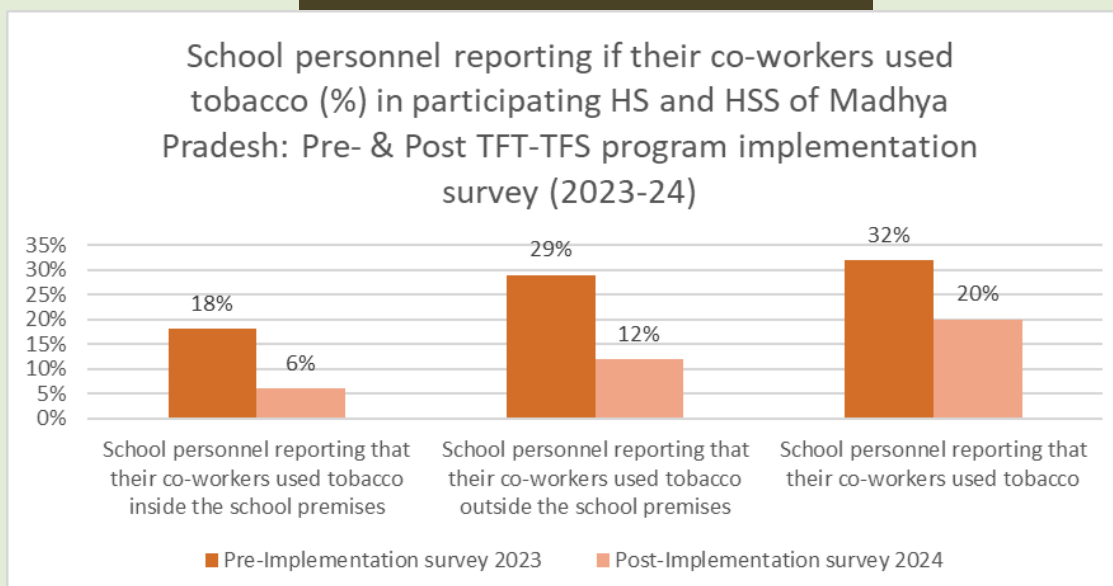


TFT-TFS TRAINING AND IMPLEMENTATION-APP

TFT-TFS program implementation



TFT-TFS program effectiveness



The program was beneficial. The mobile app was very good. It was good to see our school succeeding. It also encouraged us to complete the remaining themes.

– Teacher, Madhya Pradesh



The TFT-TFS program is very useful, especially the posters. We conducted all the activities required to implement the program in the given time. Students used to see the displayed posters and ask us about the program and the details of the posters. We also transferred the knowledge and information to them.

– TFT-TFS program in-charge, Madhya Pradesh



TFT-TFS helps schools to comply with ToFEI guidelines

SL. No.	ToFEI implementation criteria	Aligns with TFT-TFS
1	Display of “Tobacco Free Area” signage inside the premise of Educational Institution at all prominent place(s). The name/designation/contact number are mentioned/ updated in the signage.	✓
2	Display of "Tobacco Free Educational Institution" signage at entrance/boundary wall of Educational Institute. The name/designation/contact numbers are mentioned in the signage.	✓
3	Cigarette/beedi butts or discarded gutka/ pan masala/tobacco pouches, spitting spots not found inside the premises.	✓
4	Poster or other awareness materials on harms of tobacco displayed in the premises.	✓
5	Organization of at least one tobacco control activity during last 6 months.	✓
6	Designation of Tobacco Monitors and their names, designations, and contact numbers are mentioned on the signages.	✓
7	Inclusion of “No Tobacco Use” policy in the Educational Institution’s code of conduct.	✓
8	Marking of yellow line within 100 yards area from the outer limit of boundary wall/ fence of the Educational Institutions.	
9	No shops selling tobacco products within 100 yards of the Educational Institution.	

RECOMMENDATIONS FOR THE MP DEPARTMENT OF EDUCATION

- To support ToEFI compliance and tobacco-free schools, the MP Department of Education can:
 - Department of Education to share the TFT-TFS training and implementation smartphone app or PDF of the TFT-TFS Implementation Manual with principals/headmasters.
 - Principals/Headmasters to identify a TFT-TFS program in-charge to implement the program in each school. This will make MP schools ToEFI compliant and tobacco-free.
 - TFT-TFS program in-charges to distribute the PDF of the self-help tobacco quit booklet to all school personnel.
 - TFT-TFS program in-charges to provide all schools with PDFs of the six theme-based tobacco control posters.
 - Principals/Headmasters to report ToEFI compliance through the TFT-TFS program implementation to the MP Department of Education.

CONTACT US

- To receive technical support and training materials to begin implementing the TFT-TFS program, please contact us at tft-tfs@healis.org or +91-9372200144.
- To access the TFT-TFS training and implementation-app: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.healis.tfttfs&hl=en>.
- To download the TFT-TFS training and implementation-manual: https://drive.google.com/file/d/1ua64zSMEGGAft0Pynvblfd9bOseJeE_3/view.
- To download the six TFT-TFS posters: <https://s3.ap-south-1.amazonaws.com/healis.org/iec-materials.html>.
- To download the self-help tobacco quit booklet: https://s3.ap-south-1.amazonaws.com/healis.org/pdf/HINDI_Quit%20Booklet-%20Your%20Pocket-size%20Guide%20to%20Quitting%20Tobacco.pdf.

1. Gats A. GATS 2 Global Adult Tobacco Survey [Internet]. [cited 2025 Jul 1]. Available from: https://cdn.who.int/media/docs/default-source/searo/india/tobacco/madhya-pradesh-gats2-2016-17.pdf?sfvrsn=5194a981_2
2. Sreedevi A, Majumdar A, Orlando Y, Sun MC, Jennings C, Tibazarwa K, Gray H, Zatonska K, Pk R, Najeeb SS. Experiences and beliefs on tobacco use, cessation in India: A qualitative study. Global Heart. 2023 Sep 22;18(1):51.
3. Cigarettes and Other Tobacco Products (Prohibition of Advertisement and Regulation of Trade and Commerce, Production, Supply and Distribution) Act, 2003. Indiacodenicin [Internet]. 2014; Available from: <https://www.indiacode.nic.in/handle/123456789/2053>
4. Implementation Manual [Internet]. [cited 2025 Jun 27]. Available from: https://dsel.education.gov.in/sites/default/files/update/im_tofel.pdf

TFT-TFS is the result of a research collaboration between Healis Sekhsaria Institute for Public Health, Mumbai; Dana-Farber Cancer Institute, Boston, USA; and Harvard T.H. Chan School of Public Health, Boston, USA. This research is funded in part by the National Cancer Institute of the National Institutes of Health, Division of Cancer Control & Population Sciences, Grant Number 1R01CA248910-01A1.