

Děláš to však proto, abys zachránil sebe.

Co na drogy zákon?

Ten, kdo drogy prodává nebo šíří, se pochopitelně dopouští trestného činu. Ale i ten, kdo má drogy pouze v držení pro tzv. „osobní potřebu“ v množství „větším než malém“, porušuje zákon. Držení malého množství drogy je pak přestupkem, za který můžete zaplatit pokutu třeba i 15.000,- Kč. Můžete také přijít o řidičský průkaz.

Protože definice toho, co je malé a co je velké množství drogy se může různit, jedinou šancí jak předejít problémům, je nemít u sebe drogu žádnou.

To v praxi znamená drogy nebrat.

Pozor! Pamatuj, když bereš drogy ničíš si nejen zdraví, ale dostáváš se i do konfliktu se zákonem!

Zařízení, na která se lze obrátit o radu a pomoc

A) Při všech okresních úřadech pracují drogoví koordinátoři, které lze v případě potřeby kontaktovat.

B) Seznam kontaktních center v ČR

• Drop-in

ul. Karolíny Světlé 18, Praha 1, tel. 26 57 30

• K - centrum Sananim

ul. Haškova 16, Praha 7, tel. 37 52 82

• Centrum drogové pomoci

ul. Hřbitovní 2, Havířov, tel. 069/ 681 13 18

• O. S. Dokořán - KC Archa

Náchod, tel. 0441/ 228 18

• K - centrum PPP

ul. Sládkova 45, Brno, tel. 05/52 68 02, 52 93 50

• K - centrum Ústí nad Labem

ul. Stará 1, tel. 047/521 14 83, 521 08 26

• K - centrum Uherské Hradiště

Velehradská 247 (oblastní charita), tel. 0632/55 57 82

• Drug Azyl - nadace Podané ruce

ul. Vídeňská 3, Brno, tel. 05/ 33 03 43

• K - centrum Most

ul. Jilemnického 1929, tel. 035/ 610 22 88

• K - centrum Relax

ul. Okružní 699, Hradec Králové, tel. 049/551 59 07

• K - centrum Plzeň - nadace Druhý břeh

ul. Koperníkova 16, Plzeň, tel. 019/722 55 55

• K - Centrum Focus

ul. U nových lázní 10, Teplice, tel. 0417/292 25

• Centrum drogové prevence a KP

ul. Kročehlavy 49, Kladno, tel. 0312/682 177

• Kontaktní centrum a poradenské centrum

ul. Komenského 2124, Kyjov, tel. 0629/2765

• K - centrum Olomouc

ul. Sokolovská 48, tel. 068/522 00 34

• K - centrum Domus

ul. Revoluční 5, Šumperk, tel. 0649/213 192

• K - centrum Česká Lípa

ul. Arbesova 410, Česká Lípa, tel. 0425/ 823 857

• K - centrum Písek

ul. Fügnerovo nám. 48, Písek, tel. 0362/211 300

• K - centrum Kadaň

ul. Věžní 958, Kadaň, tel. 0398/804 191

• K - centrum Tábor

ul. Dlouhá 343, Tábor, tel. 0361/255 999

• K - centrum Ostrava

ul. Syllabova 19, Ostrava, tel. 069/353 828

• K - centrum Litoměřice

ul. Novobranská 15, Litoměřice, tel. 0416/737 182

• K - centrum Děčín

ul. Husovo nám. 66/8, Děčín IV., tel. 0412/531 415

• K - centrum Přerov

Kosmákova 44, Přerov, tel. 0641/207 901

• K - centrum České Budějovice

Na sadech 25, České Budějovice, tel. 038/6350888

• Protitox. por. - polikl. MUDr. Vaněk

Jiráskova 1389, Rychnov nad Kněžnou, tel. 0445/23441

• Kniz. centrum pro děti a ml. "KROK"

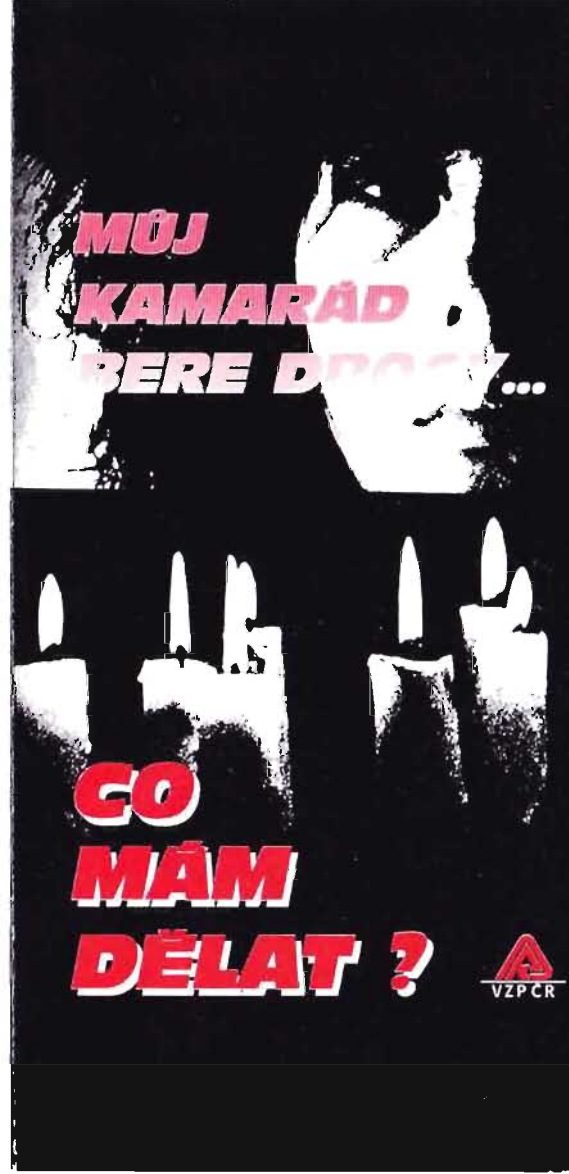
Mgr. Šedová, Purkyňova 14, Svitavy

• LOCUS L - krizové centrum, PaedDr. Broža,

Na výšinách 451/9 Liberec, tel. 648/461 722



VŠEOBECNÁ ZDRAVOTNÍ PŮJISTOVNA
ČESKÉ REPUBLIKY



Jak zjistíme, že náš kamarád bere drogy a jak mu můžeme pomoci?

O drogách se v poslední době hodně mluví a mnozí už zažili to, že jim někdo, ať už na diskotéce, na ulici nebo jinde drogy nabídl.

Musíš počítat s tím, že drogy a problémy s nimi spojené se mohou vyskytnout i ve TVÉM okolí.

Každý, jak dospívá, začne být stále více zodpovědný sám za sebe. A tak se musí rozhodnout, s kým se bude stykat, jak bude žít, o co se bude snažit. S drogami je to právě tak.

Nikdo nikoho nenutí, aby bral.

Často z neznalosti, zvědavosti nebo jen z nudy si člověk drogu zkusí. Tím člověkem může být právě tvůj kamarád. Dřív nebo později se dostane do problémů.

Jak tohle zjistit?

Samozřejmě, kamarád ti může všechno říci - ale co když ne? Co když se mu právě dobře neříká, že nezvládne něco, o čem si nejdřív myslí, že půjde jen o zajímavý experiment. Nebo prostě o dobrodružství. Třeba se stydí. Nebo se bojí, že bys to řekl rodičům. Možná by to rád řekl, a jenom neví jak.

Takže, jak na to?

Všímej si VŠECH změn v kamarádově chování.

Změnily se podstatně jeho zájmy?

Začal být lhostejný a odmítavý k věcem, které měl původně rád a hodně se jim věnoval?

Má novou partu, která nemá právě nejlepší pověst a o které se třeba říká, že v drogách „jedou“?

Začal najednou tvrdit, že na drogách nic není a že člověk to zvládne, když je „silný“ a „nad věcí“?

Slyšíš od něho v poslední době, že do závislosti se dostane jenom slaboch a že je vlastně docela fajn si občas užít i věci, které většina lidí odsuzuje?

Že „trávu“ dneska kouří „každý“, že tady o nic nejde a hlavně - že to není žádné riziko, protože „alkohol je mnohem horší“?

Povídá také o tom, že existují drogy, kde závislost vlastně neexistuje, takže „o co jde“?

Tohle všechno můžeš slyšet a kamarád, když se ho zeptáš, stále tvrdí, že žádné drogy nebere ...

Takže jak dál?

Jak mu to jde ve škole?

Zhoršil se v prospěchu hlavně proto, že chodí často „za školu“ a ty vlastně nevíš kam? Má najednou pořád nedostatek peněz, ale nevidíš nic, za co by je utrácel? Začaly se u vás ve třídě ztrácet peníze nebo věci, které se dají prodat? Prodal tvůj kamarád věci, o které by dříve nechtěl přijít za žádnou cenu?

A co doma?

Stěžuje si, že má v poslední době problémy s rodiči? Není to třeba naopak a nemají spíše rodiče problémy s ním?

Viš o tom něco?

Třeba sis také všiml, že bývá často unavený a není vcelku důvod?

Že nevypadá zrovna dvakrát nejlépe?

Že v poslední době nápadně zhubl?

Všiml sis, že jsou chvíle, kdy je kamarád nápadně veselý, aktivní - ale pak zase najednou skleslý, bez nálady a lhostejný ke všemu kolem sebe?

Jsou ale i horší věci.

Nosí v poslední době jen dlouhé rukávy?

Mívá zarudlé a oteklé ruce?

Viděl jsi u něho stříkačky, jehly nebo cokoli, co by mohly být drogy?

Může to být prášek balený v „psaničkách“, různé obrázky na malých čtverečkách papíru či různé tablety?

Když ses ho rovnou zeptal, třeba ti řekl, že to, co má u sebe, není jeho. Jen to pro někoho schovává, protože ten člověk to nechce mít doma.

Právě tohle je častá výmluva, ale zároveň téměř jistota, že kamarád v drogách „jede“.

Zeptej se ho rovnou a nenech se odbýt.

Vyjmenuj mu všechno, co se ti na něm v poslední

době nezdá. Řekni mu, že ti na něm záleží. Pak se může stát, že budeš první, komu se kamarád svěř.

Co ale potom?

Nesnaž se věci vyřešit sám. Pamatuj si, že žádné domluvy kamaráda drog nezabaví a že je na tom velmi pravděpodobně daleko hůře, než ti řekl.

Než se do toho takhle pustíš, měl bys vědět, kde sídlí a pracuje zařízení, ve kterém se drogovým problémům věnují profesionálně.

Kde mohou poradit. Anonymně.

Zavolej tam a zeptej se, jestli tam můžeš-kamaráda doprovodit. Jestli je možno si o věcech popovídat a nic tím neriskovat.

Tohle všechno pak kamarádovi nabídni a sleduj jeho reakci.

Nevykládej mu o léčbě, nabídni mu radu v zařízení (poradně, centru), kde s tím mají zkušenosti a kde mu nebudou nic vyčítat.

Dozví se, zda je jeho chování rizikové či ne.

Další postup a léčbu už nech na odbornících.

Pokud odmítne nebo se bude vymlouvat a návštěvu zařízení odkládat „na příští týden“ - pak se asi mnoho udělat nedá.

Pamatuj si, že ne každý je ochoten se léčit a že lze léčit jen toho, kdo se léčit CHCE!

Toto platí pro nemoc, jakou je drogová závislost, mnohem více než pro mnohé jiné nemoci. Proti své vůli se člověk z drog nevykládá.

Počítej s tím, že všechna tvoje snaha a pomoc může být na nic.

Může se ti vysmát nebo tě opustit.

Může tě také začít přesvědčovat, že o nic nejde, že to můžeš klidně s ním zkusit.

V tom případě musíš najít sílu k tomu, abys kamaráda opustil a našel si jiného.

K tomu, abys to dokázal, musíš být silnou osobností.