

Co możesz zrobić?

Możesz pomóc dziecku w trudnym okresie dorastania, jeżeli:

- znajdujesz czas na rozmowę
- słuchasz uważnie i nie lekceważysz jego problemów
- nie oceniasz i nie porównujesz z innymi
- nie wyśmiewasz, nie krytykujesz
- doceniasz starania i chwalisz postępy
- pomagasz uwierzyć w siebie
- znasz grono przyjaciół
- zawsze wiesz gdzie jest i co robi Twoje dziecko

Zapobiegaj

tak wcześnie, jak to tylko możliwe - od chwili narodzin. Twoja miłość i mądrość to najpewniejszy sposób, aby uchronić dziecko przed narkotykami.

Jeżeli mimo najlepszych starań, uwagi i znajomości problemu zdarzy się, że Twoje dziecko spróbuje narkotyku

- nie wpadaj w panikę i nie działaj pochopnie
- zastanów się dlaczego sięgnęło po ten narkotyk
- pomyśl, jak najlepiej pomóc swojemu dziecku

Bardzo dużo młodych ludzi sięga po narkotyki przez ciekawość, często pod wpływem nacisków ze strony grupy rówieśniczej, bądź też z powodu problemów, o których nic nie wiesz.

Ważne, byś w porę zauważył pierwsze niepokojące oznaki używania, abyś umiał wysłuchać i spokojnie porozmawiać ze swoim dzieckiem. Jeżeli dziecko samo przyjdzie do Ciebie z tym problemem docień, jakim zaufaniem Cię darzy.

Jeżeli uznasz, że sam nie poradzisz sobie, **nie wahaj się poszukać specjalistycznej pomocy**, bo zwlekanie w tym przypadku działa na niekorzyść.

POMOCNE ADRESY

Towarzystwo "Powrót z U"

Infolinia Pogotowia Makowego
0 800-20-117

Zarząd Główny

ul. Dziennikarska 11
01-605 Warszawa

Stowarzyszenie KARAN

Infolinia dla osób z problemem narkotykowym
0 800-120-289

Punkt Konsultacyjny

ul. Grodzieńska 65
03-750 Warszawa
tel. (0 22) 679-02-33

Stowarzyszenie MONAR

Zarząd Główny
ul. Hoża 57, 00-681 Warszawa
tel. (0 22) 621-13-59

Poradnia Profilaktyki i Terapii Uzależnień

Powstańców Wielkopolskich 17
02-398 Warszawa
tel. (0 22) 823-65-31 lub 823-65-32

Towarzystwo "Kuznia"

Centralny Punkt Konsultacyjny
ul. Hoża 29/31 m. 6
00-521 Warszawa
tel. (0 22) 625-67-64 lub 621-65-31

Towarzystwo Zapobiegania Narkomanii

ul. Chmielna 10a m. 21
00-020 Warszawa
tel. (0 22) 827-22-43

Biuro ds. Narkotyków KG Policji

ul. Puławska 148/152
02-624 Warszawa
tel. (0 22) 601-28-83

Pomoc można uzyskać także:

NARKOTYKI



**Może
o tym nie
wiesz**