

Arabiska



**SÄG NEJ TILL
DROGER**

إلى جميع البالغين - أنت يمكنك أن تحدث فرقا بالنسبة لشباب!

مرحبا بك أيها البالغ المهم!

هل تعلم أن أحد الأسباب الرئيسية التي تجعل الشباب يمتنعون عن التبغ والكحول والمخدرات هو أنهم لا يريدون أن يخيب فيهم آمال والديهم وغيرهم من البالغين المهمين؟

إذا كنت واضحا بشأن موقفك، فهناك فرصة أفضل ألا يقوم طفلك حتى بالمحاولة. تُظهر الأبحاث أن الشباب الذين يستمتعون بالمدرسة، ولديهم أنشطة خلال أوقات الفراغ وعلاقة جيدة مع أسرهم هم أقل عرضة لبدء استخدام التبغ والكحول والمخدرات الأخرى.

لكي تكون والدا أو بالغا قويا يتطلب ذلك الشجاعة والمثابرة، ولكن يتطلب ذلك أيضا معرفة العالم الداخلي والخارجي للأطفال والشباب. من السهل التفكير في أن الأمر يتعلق بأطفال لأشخاص آخرين، لكن هذا يؤثر علينا جميعا، بما في ذلك طفلك. فيما يلي بعض النصائح والإرشادات على طول الطريق.

المساهمات المهمة التي يمكنك تقديمها كشخص بالغ:

- تحدث إلى طفلك كل يوم، وكن فضوليا، واطرح الأسئلة وانصت إليه.
- ضع حدودا واضحة وابق مسيطرا. لا تعزِمه على الكحول ولا تشتريه له. أشرك الأصدقاء والأصدقاء الأكبر سنا في المحادثة.
- ابق على اتصال مع طفلك في أوقات الفراغ والأمسيات وعطلات نهاية الأسبوع. تعرف على أصدقاء طفلك ووالديهم. معا، يمكنكم وضع حدود مشتركة.
- قم بالتوصيل بالسيارة، والالتقاط، وابق على اتصال، ابق مستيقظا في المساء وانتظر عودة طفلك إلى المنزل.
- إذا كنت تشعر بالقلق - ثق في شعورك الغريزي، وتصرف واطلب المساعدة عند علامات الإنذار المبكر.

الكحول

هل تعلم أن المخدرات الأكثر شيوعاً بين الشباب في ليدشويينغ ،
بصرف النظر عن الكحول والتبغ ومنتجات النيكوتين، هي
القنب والأدوية المصنفة على أنها مخدرات وأكسيد النيتروز؟
جميع هذه المواد تنطوي على خطر زيادة اعتلال الصحة
النفسية والبدنية.

لا يزال الكحول هو المخدر الذي يحاول معظم الأطفال والشباب
تجربته واستخدامه لأول مرة. الكحول هو السم الذي يؤثر تقريباً على
كل عضو في الجسم. الشباب الذين لديهم جسم ودماع غير مكتمل
النمو هم أكثر حساسية للتأثيرات. عندما يشرب الشباب الكحول،
فإنهم يواجهون أحياناً مشاكل وينتهي بهم الأمر للدخول في مواقف
محفوفة بالمخاطر. يمكن أن يصبحوا من مرتكبي الجريمة أو من
ضحاياها. وهناك أيضاً ارتباطات بين الكحول والمخدرات الأخرى.
الشباب الذين يشربون الكحول هم أكثر عرضة لتجربة المخدرات من
أولئك الذين لا يشربون الكحول.

الكحول شائع بشكل خاص عند مناسبات الأعياد واحتفالات التخرج
المختلفة. إذا كنت تعلم أن ابنك المراهق سيخرج لقضاء أمسية ما،
فمن الجيد كوالد أو حاضن أن تظل متيقظاً وأن تكون مستعداً
للذهاب والتقاطه.





المُخدِّرات

جديدة. يمكن أن تشمل العواقب الخطيرة الأخرى القلق ومشاعر الذعر والاكتئاب.

يمكن أن يؤدي استخدام القنب إلى مجموعة من العواقب الاجتماعية: مشاكل في المدرسة، وتغيير الأصدقاء والصراعات في المنزل. إذا كان ابنك المراهق يتعاطى المخدِّرات، فقد يؤدي ذلك إلى صعوبات في التقدم لوظيفة أو الحصول على تصريح استصدار رخصة القيادة.

يكون كثير من الناس تحت تأثير الكحول في المرة الأولى التي يحاولون فيها تعاطي القنب. كما أصبح من الشائع استخدام القنب مع الترامادول، المصنف كدواء مخدر. الطريقة الأكثر شيوعاً للحصول على القنب هي من خلال الأصدقاء أو أصدقاء الأصدقاء، وأحياناً عند مناسبات الحفلات الخاصة.

المخدِّرات هي مواد غير مشروعة مختلفة ضارة بالصحة ولها خصائص إدمانية. المخدِّرات متاحة بسهولة اليوم والسؤال لم يعد ما إذا كان طفلك سيواجه المخدِّرات، ولكن متى. المخدِّرات موجودة، وتباع عبر الإنترنت وعلى وسائل التواصل الاجتماعي، في جميع طبقات المجتمع. يمكن أن يحدث لأي عائلة أن الطفل يحتك بالمخدِّرات ويقوم بتجربتها.

القنب

أكثر المخدِّرات شيوعاً بين الشباب هو القنب. القنب هو مصطلح جماعي حيث الحشيش والماريجوانا هي أصناف القنب الأكثر شيوعاً. يقول العديد من الشباب الذين يدخنون الحشيش إنهم يجدونه ممتعاً وأنهم يصبحون سعداء ويضحكون وكذلك إنهم يشعرون بالهدوء والراحة. ومع ذلك، فإن القنب له أيضاً آثار غير مرغوب فيها. يتأثر الدماغ وهذا يمكن أن يؤدي إلى شروذ الذهن وغياب الذهن. قد يجد المرء صعوبة في تذكر الأشياء التي حدثت مؤخراً وفي تعلم أشياء

منتجات التبغ والنيكوتين

يتم استخراج التبغ من نبات التبغ. أنه يحتوي على النيكوتين، وهو سام ويسبب الإدمان للغاية. تحتوي بعض المنتجات على النيكوتين من نبات التبغ، ولكن ليس أوراق التبغ الكاملة. ومن أمثلة منتجات التبغ السعوط والسجائر والشيشة. ومن الأمثلة على منتجات النيكوتين يوجد سعوط النيكوتين (السعوط الرطب الأبيض) والسجائر الإلكترونية (vapes)، والتي زادت بشكل حاد بين الشباب في السنوات الأخيرة.

يخلق التبغ ومنتجات النيكوتين إدمانا سريعا يصعب الإقلاع عنه، وهناك صلة قوية بين تعاطي التبغ وتعاطي الكحول والمخدرات. تظهر الأبحاث أن أولئك الذين يمتنعون عن تناول التبغ هم أقل عرضة لتجربة مخدرات أخرى. كلمة لا من لوالدين تحدث فرقا.

الأدوية المصنفة على أنها مخدرات

الأدوية المصنفة على أنها مخدرات غير قانونية للاستخدام ما لم يصفها لك الطبيب. إذا تم استخدام الأدوية بشكل غير صحيح، فقد يصاب المستخدم أو يصبح مدمنا لهذا الدواء. من غير القانوني استخدام الأدوية المصنفة على أنها مخدرات الموصوفة لشخص آخر.

الأدوية المصنفة على أنها مخدرات المستخدمة كمسكّرات:

البنزوديازيبينات أو الحبوب المنومة أو المهدئات مثل زاناكس وسوبريل.

المواد الأفيونية ومسكنات الألم مثل الترامادول والأوكسيكودين.



أكسيد النيتروز

يستخدم أكسيد النيتروز في الرعاية الصحية، ولكن أكسيد النيتروز غير الطبي متاح للبيع. يتم خلط أكسيد النيتروز المستخدم في الرعاية الصحية مع الأكسجين، في حين لا يتم خلط أكسيد النيتروز غير الطبي. يمكن أن يؤدي استخدام أكسيد النيتروز لأغراض السُّكَّر إلى نقص الأكسجين ومع الاستخدام المتكرر ينتج خطر، من بين أمور أخرى، كتلف الأعصاب. أكسيد النيتروز غير الطبي متاح للبيع في المتاجر وعبر الإنترنت. لا يوجد حد للسن ولا يصنف أكسيد النيتروز على أنه مخدر. يمكن شراء أكسيد النيتروز في شكل خراطيش صغيرة فضية اللون وكذلك خراطيش زرقاء كبيرة.

المقامرة على المال

المقامرة هي كل شيء من تذاكر اليانصيب إلى اللعب في الكازينوهات على الإنترنت. في السويد، بموجب القانون، يجب أن يكون عمرك 18 عاما للمقامرة على المال. إن الإدمان على القمار له أوجه تشابه مع الإدمان على الكحول أو المخدرات الأخرى لأن نظام المكافأة في الدماغ يتأثر بطريقة مماثلة. مشكلة المقامرة هي عندما يكون لدى الشخص عواقب سلبية للمقامرة، مثل مشاكل المال والعلاقات والصحة.



هل تريد معرفة المزيد عن
الكحول والمخدرات الأخرى
والقمار؟

www.drugsmart.se



أشياء من الجيد معرفتها!



بصفتك أحد الوالدين، قد يكون من الصعب اكتشاف ما إذا كان ابنك المراهق يستخدم الحشيش. يمكن أن يكون التعب واللامبالاة واحمرار العينين والرغبة الشديدة في تناول الحلويات وتقلب المزاج علامات على أن طفلك يتعاطى المخدرات - ولكن قد يعني ذلك أيضا أن طفلك هو مجرد مراهق!



إنها خرافة أنه يمكن للوالدين إزالة الطابع الدرامي المتعلق بالكحول من خلال تقديم الكحول. على العكس من ذلك، تشير الدراسات إلى أن الشباب الذين يقدم لهم والديهم الكحول يشربون الكحول أكثر من أولئك الذين لا يحصلون على الكحول من والديهم. وفقا للدراسات الاستقصائية، يعتقد معظم الشباب أيضا أنه من الخطأ أن يشتري الوالدين الكحول لأطفالهم.



الاتجاه المقلق هو أن البيع والجلب الغير مشروع للمخدرات المختلفة يتم عبر الإنترنت ووسائل التواصل الاجتماعي. كن مهتما وافهم كيفية عمل وسائل التواصل الاجتماعي المختلفة واستخدامها.



لقد تغيرت المواقف تجاه مخاطر المخدرات المختلفة في اتجاه سلبي. بغض النظر عما إذا كان الأمر يخص الكحول أو التبغ أو المخدرات، فهناك المزيد من الشباب اليوم الذين لا يعتقدون أن هناك أي مخاطر مرتبطة بتعاطي المخدرات. لذلك، نحن بحاجة إلى زيادة الوعي بالمخاطر والآثار الضارة للكحول والمخدرات والمنشطات ومنتجات التبغ والنيكوتين والتقامر على المال.

يمكنك إبلاغ الشرطة
وتكون مجهول الهوية تماما!

هل تعرف ما إذا كان طفلك يتلقى
رسائل حول المخدرات المعروضة للبيع، وأين
تذهب أمواله؟

انخفاض فرص الحصول على الكحول والمخدرات

يحتاج المزيد من الأشخاص إلى معرفة أنه من السهل تقديم إخبارية بشكل مجهول - انتقل إلى polisen.se حيث سترى الرابط أعلى صفحة البداية. لا تتردد في إخبار الآخرين، سواء الأطفال أو الآباء أو البالغين الآخرين - مثل الموظفين في المدارس أو في مراكز الترفيه للشباب - بمدى سهولة ذلك. حينئذ يمكن لمزيد من الناس مساعدة الشرطة على القضاء على المخدرات من المدارس وغيرها من الأماكن التي يوجد فيها الشباب.

Polisen

Sök | Lättläst | Öther languages

Aktuellt | Tjänster och tillstånd | Utsatt för brott | Lagar och regler | Om polisen | Kontakt

Jag har råkat ut för något
Gör en polisanmälan.

Jag har sett eller hört något
Tipsa polisen.

إذا كنت قلقا أو تعرف شيئا ما، فيمكنك إبلاغ الشرطة، دون الكشف عن هويتك إذا كنت ترغب في ذلك، عبر خدمة الإخبار الخاصة بهم على polisen.se

الملحقات - كيفية استخدامها

عادة ما يشير الميزان الرقمي لوزن المخدرات إلى أنك تباع المخدرات. غالبا ما تكون هناك آثار للمخدرات تظهر على الميزان. يميل الشخص أيضا إلى أن يحمل معه كمية من المال النقدي. على الرغم من أن جزءا كبيرا من المبيعات يتم عبر «سويشس» Swish، إلا أن البائع يرغب في الحصول على الدفع نقديا.



علب السجائر هي مكان شائع لإخفاء تعمرية المخدرات وغيرها من المستحضرات. عبوات العلكة هي مكان آخر للاختباء - كثير من الناس يمشون العلكة أو يستخدمون العطور لإخفاء حقيقة أنهم يدخنون. هناك علاقة قوية بين استخدام القنب وتدخين السجائر - إذ جعلت الشباب لا يبدوون التدخين يزيد ذلك من فرص عدم تناولهم للحشيش أيضا.



لوائف الورق هي أكثر الملحقات شيوعا لدى الشباب الذين يدخنون الحشيش. الاحتفاظ بلوائف الورق في الجيوب تعني تقريبا دائما أنهم يتعاطون.



يتم استخدام الهواتف البسيطة من قبل الموزعين الصغار والتي قد تشير إلى أنهم قد بدؤوا في البيع.



يتم العثور على الترامادول أكثر فاكثر من قبل الشرطة. يتم العثور على عبوات فارغة طوال الوقت، وهذه علامة على أن الشباب يستخدمون الترامادول.



غالبا ما تحتوي أكياس الخطوط الحمراء الصغيرة في الجيوب على بقايا المخدرات.



التعميرة النصف مدخنة - غالبا ما يتم إخفاؤه في علب السجائر.

يتم استخدام ما يسمى طاحونة لتفتيت القنب قبل لف التعميرة. إذا قمت بفتحه، فغالبا ما يحتوي على آثار الماريجوانا، وهي البديل الأخضر من القنب.



لم يفت الأوان بعد

لطلب المساعدة

إذا كنت تشك في أن طفلك قد بدأ في استخدام التبغ أو الكحول أو المخدرات الأخرى أو لديه مشاكل مع القمار - تجرأ على السؤال واطلب المساعدة. سبب قلقك أقل أهمية، الشيء المهم هو أن تتصرف. أظهر أنك تهتم وتثابر ولا تستسلم. من الأسهل جعل شخص ما يتوقف عن تعاطي المخدرات في وقت مبكر من الإدمان. تحدث إلى المدرسة والجهات الأخرى التي يقيم فيها ابنك المراهق. لم يفت الأوان بعد لطلب المساعدة.

!أنت لست وحدك

يمكنك الحصول على المزيد من المعلومات هنا

امسح رمز الاستجابة السريعة ضوئياً للوصول إلى
الموقع www.lidkoping.se/nejtilldroger



أو اتصل بمركز الاتصال 0510-77 00 00

مراكز المشورة

الخدمات الاجتماعية

خدمة صحة المعلم أو الطالب

السكرتير الميديني

المصدر - دعم الوالدين

عيادة الحدث

SÄG NEJ TILL DROGER

هذا الكتيب هو نتيجة تعاون بين بلدية ليدشوبينغ وشرطة فيسترا سكارابورغ.

هل تعرف أي شيء؟
ساعد نفسك وصديقك!

أخبرنا بما تعرفه عبر نموذج مجهول على الويب.
تساعد هذه المعلومات الشرطة على منع الجريمة ومكافحتها.



بالتعاون بين:

