



- **DROGA TË SHKATËRRON TY DHE TË ARDHMEN TËNDE**
- **JETA ESHTË E ÇMUAR. DROGA VRET KENAQESITË E JETES**
- **NË SHOQËRINË TONË NUK DUHET TË KETË VEND PËR DROGAT**

BASHKOHUNI NË NISMËN “TË GJITHË KUNDËR DROGËS”

Trajnime me mësues, policë, prindër dhe ndihmëdhënës - Informohu!

Forume të hapura dhe edukim bashkëmoshatar

Ndërgjegjësohu!

Aktivitetet krijuar me teme:
“PËR NJË JETË TË SHËNDETSHME PA DUHAN, ALKOL DHE DROGË”

**Ekspozita fotografike dhe pikturë
Sport - muzikë - performanca - art & kulture**

Sporti dhe aktivitete të tjera të shëndetshme na ndihmojnë të qëndrojmë larg drogave.



Kudo që të ndodhesh, çfarëdo që të duash të bësh, duhet të kesh parasysh:

“Siguria, mbi të gjitha”

MBRO VETEN DHE PARTNERIN

**TË GJITHË NE SË BASHKU KEMI
NJË ROL PËR TË LUAJTUR
NË LUFTËN KUNDËR DROGËS**

*Varësia nga drogat është një sëmundje,
dhe jo një krim. Kriminelët e vërtetë janë
trafikanët e drogës.*



**Për më shumë informacion dhe ndihmë:
Kërkoni ndihmë kur ndjeheni të
kërcënuar. Telefoni në çdo moment,
numrat e telefonit pa pagesë:
XXXXXX**



Adresa: Qendra Komunitare
e Shëndetit Mendor Nr 1;
Rr. Stavro Vinjau;
Prapa ambasadës amerikane. Tiranë
Cel. 0692066359
e-mail: gencaxionp@albmil.com

website www.aksionplus.net & NCSO-al.org



dhe



**PROGRAMI I POLICIMIT KOMUNITAR,
MBËSHETUR NGA QEVERIA SUEDEZE
PËR MINISTRINË E BRENDSHME/
POLICIA E SHTETIT SHQIPTAR**



SACP Programme

në bashkëpunim me



***Vlerësoje veten – bëj
zgjedhje të shëndetshme***

***SË BASHKU PËR NJË KOMUNITET
DHE SHKOLLA TË SIGURTA
POLICIA, TË RINJTË, KOMUNITETI***



- Shkolla të sigurt do të thotë shoqëri e zhvilluar
- Të forcojmë komunikimin dhe bashkëpunimin midis policisë së shtetit dhe të rinjve
- E ardhmja nis me bashkëpunimin e të gjithëve
- Në krye të këtij bashkëpunimi janë punonjësit e policisë, ndihma e të rinjve dhe qytetarët
- Problemet e drogës dhe HIV/AIDS-it
- Për një jetë të shëndetshme, mbrojtja më e mirë është seksi më i sigurt
- Indiferenca nuk ndihmon askënd
- Duke punuar së bashku ne ndërtojmë një botë më të sigurt për të rinjtë kudo që janë: në shkolla, në institucione, në rrugë apo në familje
- Nxitja e komunikimit midis nxënësve, mësuesve, prindërve, punonjësve të shëndetit dhe policisë për të forcuar më shumë luftën ndaj drogës dhe problemet që lidhen me HIV/AIDS-in
- Të ndërgjegjësohemi të gjithë për të parandaluar rreziqet dhe pasojat që vijnë nga përdorimi i drogës
- Të rritet pjesëmarrja dhe bashkëpunimi i të rinjve, veçanërisht i prindërve të tyre në problemet e abuzimit me substancat, duke u përqendruar në çështjen e të drejtave të njeriut dhe në rolin e institucioneve të tjera.



Qeveritë kanë përgjegjësi për të kundërvepruar ndaj trafikimit dhe abuzimit me drogë, por komunitetet mund të japin kontribut të vyer. Familjet, shkollat, shoqëria civile dhe organizatat fetare duhet të bëjnë pjesën e tyre në këtë aksion. Media ka një rol të rëndësishëm për sensibilizimin e opinionit publik për rreziqun e substancave narkotike.



Vlerësoje veten...

Fushata në luftën kundër drogave shënjon të rinjtë dhe të rriturit në moshë të re, të cilët janë një grup që janë të rrezikuar nga abuzimi me drogë. Në këtë moshë presioni i grupit për të provuar drogë ilegale mund të jetë i fortë dhe vetë-vlerësimi i ulët. Për më tepër ata që marrin drogë nuk janë të informuar dhe jo aq të vetëdijshëm për rreziqet.

Ndërsa të rinjtë flasin shumë për “efektet” që vijnë nga drogë ilegale, ata mund të mos i njohin mirë “pasojat” e shumta negative. Rreziqet varen nga lloji i drogave që përdoret, doza e marrë, dhe shpeshtësia e përdorimit. Në disa raste abuzimi me drogë mund të shkaktojë depresion, frikë, rrahje të çrregullta të zemrës, probleme me frymëmarrjen, dhe madje vdekje të menjëhershme.

Nën ndikimin e drogave, disa përdorues të drogës mund të bëjnë seks të pambrojtur ose të shkëmbejnë shiringat, duke rritur kështu mundësitë e infektimit nga HIV/SIDA, hepatiti dhe sëmundje të tjera infektive.

... bëj zgjedhje të shëndetshme

Jetë e shëndetshme do të thotë të bësh zgjedhje që respektojnë trupin dhe mendjen. Për të bërë këto zgjedhje, të rinjtë duhet të udhëhiqen nga prindërit, mësuesit dhe modele të tjera, që jo vetëm duhet t'i bindin ata të rrinë larg drogave, por edhe t'i nxisin ata që të përfshihen në aktivitete të shëndetshme.

Të rinjtë dhe të rejtat që praktikojnë sportet mësojnë aftësi dhe vlera që do t'i ruajnë për tërë jetën: vetë-besim, disiplinë, shpirt ekipi dhe lojë të ndershme. Nëpërmjet aktiviteteve të shëndetshme, pjesëmarrësit përballen me çështje etike që do t'i çojnë ata në gjetjen e përgjigjeve të duhura.



“Stërvitu, përmirësohu, ji më i miri – drogat nuk janë rruga për në majë.”

“Disa efekte të drogave ikin, disa mbesin për gjithë jetën.”