

Milí žiaci,

tretí novembrový týždeň je **Európskym týždňom boja proti drogám**, vyhláseným z iniciatívy Európskej únie . Prvýkrát bol tento Európsky týždeň boja proti drogám vyhlásený v roku 1998. Začal sa v Grécku a pokračoval vo všetkých 15 členských štátoch. Neskôr sa stalo nepísanou tradíciou, že v jesenných mesiacoch – osobitne v novembri sa viac ako inokedy organizujú alebo zviditeľňujú aktivity, ktoré v konečnom dôsledku napomáhajú k znižovaniu dopytu po drogách.

Drogová závislosť nevzniká náhle, ale vyvíja sa z túžby, ktorá súvisí so spôsobom života jednotlivca. Náklonnosť k tomuto nebezpečeniu vzniká najmä v detskom a dospelujúcom veku. A práve toto obdobie je veľmi dôležité pre rozvoj zdravej osobnosti a slobodného rozhodovania.

A K O POVEDAŤ alkoholu a drogám „N I E“?

- Naučte sa povedať nie, nechcem. Odolajte nátlaku i lákavej ponuke. Buďte hrdí na to, že nepijete a neberiete žiadnu drogu. To dokáže iba silný a vyrovnaný človek..
- Neostávajte so svojim problémom sami. Neriešené krízové situácie vedú k túžbe zabudnúť, vyhnúť sa problému, odsunúť ho. Ak sa zdôveríte blízkym či odborníkom problém ľahšie zvládnete.
- Predchádzajte núde a nečinnosti. Nevhodne strávený voľný čas a zvedavosť podporujú túžbu skúsiť niečo nové, nedovolené a riskantné.
- Zle poskytnutý vzor, či príklad silne ovplyvňuje okolie. Nie je dobré vodu kázať a víno piť.
- Buďte informovaní a hovorte o alkohole a drogách. Hĺbka poznania pomôže ľahšie sa rozhodnúť. Je dôležité poznanie a učenie sa o zdravom životnom štýle. Neviesť boj iba proti jednému zlu. Je správne rozvíjanie dôvery v rodine, citové väzby, pozitívne hodnoty a úctu k životu a zdraviu.
- Ak s drogou a alkoholom človek často experimentuje, alebo ju pravidelne potrebuje, mal by požiadať o pomoc. Z područia drogy a alkoholu sa nikto nedostal sám.

P R E Č O POVEDAŤ ALKOHOLU A DROGÁM „N I E“

- Drogy a alkohol sú návykové, nútia množstvo a kvalitu neustále zvyšovať, pretože vzniká psychická či fyzická závislosť. Závislosť je choroba, ktorú je potrebné liečiť a dlhodobo odstraňovať jej následky:
- Postupne berie zdravie, priateľov, zamestnanie, školu, rodinu, radosť i zmysel života. Stáva sa dôležitejšou ako všetky vzťahy a väzby, mení osobnosť a stáva sa jediným cieľom bytia.
- Závislý človek sa drogy či alkoholu nedokáže bez pomoci sám zbaviť. Vzniká potreba a nutkanie brať látku stále, alebo pravidelne a získať ju akýmkoľvek spôsobom.
- Zákon zakazuje a trestá nielen výrobu a predaj, ale aj držanie tzv. „nelegálnych“ drog.
- Pre drogu a s drogou sa mnohí dopúšťajú násilia a rôznej trestnej činnosti. Ublížuju sebe, rodine a blízkeho okoliu. Aj alkohol a tabak sú drogy. Tieto všeobecne tolerované drogy pripravujú o život a zdravie státisíce osôb.
- Drogy sú realitou, netýkajú sa iba detí a mládeže, ale všetkých. Deti a mládež sú jednou z najohrozenejších rizikových skupín, pretože závislosť v organizme, ktorý sa vyvíja, vzniká niekoľkonásobne skôr.

Nezabúdajte na to, že zážitok s drogou je krátky, ale utrpenie, ktoré spôsobí trvá dlho. Nikdy nedopustíte, aby bola túžba po droge silnejšia ako Vy! Nedopustíte, aby nad Vami vyhrala!