

Drogfritt.nu

VAD ÄR CANNABIS?
sid 3-5

**DROGHAMPA OCH
INDUSTRIHAMPA**
sid 6

**HUR KAN MAN SE
OM NÅGON TAGIT
CANNABIS?**
sid 7

SMÅTT&GOTT
sid 8-9

SOMMAR EVENT
sid 10-11

**BOKA
FÖRELÄSNINGAR**
sid 12-13

**FAROR MED
CANNABIS**
sid 14

BLI MÅNADSGIVARE
sid 16

Bli månadsgivare du också!

Blankett hittar du på sista sidan



Smakprov på vår föreläsning!



Dödlig utgång - ditt stöd behövs!

**90 SVENSK
KONTO INSAMLINGS
KONTROLL**



Tidningen Drogfritt.nu
ges ut av Riksförbundet
för ett Drogfritt Sverige

Ansvarig utgivare: Åsa Graaf

Redaktion: info@drogfritt.nu

Layout: elisabeth@graafreklam.se

Internet: www.drogfritt.nu

Adress: Norra Allégatan 2,
413 01 Göteborg

Telefon: 031-13 57 07

Telefax: 031-774 09 19

Postgiro: 90 11 20-6

Tryck: Trydells Tryckeri AB, Laholm

Prenumerationer tel. 031-13 57 07
Medlemstidningen kommer ut med
4 nummer/år. Du får fritt kopiera
innehållet i tidning men glöm inte
ange källa.

Hej!

Nu är vi tillbaka efter en
lång, varm och aktiv som-
mar. Vi har besökt många
städer med vår utställning
och vi har delat ut massor
av gratis droginformation
och många har gått med
i kampanjen - stort tack!



Tyvärr så har narkotikadödligheten ökat i
Sverige och många har blivit offer med dödlig
utgång - det är oerhört sorgligt när unga
människor drabbas på detta sätt. Vi vill nå fler
med förebyggande droginformation och det nu!
Det är bråttom och arbetet känns viktigare än
någonsin. Vi förbereder oss, nytt material och nya
e-böcker kommer snart att släppas. Våra duktiga
föreläsare vill inget annat än att komma ut till era
skolor och arbetsplatser och ge er motiverande
och inspirerande föreläsningar. Vi står redo att
hjälpa er - nu. Det är bara att ringa oss eller gå
in på www.droginformation.nu och skicka in
ert intresse. Ni kan även gå in där och ta del av
resultaten och alla de fina utlåtanden som finns
på sidan.

Vi ses !

Åsa Graaf
Åsa Graaf, ordförande



Vad är cannabis?

**Cannabis kommer från hampan (*Cannabis sativa*) en växt som odlas på många
platser i världen. I denna växt finns en olja som heter THC. Det är denna olja som
ger ruset och som gör en person påverkad.**

**Cannabis är det gemensamma ordet för hasch, marijuana och hascholja. Canna-
bisdrogen har använts i tusentals år som berusningsmedel.**

DROGHAMPA OCH NYTTIG INDUSTRIHAMPA

Det finns både droghampa och en industrihampa, som ger oss många
nyttiga produkter.

MARIJUANA

Marijuana är gjord av torkade växtdelar från cannabisplantan
såsom frön, blad och stjälkar. Den ser lite ut som torkat gräs
- därför kallas den även för "gräs" och "weed".



HASCH

Cannabisplantan producerar en klabbig kåda. Denna kåda, växtdelar och binde-
medel pressas ihop till s.k haschkakor. Styrkan på haschet kan variera mycket
beroende på om det är utblandat med andra saker eller inte. Hasch har många
namn t ex: braja, brass, libanes, affe, afgan, kitt, marockan etc.

HASCHOLJA

Hascholja kan vara mycket stark och innehålla högre doser av THC än marijuana
och haschkakor. Den ser ut som trögflytande svart sirap och har en stark lukt.

fortsättning nästa uppslag >>>

>>> fortsättning vad är cannabis?

FÖRÄDLADE OCH GENMANIPULERANDE PLANTOR

Det finns ca 400 olika kemikalier och gifter i cannabis – det man blir påverkad av kallas THC – tetra-hydro-cannabinol. THC är en olja som finns i växten.

Idag har man genom nya odlingsmetoder fått fram starkare cannabis som innehåller mer THC. Man har hittat koncentrationer på upp till 37 % – tidigare låg det på runt 3 %. Detta gör att det är lättare att bli beroende och man kan få mer skador.

VAR KOMMER CANNABISEN IFRÅN?

Växten trivs bäst i varmt klimat och är mycket tålig. Länder som producerar mycket cannabis är Afghanistan, Marocko, Libanon, Irak, Jamaica, Nederländerna, Mexico, Pakistan, Tuket, Columbia och USA – för att nämna några stora producenter.

HUR MÄRKER MAN ATT NÅGON TAGIT CANNABIS?

Personen som tagit cannabis har stora utvidgade pupiler och rödsprängda ögon. Pulsen blir snabbare och blodtrycket ökar. Cannabis rökaren kan bli väldigt torr i munnen och må illa. Den som nyss tagit cannabis kan verka lite berusad och bli fnittrig och pratsam eller tyst och inåtvänd. Man kan även märka att personen blir hungrig, extremt törstig och har ett starkt sötsug.

HUR PÅVERKAR CANNABIS KROPPEN?

Cannabis-missbruk kan orsaka sjukdomar i lungorna, hjärtat, huvudvärk, illamående och yrsel. En annan biverkning är smärtor i benen och ryggen. Personen blir mer mottaglig för sjukdomar och förkylningar eftersom motståndskraften minskar pga att de vita blodkropparna minskar.

Cannabis påverkar även hormonerna i kroppen och sexlusten minskar. Män får färre spermier och kvinnor oregelbunden eller ingen menstruation.



Alla källor, artiklar och länkar finns på www.cannabisdrog.se

CANNABIS STANNAR I KROPPEN

De giftiga kemikalierna i cannabis kan stanna kvar i kroppen lång tid efter att personen har slutat ta drogen. THC är fettlösligt. Det dras till kroppens fettvävnader. Forskning visar att när THC har lagrats i kroppens fettceller kan t.ex stress och brist på mat göra att fettcellerna bryts ner och mätbara mängder kommer ut i systemet igen.

HUR PÅVERKAR CANNABIS TÄNKANDET?

Cannabis påverkar framförallt hjärnan och tänkandet. Sinnesintrycken ändras och stämmer inte alltid överens med verkligheten. Stora mängder cannabis kan också orsaka hallucinationer – dvs att man ser, hör, känner och upplever saker som andra inte upplever.

CANNABIS PÅVERKAR HJÄRNAN OCH KÄNSLOLIVET

Panikkänslor, ångest och förföljelsemani kan drabba de som inte är så vana att använda cannabis. En glad och utåtriktad person kan bli skygg för människor, passiv och likgiltig. Man kan få svårare att lära sig nya saker och att koncentrera sig.

LÄGRE IQ AV ATT RÖKA CANNABIS

En långtidsstudie från Nya Zeeland visar att personer som tidigt började röka cannabis riskerar att få sämre hjärnfunktioner och lägre IQ, dessa försämringarna fanns kvar även hos de personer som slutade med cannabis. Studier visar även att cannabis kan utlösa schizofreni. Cannabismissbruket kan även orsaka ångest, förvirringar och vanföreställningar. Efter lång tids missbruk av cannabis kan personen också få sämre förmåga att hantera information, sämre minne, svårt att lära sig nya saker och även bli apatisk.

HUR ÄR DET NÄR MAN SLUTAT MED CANNABIS?

De flesta negativa effekterna går över när en person slutar med cannabis. Hur snabbt individen återhämtar sig och vilka negativa effekter personen upplever beror på många olika personliga egenskaper.

Åldern är viktig. Ju tidigare en person börjar missbruka cannabis desto högre risker för bestående skador. Detta beror främst på cannabisens stora inverkan på hjärnan. Hos en ung person är hjärnan mer känslig eftersom den inte är färdigutvecklad.

Cannabis

– droghampa och industrihampa

Här kommer information om hampan och några av dess olika användningsområden – det är även en drog och att drogmissbruk kan alltid få negativa konsekvenser.

Skillnaden mellan droghampa och drogfri hampa förklaras här.

DROGEN CANNABIS

Cannabis är ett samlingsnamn för hasch och marijuana. Hasch och marijuana kommer från hampan (Cannabis Sativa), en växt som odlas i hela världen. Cannabis är det berusningsmedel som används mest efter alkohol.

HAMPAN

Cannabis har odlats under flera tusen år och den är ju mest känd hos oss som en drog och ett berusningsmedel snarare än som en nyttoväxt – även kallad industrihampa.

INDUSTRIHAMPA

I tusentals år har hampan används runt om i världen – främst som nyttoväxt.

I Europa odlades den främst för sina fibrers skull och innehöll knappast någon narkotika alls. Här gjordes rep, kläder, skor etc. Det var den indiska varianten som användes för rus – en sort som innehöll THC – det narkotiska ämnet som framkallar ruset.

Hampan har också ett annat stort användningsområde i och med dess olja. Man gör smör, oljor, smörjmedel och bränsle. Även hygienartiklar, hudvårdsprodukter, livsmedel och kosttillskott produceras i stor skala idag.

DET FINNS MÅNGA OLIKA SORTERS HAMPA

Det finns alltså många olika sorters hampa – industrihampan och den narkotikaklassade droghampa! Det kan jämföras med att det finns också olika sorters vallmoblommor, den som man kan göra drogen opium av och den tillåtna som vi bl a hittar som frön på bröd.

MYCKET HÄLSOSAMMA PRODUKTER AV INDUSTRIHAMPA

Hampans frö innehåller de viktiga fettsyrorerna 3,6 och 9 vilket gör att det används både i livsmedel, i artiklar för hudvård och hårvård. Förutom fetter så innehåller fröet även mycket bra och fullvärdiga proteiner.

I Nordamerika har det gjorts många tester och det finns ingen THC i industrihampans frön. Idag kan man handla proteinpulver, bars, smör och oljor här i Sverige och produkterna är helt drogfria och mycket hälsosamma.

DET PÅGÅR MYCKET FORSKNING OM VÄXTEN
OCH DESS OLIKA ANVÄNDNINGSMÖJLIGHETER

Hur ser man om någon tagit cannabis?

SYNS DET OM NÅGON TAGIT CANNABIS?

En person som är påverkad har stora utvidgade pupiller och rödsprängda ögon. Pulsen blir snabb och blodtrycket ökar. Cannabis-rökaren kan blir torr i munnen och må illa.

HASCHRÖKAREN

Den som nyss rökt hasch verkar smått berusad och är antingen tyst och inåtvänd eller fnittrig och pratsam. Man kan se att personen får ett enormt sug efter sötsaker och blir extremt törstig. Personen har även svårt att fokusera och lösa problem. Kan få minnesförlust, mindre social förmåga, få yrsel och långsamma rörelser.

Vid intag av stark cannabis kan man få hallucinationer, paranoia och panikattacker.

HUR ÄR ETT RUS MED CANNABIS?

Tankeverksamheten och kroppen påverkas båda av cannabis.

Cannabis ger ofta starka känslor och dessa känslor blir påverkade av omgivningen som personen är i. Om personen är i en positiv miljö upplever han ruset mer positivt än om han är i en negativ miljö. Samma sak händer om personen är glad, ledsen eller arg. Känslorna kan förstärkas!

Under ruset kan personen bli fnittrig och mer pratsam men efter en längre tids missbruk blir missbrukaren ofta tyst, fundersam och sömning.

Alla källor, artiklar och länkar finns på www.cannabisdrog.se

Vi kommer att vara på BOKMÄSSAN

i år och välkomnar alla
till vår monter.
Alla som kommer och besöker oss
kommer att få gratis
utbildningsmaterial och information
om föreläsningar och vårt arbete.

Välkomna!

– Stort tack till alla annonsörer –

Svenska Målarförbundet
Wallins Fastighetsservice AB
Preemcraft Göteborg
Hultdin System AB
Städpoolen i Malmö AB
Mega El i Sthlm AB
Vitamin Well
Statoil Servicestation Lycksele
Tage Johansson Bil AB
Tibnor AB
Alfa Laval AB
Lillens Barntivoli
Nelson Garden
IKEA Industry Lycksele AB

FÖRGIFT- NINGAR!



Efter fler och fler larm om ökat antal förgiftningar vill Läkemedelsverket stoppa försäljning av receptfria tabletter med paracetamol – som t ex Alvedon och Panodil i livsmedelshandeln.

De vill bara tillåta försäljningen på apotek från 1 mars 2015.

Källa: läkemedelsverket



Majoriteten av de franska viner som testades innehöll skadliga ftalater - ämnena som är kända för sin hormonstörande effekt.



FAKTA om FTALATER

- Ftalater är samlingsnamnet på en grupp kemiska ämnen, baserade på ämnet ftalsyra.
- Ämnena används som mjukgörare i plast. De kan läcka ut ur plasten och tas upp av kroppen.
- Ftalaterna kan finnas i en mängd produkter som exempelvis duschdraperier och suddgummin.

Källa: Kemikalieinspektionen och Naturvårdsverket (TT)

GODA NYHETER!

Färre unga röker och dricker
2014-07-02

Alkohol- och tobakskonsumtionen bland unga minskar.

I 2013 års undersökning var det en historiskt låg alkoholkonsumtion. Siffrorna är de lägsta eller bland de lägsta som uppmätts.

Källa: can



DÅLIGA NYHETER!

Fler unga använder narkotika

Användningen av narkotika har börjat öka bland ungdomar.

Årets rapport visar att fler ungdomar testar narkotika då främst cannabis.

Källa: can

Elefanter som användes för att smuggla droger mellan Burma och Kina gavs bananer som var preparerade med opium.

För att hålla elefanterna lugna och fogliga när de bar heroin mellan Kina och Burma gavs kinesiska

ligamedlemmar djuren drogpreparerade bananer. Elefanterna lydde smugglarna när de belönades

med mer opium, men utan så blev de oroliga och aggressiva.

Det är lika jobbigt med avgiftning för ett djur som för en människa som blivit opiumberoende.

Skötarna hade aldrig haft med drogberoende elefanter att göra tidi-gare. Lyckligtvis fungerade avvänjningskuren och djuren kunde efter ett år släppas ut i frihet bland vilda elefanter.

Källa: drugnews





En hälsning från vår evenemangs- avdelning!



Wow!

Vi vill verkligen tacka alla underbara barn, ungdomar och vuxna som vi har fått chansen att träffa under våra härliga sommaraktiviteter. Alla ni som följer oss på facebook har redan sett vårt arbete under denna sommar.

Vi har rest runt till många platser i vårt avlånga land. T ex Västkusten och runt om i Skåne - där vi funnits på gator, torg och på olika köpcentrum. Vi har snackat med ungdomar och föräldrar, delat ut gratis utbildningsmaterial och fått ett oerhört fint stöd från så många.

Ett extra stort tack till alla fina barn som vi har fått måla och ett stort tack till alla som stödjer kampanjen!

Med vänliga hälsningar Julia. Droginformation.nu - 031-135707



Boka en föreläsning till din skola!

Våra föreläsningar bygger på förebyggande droginformation som motiverar eleverna att välja drogfria liv och istället inrikta sig på att nå sina mål.

ÖVER 650 000 PERSONER I MER ÄN 20 ÅR

Efter att ha föreläst för över 650 000 människor i mer än 20 år har vi blivit lite av experter på att få ungdomar att lyssna. Enkel och rak kommunikation med exempel som når fram. Vi kommunicerar till barnen och ungdomarna rakt och enkelt. På ett sätt som är lätt att förstå och ta till sig. Inga pekpinnar och ingen skrämselpropaganda! De exempel vi använder är relaterade till barnens och ungdomarnas egen värld och verklighet. Inget krångel, inga termer eller svårt språk – vi vill att alla skall förstå och orka lyssna oavsett bakgrund.

ÖVER 40 000 BREV MED LOVORD

Våra drogföreläsningar når fram! Vi har 40 000 brev med lovord från barn, ungdomar och skolpersonal som bekräftar detta. Vi möter årligen tiotusentals barn, ungdomar och vuxna som tar del av denna förebyggande och motiverande droginformation.

FÖRELÄSNINGARNA MOTIVERAR OCH STÄRKER SJÄLVKÄNSLAN

Förutom att ge droginformation så motiverar våra föreläsningar barn, ungdomar och vuxna att satsa på sina mål. De stärker självkänslan vilket tusentals brev och uttalanden bekräftar.

Vi föreläser för elever, föräldrar och lärare

Ring för mer information om våra föreläsningar 031-135707 eller gå in på www.droginformation.nu

Alexander Breeze



Michael Nielsen

Föreläsning med viktig droginformation som motiverar, inspirerar och hjälper personal och chefer på arbetsplatsen.

Boka en föreläsning till ditt företag!

FÖREBYGGANDE OCH MOTIVERANDE DROGINFORMATION

Föreläsningen ger en ökad förståelse, medvetenhet, större öppenhet och mer kunskap om droger och dess problematik i olika situationer som man kan hamna i som anställd, chef eller om man arbetar i ett serviceyrke där man stöter på drogpåverkade personer.

Våra föreläsare har förutom en lång erfarenhet av att hålla föreläsningar även en missbrukarbakgrund. De har utbildat personal inom många olika branscher som t ex hotell, polis, väktare, transport, kontor etc.

Vi har en föreläsning som ger grundläggande förståelse – utöver detta så kan vi även anpassa föreläsningen för att passa era behov. Gå in på www.droginforamtion.nu och fyll i intresseanmälan eller ring 031-135707.

MÅNGA I ARBETSLIVET MISSBRUKAR DROGER

I dag i Sverige så är över en (1) miljon människor beroende och missbrukar alkohol, läkemedel eller narkotika. Man räknar med att minst 250 000 finns i arbetslivet.

RESULTAT EFTER DROGINFORMATION TILL OLIKA FÖRETAG

"Tack för idag! Det var jättetrevligt och givande! Känns lättare att köra spårvagn i morgon natt och lördag natt efter denna föreläsningen! Jag vet mer hur jag skall göra nu."

"Tack för en bra föreläsning, har fått mycket matnyttigt att använda i mitt fortsatta arbete då jag kommer i kontakt med mycket folk."

"Micke var här på vårt företag och höll i den bästa drogföreläsningen någonsin. Det var mycket lätt att förstå, det var roligt och självklart mycket bra information som fick en att tänka. Bra för vår personal som är mycket ute och jobbar. Tiden som Micke pratade med oss kändes som 20 minuter för det var så otroligt roligt och intressant."

"Vi upptäckte ett behov av att lyfta frågan kring drog och alkoholvanor hos vår arbetsgrupp då den består av unga människor som är nya i arbetslivet. Efter Drogfritt.nu's föreläsning med den mycket uppskattade föreläsaren Alexander Breeze kände vi tydligt att attityden till droger och alkohol ändrades på arbetsplatsen. Det blev en klar skillnad i kunskap, ansvarstagande och attityd. Vi som arbetsgivare hade nu lyft frågan och jobbade aktivt med den, istället för att välja att inte se. Vi har i dag minskat på måndags-sjukan och samtliga anställda vet om vår ståndpunkt som arbetsgivare i denna fråga vilket genererar en mer tydlig linje i frågan."

Tack!

Finns det några faror med cannabis?

CANNABIS KAN GE HALLUCINATIONER

Stora mängder THC kan orsaka hallucinationer. THC är en olja och det är ett giftigt ämne som gör en person drogpåverkad. Hallucinationer är att man ser, hör och känner saker som andra inte upplever. Dessa hallucinationer kan vara obehagliga och pågå under flera timmar.

BLIR DET NÅGRA SKADOR AV ATT MISSBRUKA CANNABIS?

Ett missbruk av cannabis kan orsaka olika sjukdomar i t ex lungorna, hjärtbesvär, huvudvärk, illamående och yrsel. Smärtor i ben och rygg är andra biverkningar. Man blir mer mottaglig för förkylningar och olika sjukdomar eftersom motståndskraften blir sämre pga en minskad mängd vita blodkroppar. Män får en mindre produktion av spermier och kvinnor kan få oregelbunden eller helt utebliven menstruation.

SKADOR VID LÅNGVARIGT MISSBRUK AV CANNABIS

Personer som missbrukat cannabis under många år kan bli avtrubbade och passiva, de har svårt att lära sig nya saker och att koncentrera sig. Vid höga doser kan missbrukaren bli aggressiv och farlig.

MAN KAN BLI BEROENDE AV CANNABIS

Ungefär en av nio blir beroende av cannabis. Men om man börjar använda drogen tidigt i tonåren så är risken att bli beroende mycket större – en av sex blir beroende. Idag är cannabisen mycket starkare, vilket gör att det är lättare att bli beroende nu än för 10 år sedan.

VAD MENAS DÅ MED ETT BEROENDE AV CANNABIS?

Jo, man har utvecklat en tolerans mot drogen. Missbrukaren behöver större mängder för att få samma effekt. Det menas också att du måste ta drogen även om du ser att det orsakar skada i ditt liv. Att du får sug och abstinens om du inte tar drogen. Det kan vara symptom som irritation, oro, sömnsvårigheter, mardrömmar, ilska, huvudvärk, dålig aptit och depressioner

CANNABIS FARLIGARE FÖR UNGA

Det kan vara dubbelt så farligt att röka cannabis idag än för 20 år sedan.

En studie visar att personers IQ sänks efter användning av cannabis – mest drabbade blir unga eftersom de inte har växt färdigt och att hjärnan inte är fullt utvecklad.

Att regelbundet använda cannabis försämrar flera funktioner i hjärnan och sänker en persons IQ. Det visar en studie där man följt över tusen personer i nästan 40 år.

Forskarna har följt försökspersonerna ända sedan början på 70-talet och de har genomfört bland annat IQ-tester först när de var 13 år och sedan vid 38 års ålder.

De hjärnfunktioner som resultaten visar störst negativ påverkan på av cannabisanvändning är: arbetsminnet, hastigheten på tankeprocesser, den verbala förmågan och tolkningen av olika sinnesintryck.

Studien är gjord av forskare i USA, England och Nya Zeeland.

CANNABIS KAN STANNA KVAR I KROPPEN

Cannabis innehåller THC (tetrahydrocannabinol) vilket är en olja. Denna olja kan stanna kvar i kroppens fettvävnader och ligga där under lång tid. Det finns undersökningar, som påvisar att detta kan påverka personen, och skapa en generell tröghet.

CANNABIS KAN ORSAKA NEGATIVA KÄNSLOSVÄNGNINGAR

Det är dokumenterat att de som kroniskt använder cannabis förändras känslomässigt och i sitt uppförande vilket kan resultera i bl.a lägre motivation och ambition.

Man umgås mindre med familj och vänner, man överger sina mål, man kan få låg energinivå och bli odisciplinerad.



Alla källor, artiklar och länkar finns på www.cannabisdrog.se

Stort tack till alla annonsörer

INGET SOCKER INGA KOLHYDRATER



VITAMIN
WELL

@vitaminwellsverige #vitaminwell

 mobilia



TRIANGELN



STÄDPOOLEN

NEWSEC

