

# Drogfritt.nu

**DROGHAMPA OCH  
DROGFRI HAMPA**

*sid 3*

**MYTERNA KRING  
CANNABIS**

*sid 4*

**CANNABIS-  
KONSEKVENSER**

*sid 5*

**SMÅTT&GOTT**

*sid 6*

**MÅNADSGIVARE**

*sid 7*

**"ATTITYDER"**

*sid 8*

**20 ÅR AV  
FÖRELÄSNINGAR**

*sid 9*

**BOKA EN  
FÖRELÄSNING**

*sid 10*

**UFFES KRYSS**

*sid 11*

**ANGELA ÄR  
MÅNADSGIVARE**

*sid 12*

**SURPRISEBOX**

*sid 13*

**LILLA  
UTBILDNINGSPAKETET**

*sid 14*

**SOM FÖRÄLDER KAN MAN  
MÅNGA GÅNGER KÄNNA SIG  
OROLIG - OCH MED ALL RÄTT!**



SMAKPROV PÅ VÅR FÖRELÄSNING! →



# Fler gymnasieungdomar har testat hasch!



Hej!

Vi har valt att lägga fokus på drogen cannabis dvs hasch och marijuana i detta nummer eftersom Centerpartiets ungdomsförbund precis beslutat att de vill legalisera drogen. Det är en stor debatt, vi har valt att ta upp konsekvenserna av att använda cannabis och hoppas ni får lite mer kunskap i området. Som förälder kan man många gånger känna sig orolig.



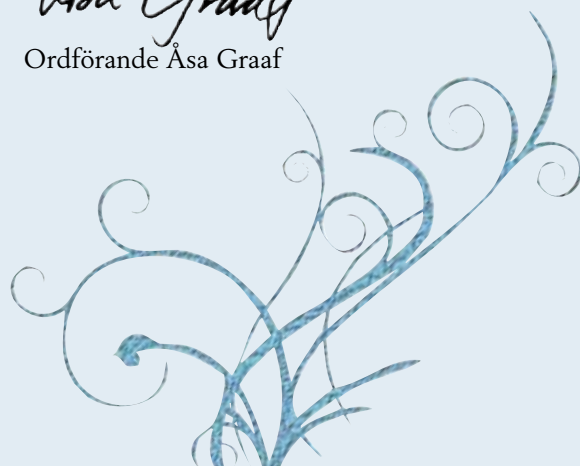
Drogliberalerna bagatelliserar ofta konsekvenserna av att ta drogen och de tar fram andra argument som gynnar deras agenda. Vad man än säger, så innehåller cannabis ämnen som är skadliga för människan. Även om man jämför med alkoholen, dess skador och kostnader.

För övrigt så får ni gärna gå med och bli månadsgivare - vi vill stärka våra utbildningskampanjer och tycker att det känns extra viktigt nu när statistiker visar att fler gymnasieungdomar har testat hasch/ cannabis.

Ha det fint

*Åsa Graaf*

Ordförande Åsa Graaf



**90** SVENSK  
KONTO INSAMLINGS  
KONTROLL



Tidningen Drogfritt.nu ges ut av Riksorganisationen 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.

## Droghampa kontra industrihampa - två olika saker

### Drogen cannabis:

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

Det har kommit in många frågor till oss angående hampa och cannabis. En del undrar varför vi inte skriver om hampan som nyttoväxt medan andra skriver in att de vill ha haschet fritt och att alla som vill röka skall få göra det när man vill.

Drogliberalerna debatterar gärna mycket om just denna drog, i alla fall med oss. Tänkte här skriva lite om hampa och några av dess olika användningsområden – självklart också att det är en drog och att drogmisbruk alltid har negativa konsekvenser.

**Hampan/cannabisen** har odlats under flera tusen år och den är ju mest känd hos oss som en drog och ett berusningsmedel snarare än som industrihampa.

### Droghampan:

I droghampan finns drygt 420 olika beståndsdelar. Det starkaste och mest utforskade av dessa ämnen är ett som kallas THC, vilket är en förkortning för delta-9-tetra-hydro-cannabinol. THC är en olja och det är ett giftigt ämne som gör en person drogpåverkad.

Eftersom THC är fettlösligt så lagras det i kroppens fettvävnad och olika organ, exempelvis hjärnan och i levern. Man

vet också att THC passerar moderkakan och påverkar fostret samt går ut i modersmjölken. Drogen bryts ner långsamt i kroppen och då samlas den i kroppens fettdepåer, vilket på lång sikt kan påverka hjärnan och skapa en avtrubning.

### Ruset

Vanligtvis röks cannabis och kallas då hasch/marijuana och ruset ger ofta starka känslor vilka blir påverkade av omgivningen. Personen kan känna sig hög, lugn, och luta sig tillbaka men man kan också se haschmissbrukare som blir oerhört fnissiga och upprymda.

När en person missbrukat länge så ser man hur han blir fundersam, bekymrad, tyst och sömning. Drogen kan också öka aptiten på sötsaker.

Skador vid haschmissbruk: Högre mottaglighet för sjukdomar och förkylningar, sämre motståndskraft p.g.a. minskat antal vita blodkroppar, yrsel, huvudvärk, lung-hjärt besvär, smärtor i rygg och ben. Män får en mindre produktion av spermier och kvinnors mens kan utebli.

### Industrihampa:

Hampan har ett annat användningsområde och används till kläder, hygienartiklar, mattor, rep, papper och även till livsmedel.

Den hampa som då används kallas industrihampa och den innehåller ingen THC – dvs det ämne som gör en person



narkotikapåverkad. Detta är en drogfri variant av hampaväxten.

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

Hampafrö från industrihampan innehåller viktiga Omega-fettsyror 3,6 och 9 vilket gör att det används både i livsmedel, i artiklar för hudvård och hårvård. Förutom fetter så innehåller fröet även fullvärdiga proteiner. I Nordamerika har det gjorts många tester och det finns ingen THC i industrihampan frön. Idag produceras och säljs det proteinpulver, proteinbars, smör och olja här i Sverige och produkterna är helt drogfria. Det görs även kläder, papper, hamparep och olika oljor av växten.

# Cannabis

## Myterna kring cannabis och användarnas argument!

Det är en stor skillnad på inställningen till cannabis idag och för 20 år sedan. Vi på Drogfritt har varit ute och föreläst på skolor och träffat lärare och ungdomar i över 20 år. Vad vi ser är att attityden till att använda cannabis har förändrats, men även attityden att "inte bry sig" har blivit vanligare. Undersökningar visar också att fler gymnasieelever använder hasch och marijuana i Sverige och att ökningen är störst i storstäderna

och i skåne. Medan i högstadiet så har det inte ökat. Det finns många myter runt denna drog och argumenten kastas fram och tillbaka. Varje gång som vi skriver om cannabis får vi ett starkt påhopp av människor som propagerar för att det skall vara fritt, samt att cannabis INTE är skadligt mm.

Vi tänkte klargöra lite runt omkring denna drog

### HÄR FÖLJER NÅGRA VANLIGA ARGUMENT SOM PERSONER SOM RÖKER CANNABIS OFTA ANVÄNDER FÖR ATT "GÖRA DET OK" ATT RÖKA OCH RÄTTFÄRDIGA SITT RÖKANDE

#### Falskt påstående:

Det finns inga studier som visar att cannabis är farligt!

#### Svar:

Det finns det visst! Under de senaste åren har ett antal studier visat att t ex hjärnan förändras pga cannabis rökning och att det blir effekter av att röka cannabis.

#### Psykiska & mentala effekter av att röka cannabis:

- försämrad förmåga till långsiktiga planeringar
- sämre koncentrationsförmåga
- sämre korttidsminne
- sämre förmåga att bearbeta information och lära sig av erfarenhet
- detta visar sig som tröghet.

#### Sänkt IQ!

Cannabisrökningen kan även sänka IQ och försämra flera hjärnfunktioner. Undersökningar visar att ju yngre man är när man börjar använda cannabis desto mer försämrar intelligensen. Så drogen har en negativ verkan på arbetsminne, tankeprocessens hastighet samt förmågan att uttrycka sig.

#### Påstående:

Cannabis är inte farligare än alkohol!

#### Svar:

Vem har sagt att alkohol skulle vara bra eller hälsosamt - dåligt argument! Cannabis och alkohol är två helt olika droger som har både kortsiktiga och långsiktiga effekter. Gemensamt är att de innehåller gifter och är beroendeframkallande samt att de påverkar människors upplevelser och ger rus. Till skillnad från alkoholen som är vattenlöslig så är cannabisen fettlöslig vilket gör att den lagras i kroppens fettrika organ som t.ex. lever, lungor och hjärna. Detta gör att cannabis kan ge mer utdragna effekter och kan påverka kroppen längre tid efter efter man har slutat att ta drogen. Dessutom är cannabis en illegal drog vilket gör det kriminellt att röka cannabis.

#### Påstående:

Cannabis är ett naturpreparat!

#### Svar:

Det finns många växter i naturen som är skadliga för människan. Ta t.ex. flugsvampen - inte skulle man äta den!

#### Påstående:

Cannabis kan inte lagras i kroppen!

#### Falskt:

Det kan det visst!

I cannabis finns en olja som kallas THC. Denna olja är fettlöslig och lagras därför i kroppens fettrika organ som t.ex. levern och hjärnan. När kroppen bryter ner THC så bildas det s.k. nedbrytningsprodukter (*metaboliter*). Dessa metaboliter och THC lagras i kroppen och kan påverka individen eftersom de sedan långsamt söndras ut igen. Man har gjort mätningar på missbrukare och upptäckt THC i kroppen i mer än 2 månader efter att drogen tagits. Man vet också att hjärnan kan påverkas en tid efter att THC inte längre kan mätas i blodet. Hur lång tid efter varierar mellan olika individer.

*källa: Folkhälsoinstitutet: Myter och argument. Agerberg, M. Kidnappad hjärna - en bok om missbruk och beroende. Statens folkhälsoinstitut, Skador av hasch och marijuana.*

# Cannabis

## Det finns ju alltid konsekvenser!



*Hur påverkas en person som röker cannabis? - Det finns ju alltid konsekvenser som vissa människor försöker "sopa under mattan och förneka"*

### CANNABIS OCH FÖRMÅGAN ATT KÖRA BIL, BUSS, FLYGPLAN OCH ANDRA MASKINER

Undersökningar visar att körförmågan försämras när en person är påverkad av cannabis. Mängden THC/ cannabis i blodet står i direkt relation till risken att orsaka en trafikolycka.

Vad som händer är att missbrukaren har sämre tidsuppfattning, sämre uppmärksamhet och koordination. Viktiga egenskaper när man kör bil, buss eller skall manövrera ett flygplan.

Alltså är dessa förare en trafikfara för andra.

### CANNABIS OCH GRAVIDITET

Man vet att THC passerar genom modern till fostret, vilket innebär att THC kan orsaka skador på fostret i magen under graviditeten.

Regelbundet cannabisrökande kan påverka fostret så det föds med minskad födelsevikt och längd.

Man har uppmärksammat några cancersorter hos barnen och även missbildningar på hjärtat.

Man har även funnit skador på barnens centrala nervsystem vilket visat sig runt fyra års ålder. Då märkte man brister hos barnen vad det gäller uppmärksamhet, brister att kunna uttrycka sig och sämre minne.

THC passerar också via bröstmjölken.

### CANNABIS OCH SJUKDOMAR

Det finns ett samband mellan rökande av cannabis och bronkit och lungcancer. Det finns en risk för att unga kan få hjärtinfarkter och stroke i samband med haschrökning, men det behövs forskas mer om detta.

Man har sett en koppling mellan testikelcancer och haschrökning.

### CANNABIS OCH VÅLD

För det mesta verkar cannabis lugnade och förslöande men det finns ändå delade uppfattningar om relationen mellan cannabis och våldshandlingar.

Man intervjuade 268 personer som alla hade dömts till fängelse för mord i staten New York. Av dessa hade 73 varit påverkade av cannabis då de mördade.

Flera av missbrukarna sa att de kände att de tappade kontrollen p.g.a. cannabisen och upplevde att drogen gjorde dem mer aggressiva.

**De sa: "drogen sänkte mina spärrar" "den gjorde mig mer aggressiv" "jag tappade kontrollen" m.m.**

Några sa också att de hade blandat alkohol och cannabis, vilket gjorde dem mer aggressiva.

*källa: Skador av hasch och marijuana; Statens folkhälsoinstitut.*

**DROGFRITT.NU HAR EN NY HEMSIDA  
GÅ GÄRNA IN OCH TA EN TITT!  
DÄR KAN NI FÅ GRATISTIPS.  
WWW.DROGFRITT.NU**

**"LÄKEMEDELSFÖRETAGEN  
LJUGER I SINA ANNONSER OM  
ANTIDEPRESSIVA MEDICINER  
OCH VILSELEDER KUNDERNA."**

**DETTA SÄGER SHAI MULINARI,  
FORSKARE VID MALMÖ  
HÖGSKOLA.**

**DE HAR HÄNVISAT TILL STUDIER  
SOM INTE FINNS  
- DETTA FÖR ATT SÄLJA MER.**

*Källa: sydsvenskan*

**GILLA OSS PÅ FACEBOOK**



**UNDER OCH EFTER "REDLINE SOUND SYSTEMS" SPELNING  
PÅ GRÖNA LUND SÅ OMHÄNDERTOGS 52 PERSONER VARAV  
FLERA BARN FÖR DROGINNEHAV OCH EGET BRUK.**

**BANDET HAR EN DROGLIBERAL SYN OCH DRAR DÄRFÖR OCKSÅ  
TILL SIG EN PUBLIK MED LIKNANDE INSTÄLLNING I FRÅGAN.**

**POLISEN KUNDE BÅDE FÖRE, UNDER OCH EFTER KONSERTEN  
OMHÄNDERTA PERSONER SOM UPPVISADE TECKEN PÅ ATT  
DE BRUKAT NARKOTIKA. TOTALT RAPPORTERADES 52 PERSONER  
FÖR EGET BRUK OCH INNEHAV. MÅNGA AV DEM SOM  
POLISEN KROPPSBESIKTADE VAR UNDER 18 ÅR.**

*Källa: www.drugnews.nu*

**KRAFTIG ÖKNING AV  
NÄTDROGER, NYA SIFFROR  
VISAR ATT BESLAGEN AV DE  
S.K. NÄTDROGERNA ÖKAT  
DUBBELT SÅ MYCKET.**

**2011 VAR DET 2420 BESLAG  
MEDAN**

**2012 VAR DET 5453 BESLAG.**

**DET FINNS FLERA ORSAKER  
MEN DEN ÖKANDE INTERNET  
HANDELS TROS VARA DEN  
STÖRSTA ANLEDNINGEN.**

*Källa: respons*

**OHÄLSOSAMMA  
LEVNADSVANOR**



**MAN RÄKNAR MED  
ATT TOBAK,  
ALKOHOL, BRIST PÅ  
MOTION OCH  
DÅLIGA KOSTVANOR  
SVARAR FÖR 20% AV  
VÅRA SJUKDOMAR.**

**DAX ATT SE ÖVER  
VÅRA VANOR  
- KANSKE.**

*Källa: socialstyrelsen*

**SVERIGE SJÄLV-  
FÖRSÖRJANDE  
PÅ MARIJUANA**



**ODLINGARNA BLIR  
FLER OCH FLER  
OCH STÖRRE OCH  
STÖRRE SÅ NU  
TROR MAN ATT  
SVERIGE HAR  
BLIVIT SJÄLV-  
FÖRSÖRJANDE.**

## Ge barnen en drogfri framtid!



**Bli månadsgivare idag!**

Det är viktigare än någonsin att informera ungdomar om alkoholens och narkotikans konsekvenser, dels för att det är lättare att få tag på samt att användande går längre och längre ner i åldrarna.

Undersökningar visar att det är extra skadligt för ungdomar att röka hasch och marijuana. Drogen lagras lång tid i t.ex. hjärnan. Eftersom ungdomarnas hjärnor inte är fullt utvecklade kan det ge hjärnskador, personlighetsförändringar och beroende. Myten att det är en ofarlig drog är inte sann.

Ditt stöd kommer att användas så vi kan nå ännu fler med information om konsekvenserna av att använda droger. Vi kan stolt säga att vi har föreläst för över 630 000 barn och ungdomar i hela Sverige, vilket gjorts möjligt av stöd från allmänheten.

Tack så mycket!

*För mer information kontakta Hanne  
på telefon 031-13 57 07 eller besök vår hemsida*



**www.drogfritt.nu**

# Alex om attityderna nu och förr

Hej kära läsare, mitt namn är Alexander Breeze och jag är 39 år gammal. Jag vill börja med att tacka dig för att du tar lite av din värdefulla tid och läser vår tidning. Ditt stöd behövs som du snart kommer förstå.

## ”20 ÅR AV SPÄNNANDE MÖTEN”

Trots att jag bara är 39 så har jag redan spenderat nästan 20 år ute på skolor, föreningar, försvaret och företag där jag hållit våra populära drogföredrag. Under alla dessa år och tusentals föredrag för hundratusentals barn, ungdomar och vuxna så har vi på Drogfritt.nu varit en stor del av drogutbildningen i våra skolor. Att föreläsa på detta sätt med möjligheten att möta så många människor i denna stora mängd över hela Sverige har gett mig ett unikt tillfälle att få följa utvecklingen bland såväl unga som gamla.

## ”INGEN TID ATT SLAPPNA AV”

Trots att drogmissbruket i stort har minskat enligt de sista studier som har gjorts från CAN, Centralförbundet för alkohol och narkotikaupplysning, så finns det ingen tid att börja slappna av och slå dank.

## ”INTE BRYR JAG MIG” - ATTITYDEN SKRÄMMER MIG

Det jag har observerat under åren är ganska skrämmande. Trots att droganvändandet har tagit en positiv vändning och minskat så finns det mycket kvar att jobba med när det gäller ungas attityd gällande droger. Jag vill inte påstå att unga har blivit mer liberala angående droger och alkohol men under de sista åren har helt klart något hänt.

## DE STORA ÄNDRINGARNA ÄR:

1) Man hör oftare nu för tiden att unga har kommit i kontakt med droger på fester och andra tillställningar. Man har alltså sett kompisar ta droger och varit i en miljö där fler människor är påverkade av droger än tidigare. 2) Den andra och kanske farligaste trenden är att förr reagerade man starkt om man hade någon i sin bekantskaps krets som höll



på med droger och man visade klart att man tog avstånd från detta. Idag har det på något sätt blivit helt OK att ha en "inte bryr jag mig"-attityd till droganvändandet och man rycker lite på axlarna och tycker: "det är ju hans liv" eller "jag vill inte blanda mig" o.s.v.

Jag hör ofta unga tala på ett väldigt nonchalant sätt angående narkotika och piller. Även om en del bara vill låta coola. Det finns många som har synen "alla har ju testat" vilket är en felaktig bild då det faktiskt har minskat.

Jag har även märkt att medias bristande ansvar runt rapporteringen av legala droger och internet droger har kraftigt spätt på denna trend.

## SVÄRARE ATT UPPTÄCKA OM NÅGON BEHÖVER HJÄLP

Att ha ungdomar som inte bryr sig om varandra leder till att det är svårt att upptäcka ett missbruk, vilket i sin tur gör att hjälpen kan komma för sent.

Vi som vuxna måste därför börja hjälpa unga att få tillbaka sin glädje och självkänsla så vi kan vända även denna trend.

Majoriteten av unga strävar att ha ett bra liv och vi måste stötta och hjälpa t.ex. att hålla fram personer att se upp till, vara bra förebilder.

Därför tackar jag alla er bidragsgivare som gör det möjligt för mig att resa runt och möta alla dessa fina ungdomar.

*"Glöm inte dagens barn är morgondagens civilisation!"*

MVH Alex på Drogfritt.nu

# 20 ÅR - av populära föreläsningar!

*Vi har i över 20 år rest land och rike runt och informerat om droger och dess konsekvenser. Rakt, enkelt och lätt att förstå med exempel som de flesta kan känns igen sig i. Inget krångligt forskar språk eller massa statistiker och rapporter.*

*Styrka i vår information är vår kommunikation, kvalitet och att vi når fram till individen och att de lyssnar. Idag har vi över 40 000 brev och dokument från lärare och elever som bekräftar detta!*

*Hör gärna av er - vi kommer gärna till er också! I person eller på film!*

**HÄR NEDAN KAN NI TA DEL AV EN BRÅKDEL!**

### HUR UPPLEVDE DU FÖRELÄSNINGEN?

*"Väldigt intressant och lärorikt. Allvar blandades med lite skoj och inte bara det vanliga "droger är farliga", utan det var mycket mer än så. Föreläsningen kändes naturlig. Det togs upp om droger, men även kopplingar till livet, som t.ex. att man behöver ett mål, så att du åtminstone har en riktning i livet."*

### VAD VAR MEST INTRESSANT FÖR DIG?

*Hur man påverkas av droger och hur det faktiskt går till om man tar en drog!"*

### HUR UPPLEVDE DU FÖRELÄSAREN?

*"Alex var otroligt trevligt och fruktansvärt rolig. Han var tydlig och förmedlade seriösa historier som han ändå drog till med en del skämt. Bästa föreläsningen jag någonsin hört, vill verkligen att han ska komma tillbaka!!!"*

### HUR UPPLEVDE DU FÖRELÄSNINGEN?

*"Han var rolig, grym och det var intressant det han sa. Han hade bra humor och fångade upp publikens uppmärksamhet."*

### VAD VAR MEST INTRESSANT FÖR DIG?

*"Alla hans historier som han eller hans vänner vart med om. Han berättade om hur kroppen reagerar vilket var oerhört intressant!"*

### VAD VAR MEST INTRESSANT FÖR DIG?

*"Hans livshistorier och att han inte förnekade sanningen, utan låter oss elever veta hur det egentligen är."*

### HUR UPPLEVDE DU FÖRELÄSNINGEN?

*"Det var en väldigt lärorik föreläsning och mycket jag hörde fastnande! Det var även en rolig föreläsning. Det var en rolig föreläsning att lyssna på. Först kul och sen lite allvarligt osv."*

### VAD VAR MEST INTRESSANT FÖR DIG?

*"När han berättade om hur reklamen är riktad."*

mer info hittar du på [www.drogfritt.nu](http://www.drogfritt.nu)



# Jag är stolt över att vara månadsgivare - och jag stödjer Drogfritt.nu i deras viktiga arbete!



**ANGELA ÄR 29 ÅR OCH NYBLIVEN MAMMA TILL DOTTERN ALEXIE**

*Hon bor tillsammans med sin sambo och dotter strax utanför Stockholm.*

*Angela jobbar som barnskötare samt att hon extrajobbar på Sats som dansinstruktör för barn.*

*Angela har aldrig prövat droger, men många i hennes ålder höll på.*

*Hennes räddning var hennes brinnande intresse för musik, vilket fick henne att börja på Estetiska Musiklinjen och hon medverkade i många konserter på kyrkor, skolor m.m.*

**DROGFRIITT.NU:**

**VARFÖR BESTÄMDE DU DIG FÖR ATT BLI MÅNADSGIVARE?**

**ANGELA:**

**JAG ÄLSKAR BARN!**

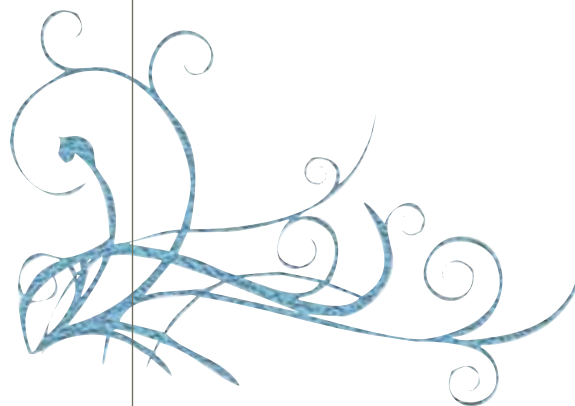
Det är viktigt att stödja de som vill ha bort drogerna. Droger förstör så många människors liv.

Jag minns att jag som liten såg alkoholister och missbrukare sitta på parkbänkar, hur de mädde och hur de hade förstört sina liv.

Jag vill verkligen inte att det ska hända mitt barn eller någon av mina nära.

Jag vill få bort drogerna helt enkelt.

Jag gillar sättet som Drogfritt arbetar på – information som når fram och som alla förstår!



**DROGFRIITT.NU:**

**VAD TYCKER DU ÄR VIKTIGT MED INTRESSEN OCH MÅL I LIVET SOM UNG?**

**ANGELA:**

Det är väldigt viktigt. Det håller en person sysselsatt med något som betyder något.

Det höll mig utan för allt det där med droger. Jag hann inte gå in i sånt och på så sätt hamnade jag inte i fel umgänge.

**DROGFRIITT.NU:**

**VAD BLEV SKILLNADEN NÄR DU BLEV MAMMA?**

**ANGELA:**

När jag blev mamma fick jag ett helt annat perspektiv på livet.

Det handlade inte bara om mig längre utan om min dotter också.

Jag skall göra allt jag kan för att skapa en bra uppväxt för henne.

En av de saker vi vill är att ge Alexie är en drogfri uppväxt.

Vi ger henne mycket kärlek, uppmärksamhet, bekräftelse och vi leker mycket med henne.

Jag är säker på att hon inte kommer vilja söka efter den kärleken någon annanstans om vi ger henne den här hemma och visar att vi finns där för henne.

All tid och kärlek som vi lägger ner på våra barn kommer vi att få tillbaka. Det bara vet jag!

## Maj månads "SURPRISEBOX" blev ett bordhockeyspel och en tröja!!!

Varje månad ger vi bort en "Surprisebox" till någon av våra månadsgivare! Den kan innehålla vad som helst - t ex spel, resecheckar, kläder olika överraskningar.

Surpriseboxen gick till vår trogna månadsgivare Malin Magnusson i Skåne!

På bilden ser ni David Nordström, medlem i Svenska bordshockeylandslaget med ett spillans nytt Stiga hockeyspel.

David ingår tyvärr inte i Surpriseboxen men det gör spelet plus en tröja med I say No drugs loggan på!

Vill du ha chans på juni månads surprisebox? Gå med direkt och bli månadsgivare så har du chansen! Ingen vet än vad det finns i den boxen!

Gå in på [www.drogfritt.nu](http://www.drogfritt.nu) och skriv in dig idag - din hjälp behövs för att utbilda fler barn och ungdomar om droger.



# LILLA UTBILDNINGSPAKETET

Vi har tagit fram ett paket där ni får grunderna om droger, olika preparat och dess effekter på kropp, sinne och på samhället. Informationen är enkelt att använda och lätt att ta till sig. Passa på och beställ nu! **500** kronor

## VAD SOM INGÅR I DETTA PAKET ÄR:

### 1. DVD

DVDn innehåller åtta enkla och kortfattade avsnitt om droger som är mycket lätta att förstå och ta till sig. Avsnitten tar bl a upp:

- Varför tar man droger?
- Resultatet av ett missbruk
- Droger är ett gift
- Fysiskt och mentalt beroende
- Vad är en flash-back?
- Droger fastnar i kroppen.

"Bra och informativa. Filmerna fångade mitt intresse och jag kände att jag ville se alla delarna med en gång" *Vanessa - företagare och mamma*



### 2. Boken om Knark och Sånt

Tidigare upplagor har redan sålts i över 30 000 ex. Boken innehåller information och berättelser från människor som varit beroende av droger som kokain, LSD, ecstasy, hasch, marijuana, alkohol, tobak, GHB/GBL, vissa läkemedel, snifningspreparat, anabola steroider, spice mm. Den är 140 sidor och i färg.

"Detta är viktig och lättförståelig information och den behövs just nu i vår internationella tid, med alla kontakter via nätet.

I den här utmärkta boken med färgstarka illustrationer presenteras droger i var sitt kapitel med luftig layout:

Dess historia, utseende, bruk, verkan, skador på kort och lång sikt, beroende och abstinens.

Den här boken bör finnas nära ungdomarna. Det blåser drogliberala vindar i vårt land och i den globala värld ungdomarna rör sig i, och trots forskning finns det olika uppfattning i olika länder om knarkets farlighet.

Således: viktig läsning för föräldrar, skolpersonal, ungdomsledare, ungdomsmottagningar och framförallt ungdomarna själva!"

Utdrag från lektor Ulla Britt Westelius recension/ BTJ

