Lidköpings kommun

Tigrinja

SÄG NEJ TILL DROGER

ንኹሉኹም ኣባጽሕ - ነኣሽቱ ክትረድኡ ትኽእሉ ኢኹም!

ሰላም ኣገዳሲ ዝኾንካ በጽሒ!

ትፈልጥ`ዶ መንእሰያት፡ ትምባኾ፡ ኣልኮላዊ-መስተ ወይ ውን ዕጸ-ፋርስ ካብ ምጥቃም ክቑጠቡ ዝገብር ቀንዲ ረቋሒ፡ ስድርኦም ወይ ውን ካልኦት ኣገደስቲ ዝኾኑ ኣባጽሕ ከየቐጥዑ ዝብል ምዃኑ።

ኣመለኻኽታኻ ንጹር ምስዝኸውን ውላድካ ከምዚ ዓይነት ነገር ካብ ምፍታን ውን ክቑጠብ ይኽእል እዩ። መጽናዕታት ከምዝሕብሮ፡ እቶም ብትምህርቶም ዕጉባት ዝኾኑ፡ ንጥፈታት ድሕሪ ትምህርቲ ዘለዎም ከምኡ ውን ምስ ወለዶም ጽቡቕ ዝምድና ዘለዎም መንእ ሰያት፡ ግዳይ ወልፈታት ትምባኾ፡ ኣልኮላዊ መስተ ወይ ውን ድሮጋ ክኾኑ ዘሎ ተኽእሎ ትሑት እዩ።

ጽኑዕ ወላዲ ምዃን፡ ትብዓትን ተጻማምነትን ጥራይ ዘይኮነ፡ንውሽ ጣውን ግዳማውን ዓለም ህጻናትን መንእሰያትን ዝምልከት ኣፍልጦ ውን ይሓትት። እቲ ጸገም ናብ ደቂ-ካልኦት ሰባት ከተጸግዖ ናይ ምድላይ ዝምባለ እኳ እንተሃለወ፡ እቲ ጉዳይ ግን ንኹላትና ደቅኻ ውን ከየተረፈ ዝትንክፍ እዩ።
ኣብዚ ዝስዕብ ገለ ሓጋዚ ዝበልናዮ ምኽሪታት ክንዝርዝር ኢና።

ኣገዳሲ ኣስተዋጽኦታት ንስኻ ከም በጽሒ ክትገብሮ እትኽእል፡

- ምስ ወላድካ መዓልታዊ ተዘራረብ። ክትፈልጥ ህንጡይ ኩን። ሕቶታት ሓቲትካ ጽን ኢልካ ስማዕ።

- ንጹር ዝኾነ ደረታት ኣቐሚጥካ፡ ኣቕልብ። ኣልኮላዊ-መስተ ካብ ምቕራብን ምዕዳግን ተቖጠብ። ዕብይ ዝበሉ ኣሕዋትን መሓዙትን ኣብቲ ዝርርብ ኣሳትፎም ኢኻ።

- ኣብ እዋን ዕረፍቲ፡ ምሸትን ቀዳመ-ሰንበትን ምስ ውላድካ ርክብ ይሃሉኻ። ምስ ኣዕሩኽ ውላድካን ወለዶ ምን ተላለ ኢኻ። ብሓባር ኴንኩም ንጹር ደረታት ክተው ጽኡ ትኽእሉ ኢኹም።

- ኣብጽሕ፡ ኣምጽእ ደሃይ ውን ግበር። ምሸት ውላድካ ገዛ ዝመጽእ ከይደቀስካ ጽናሕ።

- ሻቕሎት ምስ ዝህልወካ - ውሽጥኻ ብምስማዕ፡ ከሎ ጌና ደስ ዘይብል ምልክታት ክትርኢ እንከለኻ ስጉምቲ ውሰድ።

ኣልኮላዊ-መስተ

ኣልኮላዊ-መስተ እቲ ቀዳማይ ዝበዝሑ ህጻናት ዝቐ ምስዎን ዘዘውትርዎን ድሮጋ እዩ።ኣልኮል ዳርጋ ንኹሉ ክፋላት ኣካላትና ዝጸሉ መርዚ እዩ።   እቶም ኣካሎምን ሓንጎሎምን መሊኡ ዘይማዕበለ ነኣሽቱ መንእሰያት ንጽልዋ ኣልኮል ዝያዳ ተኣፈፍቲ እዮም። መንእሰያት ኣልኮላዊ-መስተ ክሰትዩ እንከለዉ፡ ኣብ ሽግርን ሓደገኛ ዝኾነ ኩነታትን ክሽመሙም ይረኣዩ እዮም። ፈጸምቲ ገበን ወይ ውን ግዳያት ገበን ክኾኑ ይኽእሉ። ኣብ መንጎ ኣልኮልን ካልኦት ድሮጋን ውን ምትእስሳር ኣሎ እዩ። ምስቶም ኣልኮል ዘይሰትዩ ክነጻጸር እንከሎ፡ ኣልኮል ዝሰቲ መንእሰይ ዕጸ-ፋርስ ከዘውትር ልዑል ተኽእሎ ኣሎ።

ኣብ ከተማ ሊንሾፒን፡ ካብ ኣልኮል፡ ትምባኾን ካልእ ኒኮቲን ዘለዎ ባእታታትን ወጻኢ ኣብ ዙርያ መንእሰያት ካብ ዝረኣዩ ድሮጋ፡ ካናቢስ፡ ከም ናርኮቲካ ዝቕጸሩ ኣፋውስን ኣደንዛዚ ጋዝን እዮም። ኩሎም ባእታታት ግዳይ ስነ-ኣእምሮኣውን ኣካላውን ሕማማት ክትከውን ይገብሩኻ።

ኣብ እዋን በዓላትን ምዕጻው ቤት-ትምህርትን ዝውተራ ኣልኮላዊ-መስተ ልሙድ እዩ። ውላድካ ሓደ ምሸት ከምሲ ምስዝኸውን፡ ከም ወላዲ ወይ ውን ተሓታቲ፡ ኬድካ ንገዛ ከተምጽኦ ድሉው ኴንካ ክትጸንሕ መታን፡ ባዕልኻ ኣልኮላዊ-መስተ ካብ ምስታይ ተቖጢብካ ከተምሲ ኣለካ።

ናርኮቲካ

ናርኮቲካ፡ ካብ ዘይሕጋዊ ዝኾነ ባእታታት ዝቖመ፡ ንጥዕና ሓደገኛ ዝኾነን ጽግዕተኛ ወልፊ ክትከውን ዝገብረካ ዓይነት ድሮጋ እዩ። ኣብዚ ሕጂ እዋን፡ ናርኮቲካ ብቐሊሉ ክርከብ ዝኽእል ኮይኑ፡እቲ ሕቶ ኸኣ፡ ውላደይ ናርኮቲካ ክረክብ ይኽእልዶ ዘይኮነስ፡ መዓስዩ ኣብ ከምኡ ክወድቕ ዝብል እዩ። ናርኮቲካ ተረካባይ ኮይኑ፡ ብመገዲ ኢንተርነትን ማሕበራዊ-መራኸቢታትን ዝሸየጥ ዳርጋ ኹሎም ደርቢታት ሕብረተ-ሰብ ዘህል ኽዎ ኮይኑ ንረኽቦ። ውላድ ኣየነይቲ ስድራዩ ብዘየገድስ፡ ዝኾነ ህጻን ናርኮቲካ ኣብ ዘለዎ ዙርያ ክወድቕን ምጥቃም ክፍትንን ይኽእል እዩ።

ካናቢስ

ኣብ ክሊ መንእሰያት ኣዝዩ ዝውቱር ዝኾነ ናርኮቲካ፡ ካናቢስ እዩ። ካናቢስ ሓባራዊ መጽውዒ-ስም ኮይኑ፡ ሓሺሽን ማሪዋናን ገለ ካብቶም ኣዝዮም ፍሉጣት ዝኾኑ ዓይነታት ካናቢስ እዮም። ዝበዝሑ ካብቶም ካናቢስ ዘትክኹ መንእሰያት፡ ካናቢስ ደስታ ከምዝፈጥረሎምን ደስታን ሰሓቕን ከምዝወርሶምን ይዛረቡ። ብዜካዚ ርግኣትን ተዛንዮም ከምዝስምዖም ውን ይገልጹ። ይኹን እምበር፡ ካናቢስ ውን ዘይተደልየ ሳዕቤን ኣለዎ። እቲ ባእታ ንሓንጎል ስለዝጸሉ፡ኣብ ሓሳብ-ምጥሓልን ዝንግዐን ከስዕብ ይኽእል። ካብ ዘጋጥም ነዊሕ ግዜ ዘየቕጹረ ነገራት ናይ ምርሳዕ ጸገም ዘስዕብ ብምኳኑ፡ ሓድሽ ክትመሃር ኣጸጋሚ ኮይኑ ክትረኽቦ ይገብረካ። ቃዝኖት፡ ኣርዓዲ ስምዒታት ከምኡ ውን ጭንቀት ገለ ካብቶም ብእስ ዝበሉ ሳዕቤናት ናይ ካናቢስ እዮም።

ዝውታረ ካናቢስ ካልእ ብርክት ዝበለ ማሕበራዊ መዘዛት ውን ከስዕብ ይኽእል እዩ፡ ጸገም ኣብ ቤት-ትምህርቲ፡ ምቕያር ኣዕሩኽ ከምኡ ውን ኣብ ገዛ ዝፍጠር ግጭታት። ውላድካ ናርኮቲካ ዘዘውትር ምስ ዝኸውን፡ ስራሕ ክረክብ ይኹን ፍቓድ መለማመዲ ምዝዋር ማኪና ከውጽእ ክጽግሞ ይኽእል።

ዝበዝሑ ሰባት፡ ኣልኮላ ክሰትዩ እንከለዉ እዮም፡ ካናቢስ ምትካኽ ዝጅምሩ። ካናቢስ ምስቲ ከም ናርኮቲካ ዝቁጸር ትራማዶል ዝተሰምየ መድሃኒት ሓዊስካ ምውሳድ ውን ልሙድ እንዳኾነ መጺኡ ኣሎ። መንእሰያት ኣብ ናይ ግሊ ፌስታ ከምስዩ እንከለዉ እዮም፡ ብመገዲ ዓርኮም ወይ ውን ዓርኪ-ዓርኮም ኣቢሎም ብቐሊሉ ካናቢስ ክረኽቡ ዝኽእሉ።

ከም ናርኮቲካ ዝቍጸሩ ኣፋውስ

እቶም ከም ናርኮቲካ ዝቝጸሩ ኣፋውስ፡ ሓኪም ዝኣዘዘልካ ምስዘይኮኑ፡ ከተዘውትሮም ብሕጊ ክልኩል እዩ። እቲ ፈውሲ ንኻልእ ግጉይ መዓላ ምስእተውዕሎ፡ እቲ ዝጥቀመሉ ሰብ ይህሰ ጥራይ ዘይኮነስ፡ ውሉፍ ናይቲ መድሃኒት ውን ክኸውን ይኽእል። ንኻልእ ሰብ ዝተኣዘዘ ከም ናርኮቲካ ዝቍጸር ኣፋውስ ምጥቃም ብሕጊ ክልኩል እዩ።

ከም ናርኮቲካ ዝቝጸሩ ንምስካር ዝዝውተሩ ኣፋውስ፡

በንሶድያዘፒነ፡ ከምኡ ውን ከም ኤክሳኑርን ሶብሪልን ዝኣመሰሉ ዘድቅሱን ዘረጋግኡን ኣፋውስ።

ኦፕዮደር፡ ከም ትራማዶል ከምኡ ውን ኦክሲቶሲን ዝኣመሰለ ጸረ-ቓንዛ ዝኾነ መድሃኒታት።

ትምባኾን ካልእ ኒኮቲን ዘለዎ ፍርያታትን

ትምባኾ ካብ ገረብ-ትምባኾ ዝተዋጽአ እዩ። እቲ መርዛም ዝኾነ ኒኮቲን ዝተሰምየ ባእታ ዝሓዘ ኮይኑ፡ ግዙእ ወልፉ ክትከውን ውን ዝገብር እዩ። ገለ ፍርያት ካብ ምሉእ ቆጽሊ ትምባኾ ዘይኮነ፡ ካብ ገረብ-ትምባኾ ዝተዋጽአ ኒኮቲን ዝሓዘ እዩ። ዝቕመስ ትምባኾ፡ሽጋራ ከምኡ ውን ሺሻ፡ ገለ ኣብነታት ፍርያት ትምባኾ እዩ። ጻዕዳ ዝቕመስ ትምባኾ፡ ኤለክትሮኒካዊ-ሽጋራን ገለ ኣብነታት ናርኮቲካዊ ፍርያታት እዮም። ኤለክትሮኒካዊ-ሽጋራ ካብዛ ዝሓለፈት ዓመት ጀሚሩ ብመንእሰያት ብብዝሒ ክዝውተር ተራእዩ እዩ።

ውጽኢት ትምባኾን ኒኮቲንን ዝኾኑ ባእታታት ምቍራጹ ኣጸጋሚ ዝኾነ ቅልጡፍ ናይ ምውላፍ ኲነታት ዝፈጥር ባእታታት እዩ። ኣብ መንጎ ዝውታረ ትምባኾ፡ ኣልኮልን ናርኮቲካን ሓያል ምትእስሳር እሎ። መጽናዕቲታት ከምዝሕብሮ፡ እቶም ትምባኾ ካብ ምጥቃም ዝቝጠቡ ሰባት፡ ካልእ ድሮጋ ክፍትኑ ዘሎ ተኽእሎ ኣዝዩ ጸቢብ እዩ። ኣይፋል ናይ ወለዲ ወሳኒ ተራ ክጻወት ይኽእል እዩ።

ኣደንዛዚ-ጋዝ

ኣደንዛዚ-ጋዝ ኣብ መዳይ ክንክን-ጥዕና ዘገል
ግል እኳ እንተኮነ፡ንኻልእ መዓላ ዝፈሪ ዝሸየጥ
ኣደንዛዚ-ጋዝ ውን ኣሎ እዩ። እቲ ኣብ መዳይ
ክንክን-ጥዕና ዘገልግል ኣደንዛዚ-ጋዝ፡ሕዋስ ኦክሲ
ጆን ዘለዎ ኮይኑ፡ እቲ ንዘይመድሃኒታዊ ዕላማ ዝፈሪ
ግን ከምቲ ዝድለ ዝተደባለቐ ኣይኮነን። ክትሰክር
ኢልካ ኣደንዛዚ-ጋዝ ክትጥቀም እንከለኻ፡ ሕጽረት-
ኦክሲጆን ዘኸትለልካ ኮይኑ፡ ተደጋጋሚ ዝውታረ
ኹኣ፡ ናይ መትኒታት ሃስያ ከስዕብ ይኽእል። እቲ
ንዘይመድሃኒታዊ መዓላ ዝፈሪ ኣደንዛዚ-ጋዝ ኣብ
ድኳናትን ኢንተርነትን ይሸየጥ። ኣደንዛዚ-ጋዝ ናይ
ዕድመ-ደረት ዘይብሉ ከም ናርኮቲካ ጌርካ ውን
ዘይተወሰደን እዩ። ኣደንዛዚ-ጋዝ ኣብ ነኣሽቱ ብሩር
ዝሕብሩ እየር ወይ ውን ኣብ ዓበይቲ ሰመያዊ
ዝሕብሩ እየር ተዓሺጉ ይሸየጥ።

ጠላዕ

ጠላዕ፡ካብ ዝሕከኽ ሎቶሪ-ትሪስ ክሳብ ኣብ ካዚኖ
ታት ምጽዋት የጠቓልል። ኣብ ሽወደን ጠላዕ ንም
ጽዋት ብዕድመ 18 ዓመት ዝመላእካ ክትከውን
ኣለካ። ውሉፍ ጠላዕ ምኳን ካብ ውሉፍ መስተን
ካልእ ድሮጋን ምኳን ፈሊኻ ዝርአ ኣይኮነን። ምኽ
ንያቱ፡ እቲ ኣብ ሓንጎልን ዝርከብ ስርዓተ-ዓስቢ
ብተመሳሳሊ ኣገባብ ስለዝጽሎ። ጠላዕ ምጽዋት
ኣብ ገንዘብካ፡ ዝምድናታትካን ጥዕናኻን ኣሉታዊ
ጸገማት የኸትል።

ብዛዕባ፡ ኣልኮል፡ ካልኦት ድሮጋታትን ጠላዕን ተወሳኺ ሓበሬታ ኣብዚ ዝስዕብ መርበብ-ሓበሬታ ኣለካ።

www.drugsmart.se

ምፍላጡ ጽቡቕ ዝኾነ ነገራት!

ውለዲ ንሳዕቤን ኣልኮል ዕሽሽ
ብምባል፡ ኣልኮል ክቐርቡ
ምርኣይ ዝገርም እዩ። ይኹን
እምበር፡ እቶም ብወለዶም ኣልኮል ዝቐ
ረበሎም መንእሰያት፡ ካብቶም ብወለ
ዶም ዘይቅረበሎም፡ ዝያዳ ከምዝሰትዩ
ዝተገብሩ ዳህሳሳት ይሕብሩ። ውጽኢት
ናይቲ ዳህሳስ ከምዘነጽሮ፡ዝበዝሑ መን
እሰያት ወለድኻ መስተ ክዕድጉልካ ጌጋ`ዩ
ኢሎም ይኣምኑ።

ከም ወላዲ መጠን ውላድካ
ካናቢስ የዘውትር ምኳኑ ክት
ፈልጥ ኣጸጋሚ ኮይኑ ክትረኽቦ
ትኽእል ኢኻ። ድኻም፡ ዘይተገዳስነት፡
ምቕያሕ-ዓይኒ፡ ምቁር ነገራት ምብላዕ፡
ምርቃቕ ጠባይ፡ ገለ ካብቶም ውላድካ
ድሮጋ ይጥቀም ምህላዉ ክሕብሩ
ዝኽእሉ ምልክታት እዮም። እቲ ምልክ
ታት ኮተቴ ምስ ምኳን ዝተተሓሓዘ ውን
ክኸውን ይኽእል እዩ።

ኣብ ልዕሊ ዝተፈላለዩ ድሮጋ
ዘሎ ኣመለኻኽታ ኣሉታዊ
ኣንፈት እንዳሓዘ መጺኡ እዩ።
ኣብዚ ሕጂ እዋን፡ ብዙሓት መንእሰያት፡
ትምባኾ፡ ኣልኮል ወይ ውን ናርትኮቲካ
ምጥቃም ሳዕቤን ከምዘይብሉ ጌሮም
ዝወስዱ መንእሰያት ብዙሓት እዮም።
ስለዝኾነ ከኣ፡ ኣልኮል፡ ናርኮቲካ፡
ኣደንዛዚ-ዕጽ፡ ትምባኾ፡ ኒኮቲን ዘለዎ ባእ
ታታት፡ ጠላዕን ከስዕቦ ዝኽእል ሓደጋታ
ትን ሃስያን ዝምልከት ኣፍልጦ ንምዕባይ
ክንሰርሕ ኣለና።

እቲ ኣሻቓሊ ዝኾነ ምዕባለ
ከኣ፡ መሸጣን ምቅማምን
ዝተፈላለዩ ዓይነታት ድሮጋ
ብመገዲ ኢንተርነትን ገጻት ማሕበራዊ-
መራኸቢታትን ዝካየድ ምኳኑ እዩ።
እቶም ዝተፈላለዩ ገጻት ማሕበራዊ መራ
ኸቢታት ከመይ ይዓዩን ንምንታይ የገል
ግሉን፡ክትፈልጥን ተገዳስነት ከተሕድርን
ፈትን።

ምድራት ተረካብነት ኣልኮልን ናርኮቲካን

ብስቱር ንፖሊስ ክትሕብር ትኽእል ምኺንካ ብዙሕ ሰብ ክፈልጦ ኣለዎ። ኣብ መርበብ-ሓበሬታ ፖሊስ polisen.se ኢልካ ብምእታው እቲ ጥብቆ ኣብ ላዕሊ ንወገን የማን ኣለካ። ምሕባር ኣዝዩ ቀሊል ምኺኑ፡ ንኻልኦት ህጻናትን ወለድን ከምኡ ውን ካልኦት ከም ሰራሕ ተኛታት ቤት-ትምህርትን ማእከል ንጥፈታት ዕረፍትን ዝኣመስለሉ ኣባጽሕ ሓብር ኢኻ። ብኸምዚ ኸኣ፡ ፖሊስ ነቲ ኣብ ኣብያተ-ትምህርታትን ካልእ መንእሰያት ዝዓስልዎ ቦታታትን ዝርከብ ናርኮቲካ ንምእላዩ ዝተሓጋገዝዎ ሰባት ከምዝበዝሑ ትገብር።

ብዛዕባ`ዚ ዝምልከት ሻቕሎት ወይ ውን እትፈልጦ ነገር ምስዝህልወካ፡ ብስቱር ንፖሊስ ኣ polisen.se ኢልካ ብምእታው ክትሕብር ትኽእል ኢኻ።

መሳንይቲ - ነዚ ዝስዕብ የገልግሉ

ባኮ-ሽጋራ ከም ልምዲ፡ ቆጽሊ ሓሺሽን ካልእ ቀመ ማትን ንምሕባእ የገልግል። ማስቲካ ምሓዝ፡ ካልእ መዳህለሊ ሜላ እዩ። ብዙሓት ሰባት ጨና ዝተክኽ ነገር ንምጥፋእ ማስቲካ ወይ ውን ጨና ይጥቀሙ። ኣብ መንጎ ሽጋራ ምትካኽን ካናቢስ ምዝውታርን ሓያል ምትእስሳር ኣሎ።ንመንእሰያት ሽጋራ ካብ

ምትካኽ ከምዝቑጠቡ ብምግባር ከኣ፡ ካናቢስ ካብ ምጥቃም ከምዝር ሕቑ ውን ትገብር።

እቶም ካናቢስ ዘዘው ትሩ መንእሰያት፡መጠቕለሊ ኣይፈልዩን እዮም። ኣብ ጅብኦም መጠቕለሊ ምስእንረክብ፡ዝበዝሐ ግዜ የዘ ውትሩ ምዃኖም ይሕብር።

ትራማዶል ብብዝሒ ኣብ ኢድ ፖሊስ ዝኣቱ ዘሎ ባእታ እዩ። ባዶ ባኮታት ኣፋውስ ምርካብ እቶም መንእሰያት ትራማዶል ይጥቀሙ ምህላዎም፡ዘመ ላኽት እዩ።

ካናቢስ ቅድሚ ምጥቕላ ልካ ነቶ ቆጽሊ ንምጽራይ እተገልግል ግራይንደር ዝተ ሰምየት ጠሓኒት ኣላ። ነታ ጠሓኒት ምስእትኸፍታ፡ ዝበዝሐ ግዜ ተረፍ-መረፍ ናይቲ ቀጠልያ ዝሕብሩ ማሪዋና ዝተስመየ ካናቢስ ትረኽበላ።

ናርኮቲክ ንምምዛን እተ ገልግል ዲጂታላዊት-ሚዛን ዝሓዘ ሰብ፡ ድሮጋ ይሽይጥ ምዃኑ ትሕብ ረና። ዝበዝሐ ግዜ፡ ኣብታ ሚዛን ተረፍ-መረፍ ናር ኮቲካ ንረክብ። ከምዚ ኦም ዓይነት ሰባት፡ ወትሩ ኣዝዩ ብዙሕ ጥረ-ገንዘብ ሒዞም ንረኽቦም። ዝዓበየ ክፋል ናይቲ መሸጣ ብመገዲ ስውሽ ዝካየድ እኳ እንተኾነ፡ ሽያጣይ መብ ዛሕትኡ ግዜ ብጥረ-ገንዘብ ክትከፍሎ እዩ ዝመርጽ።

ሽያጦ ከም ልምዲ ተራ ተለፎን ይጥቀሙ። ከምዚ ዓይነት ተለፎን ዝሓዘ ሰብ ምሻጥ ከምዝጀመረ ክት ግንዘብ ትኽእል።

ኣብ ጅባ፡ ኣብ ኣፉ ቀይሕ ሽራጥ ዘለዎ መትሓዚ-ጎማታት ምርካብ፡ ዝበዝሕ ግዜ ተረፍ ናርኮቲካ ዝሓዘ እዩ።

ሓዊ ዝተጸልወ ቆጽሊ ዝበዝሕ ግዜ ኣብ ባኮ ሽጋራ ሰኩዕካ ይሕባእ።

ሓገዝ ዝሓተት ግዜ ሓሊፉ'ዩ ኢልካ ካብ ምሕታት ድሕር ኣይትበል።

ውላድካ፡ ትምባኾ፡ ኣልኮል፡ ካልእ ድሮጋ ምዝውታር ወይ ውን ጠላዕ ምጽዋት ጀሚሩ`ሎ ኢልካ ምስእትጥርጥር - **ሕቶታታትን ሓገዝን ክትሓትት ክትደፍር ኣለካ።** እቲ ኣገዳሲ ምኽንያት መሻቐሊኻ ዘይኮነ፡ ስጉምቲ ምውሳድ እዩ። ሕማቕ እንዳረኣኻ ዓይንኻ ኣይት ዓምት። ኣይትትሓለል ተስፋ ውን ኣይትቑረጽ። ንሓደ ሰብ፡ ግዳይ ቅጥዒ ዘይብሉ ዝውታረ ድሮጋ ከይኮነ እንከሎ፡ ብኣግኡ ክትኮልፎ ይቐልል። ምስ ቤት-ትምህርቲ ውላድካን ካልእ ዝርከበሉ ማእከላት ተዘራረብ። ሓገዝ ዝሓተተሉ ግዜ ሓሊፉ'ዩ ኢልካ፡ ካብ ምሕታት ድሕር ኣይትበል። **እቲ ጸገም ኣባኻ ጥራይ ዝወረደ ኣይኮነን!**

ንተወሳኺ ሓበሬታ ከምዚ ዝስዕብ ግበሩ

ማእከል ምኽሪ

ቤት-ጽሕፈት ማሕበራዊ ኣገልግሎት

መምህር ወይ ውን ክፍሊ-ጥዕና

ተመሃሮ

ኣብ ግዳም ዝነጥፉ ሴክሬታረ

ምንጪ - ኣገልግሎ ድጋፍ ወለዲ

መቐበሊ ማእከል መንእሰያት

ናብ www.lidkoping.se/nejtilldroger ንምእታው፡ ነዚ ኳድራቲኖ-ኮድ ስካን ግበሮ

ወይ ውን ናብ ቍጽሪ ማእከል-ርኽክብ 0510-77 00 00 ደውል

SÄG NEJ TILL DROGER

እዚ ብሮሹር ውጽኢት ናይቲ ኣብ መንጎ ምምሕዳር ከተማ ሊድሾፒንን ፖሊስ ዞባ ደቡባዊ ስካራቦሪን ዘሎ ሓቢርካ ናይ ምስራሕ ጻዕሪ እዩ።

እትፈልጦ ነገር ኣሎ`ዩ?
ንነብስኻን ብጻይካን ርዳእ!

እትፈልጦ ነገር ብመገዲ ናይቲ ኣብ ኢንተርነት ዝርከብ ስቱር መመልከቲ ጌርካ ሓብር።
እቲ ሓበሬታ፡ ፖሊስ ገበናት ንምኹላፍን ምቅላስን ይሕግዞ እዩ።

ብምትሕብባር ምስ፡

Lidköpings kommun

Polisen