NARKOMANIA



Wakacje to okres wzmożonej działalności dealerów narkotykowych. Szukając nowych odbiorców swojego towaru, nie wahają się wciągać w uzależnienie ludzi bardzo młodych, a nawet dzieci.

Pamiętaj, że biorąc narkotyki:

- oszukujesz samego siebie;
- nie masz czasu dla przyjaciół;
- zabierasz sobie radość;
- narażasz się na uzależnienie;
- zmniejszasz swoją sprawność fizyczną i intelektualną;
- zachowujesz się nieprzewidywalnie nawet dla siebie;
- pozbawiasz się wolności;
- inni mogą tobą kierować;
- niszczysz organizm i narażasz się na wczesną śmierć.

Jeśli ktoś częstuje Cię narkotykami lub czymś, czego nie znasz i obiecuje miłe doznania, a ty nie wiesz jak się zachować, porozmawiaj o tym z osobą zaufaną, może to być ktoś bliski albo inny dorosły, lub zatelefonuj do:

Zespół ds. Prewencji Kryminalnej, Nieletnich i Patologii Sekcji Prewencji Komendy Miejskiej Policji w Słupsku
Tel. 59 848 03 55, 59 848 03 25

który zapewni ci pełną anonimowość.

ZWRÓĆ UWAGĘ NA OTOCZENIE!

O kontakcie osoby z narkotykami świadczą następujące zachowania:

- nagłe i nieuzasadnione niepowodzenia w nauce;
- niczym nieuzasadnione zmiany nastroju;
- późne powroty do domu w stanie typowym dla upojenia alkoholowego (niewyraźna, bełkotliwa mowa, „wodniste" oczy, powiększone źrenice), lecz bez zapachu alkoholu;
- nocowanie poza domem bez wcześniejszych uzgodnień;
- agresywne zachowanie się lub nagłe wybuchy paniki i lęku;
- utrata łaknienia i nagły spadek wagi ciała;
- zaczerwienienie i obrzęk powiek, wąskie lub nazbyt powiększone źrenice;
- posiadanie substancji przypominających narkotyki - tabletki, biały, kremowy lub brązowy proszek, zielone pokruszone liście;
- specyficzne akcesoria - małe foliowe torebki, papierowe kopertki, bibułka papierosowa, szklane lufki, fajki, kawałki srebrnej folii, kolorowe znaczki z nadrukami.

Młodzi ludzie sięgają po narkotyki ponieważ:

- nie chcą czuć się „gorsi";
- zaspokajają ciekawość;
- nie potrafią odmówić;
- naśladują dorosłych;
- pragną pokonać własną nieśmiałość i kompleksy;
- nie radzą sobie z problemami;
- chcą zwrócić na siebie uwagę;
- nudzą się.

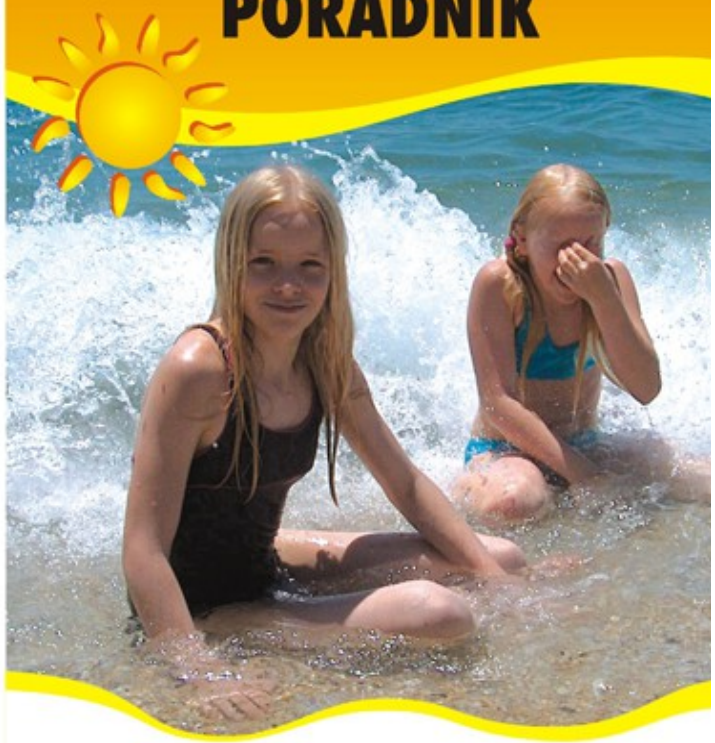
Pamiętaj! Zawsze możesz liczyć na pomoc niżej wymienionych służb ratunkowych.

TELEFONY ALARMOWE

Policja	**997**
Straż pożarna	**998**
Pogotowie ratunkowe	**999**
Telefon ratunkowy /sieci komórkowe/	**112**

Urząd Miejski w Słupsku

PORADNIK



ABC BEZPIECZEŃSTWA NA WAKACJACH

Czy wiesz jak się zachować?

Wydział Spraw Obywatelskich i Bezpieczeństwa

WYPOCZYNEK NAD WODĄ



Nie zawsze pamiętamy, że woda - nawet ta pozornie najspokojniejsza - jest groźnym, niebezpiecznym żywiołem. Większość utonięć oraz poważnych uszkodzeń ciała, doznanych podczas kąpieli, jest rezultatem lekkomyślności.

Dlatego pamiętaj:

- kąp się tylko w miejscach do tego przeznaczonych i odpowiednio oznakowanych, przestrzegaj regulaminu kąpieliska i poleceń ratowników;
- nie wchodź do wody natychmiast po jedzeniu, po grach sportowych, po dłuższym opalaniu się lub gdy jesteś jeszcze rozgrzany;
- przed kąpielą skorzystaj z natrysku. Jeżeli go nie ma ochłodź wodą głowę, kark i klatkę piersiową. Nigdy nie skacz na głowę do nieznanej wody. Przed każdym pierwszym skokiem sprawdź głębokość i dno. Nie skacz do wody płytszej niż 2,5 m.;
- bezwzględnie wystrzegaj się alkoholu.

POŻAR



Pożar to niekontrolowane spalanie w miejscu, w którym nie wolno palić ognia.

Gdy zauważysz pożar:

- wezwij straż pożarną - nr 998 lub 112 z telefonu komórkowego;
- niezwłocznie opuść miejsce pożaru;
- zaalarmuj dorosłych.

Podczas pożaru:

- jeżeli pali się trawa, papier, drewno, meble, ubrania - do gaszenia użyj wody;
- gdy pali się rozlana benzyna, nafta, rozpuszczalniki - zduś ogień kocem, kurtką, płaszczem;
- gdy pali się urządzenie elektryczne - wyjmij wtyczkę z gniazdka sieciowego, zduś płomień kocem - nigdy nie polewaj wodą urządzeń elektrycznych będących pod napięciem.

PAMIĘTAJ!

- ogniska rozpalaj tylko w miejscach oznakowanych przez służbę leśną i nadzorowanych przez osoby dorosłe;
- zabawa zapałkami to pożar, który może zniszczyć Twój dom, szkołę lub las, na którego odnowienie potrzeba wielu lat;
- w żadnym wypadku nie próbuj „majsterkować" przy sprzęcie podłączonym do gniazdka elektrycznego, a tym bardziej przy samym gniazdku;
- unikaj miejsc, gdzie leżą beczki, pojemniki czy puszki niewiadomego pochodzenia, nie tylko ze względu na łatwopalne ale również trujące substancje, które mogą się w nich znajdować;
- gdy znajdziesz przedmiot przypominający granat lub jakikolwiek pocisk nie dotykaj go, nie próbuj go rozbierać i pod żadnym pozorem nie wrzucaj do ognia. Wybuch może spowodować Twoją śmierć lub trwałe kalectwo. O znalezieniu niewypału zawiadom dorosłych.

PRZESTĘPCZOŚĆ



Ludzie bardzo młodzi a nawet dzieci, często są ofiarami bandyckich rozbojów i wymuszeń. Dzieje się tak dlatego, że sprawca - najczęściej działający z zaskoczenia - typując potencjalną ofiarę wybiera tę, która jego zdaniem będzie stawiała najmniejszy opór. Powodem ataku może być np. Twój telefon komórkowy czy rower, ale również rzeczy dużo mniej wartościowe - modna czapka lub buty.

Dlatego też zapamiętaj nasze rady:

- bądź zorientowany, wiedz co się wokół Ciebie dzieje - pilnuj się;
- dbaj o swoją sprawność fizyczną;
- sprawiaj wrażenie pewnego siebie i ufaj we własne siły;
- nie korzystaj z ofert podwiezienia przez obcych;
- w porze wieczorowo-nocnej nigdy nie wracaj do domu samotnie;
- unikaj miejsc nie oświetlonych, przechodnich bram i zarośli.

Jeżeli jednak zostaniesz napadnięty...

- jeśli nie masz szans na ucieczkę czy też skuteczną obronę, nie staraj się za wszelką cenę walczyć z napastnikiem, lepiej oddać mu komórkę czy portfel, nie ryzykując przy tym życiem czy zdrowiem;
- typowy rabuś ma mało czasu i zadowoli się nawet małą kwotą - zawsze lepiej oddać parę złotych niż zostać pobitym;
- natychmiast powiadom policję o zdarzeniu - upływający czas oddala szansę zatrzymania napastnika;
- postaraj się przekazać policji jak najwięcej szczegółów, każda informacja może okazać się bezcenna, zwłaszcza jeśli dotyczy wyglądu sprawcy, jego charakterystycznych cech zachowania: chodu, mowy czy kierunku oddalenia się;
- pamiętaj aby nie zacierać żadnych śladów pozostawionych przez złoczyńcę, a zwłaszcza nie dotykać przedmiotów, z którymi wcześniej się stykał.

ZAWSZE, KIEDY DZIEJE SIĘ COŚ ZŁEGO, KAŻDY, NAWET DZIECKO MOŻE ZADZWONIĆ NA NUMER ALARMOWY POLICJI 997