



ንወላዲ ሓቻዊ ጽሑፋዊ ወረቀቲ 3:

እዚ ብዛዕባ ሓደገኛ እጸ ጥራይ ኣይኾነን

ሓደገኛ እጸ ንናይ ሰብነት ከምኡውን ኣተሓሳስባ ንክልወጥ ብጀኻ መግቢ ዝውሰድ ካልእ ሰበሰታንን ንጥረነገር እዩ።

ኣልኮሆል ሓደገኛ እጸ ከምዝኾነ ትፈልጥዮ?

ኣልኮሆልን ካልኣት ሓደገኛ እጸ ነንሕዲኡ ድርብ ዝተፈላለዩ ጸገም ኣለዎ። ሰባት ነዘም ክጥቅሙ ሓደ ዓይነት ከይኾነውን ከምዝኾኑልን ብጣዕሚ ከምዝፈላለውን ይኸእል።

ብኣልኮሆልን ካልኣት ሓደገኛ እጸ ዚመጽእ ጸገማት ዝውሰኖ ቦቲ ዝተፈላለዩ ኮነታት ውሕደት ከምዝኾነውን፤ እዞምውን:

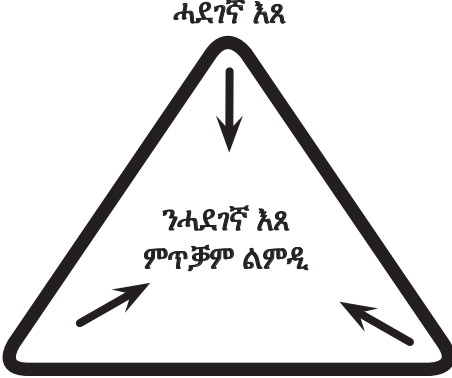
- ነቲ ሓደገኛ እጸ ተጠቓማይ - ዕድመ፤ ቐድም ሕጂ ሓደገኛ እጸ ምጥቓም፤ ወዲ ወይኻዓ ኣነስታይ፤ ሕጉስ ምዃን፤ ምብስጫው፤ ምጭናቕ
- ሓደገኛ እጸ ዝውሰደሉ ቦታ - ምስ ዓርኪ/ መሓዙት ወይኻዓ ዘይትፈልጦም፤ ኣብ ጥቓ ማይ፤ ንምዝዋር ድሌት
- ዝውሰድ ሓደገኛ እጸ - ኣይኑ ሓደገኛ እጸ፤ ብከመይ ከምተጠቐምካሉ፤ ምስካልኣ ሓደገኛ እጸ እንተተጠቐምካ

ስሚዒት ዝልወጥ ሓደገኛ እጸ ናይ ምጽላዓዊ/psychoactive ሓደገኛ እጸ ይባሃል። ኣብ ሓደ ሰብ ኣተሓሳስባ፤ ስሚዒትን ባህሪያትን ጸገም ክፈጥር ይኸእል።

ናይ ሓደገኛ እጸ ኣጠቓቕማ ሰለስተ ሓሳባት/ Triangle

እዚ ሓሳብ ዘርእዮ ናይ ሓደገኛ እጸ ምጥቓም ባዘም ነገራት ብከመይ ጸገምን ጉድዓት ከምጽእ ከምዝኾኑል እዩ።

ነዚ ብምፍላጥ ሓደገኛ እጸ ምጥቓም ንምግላጽ ዘጽግም ከምዝኾነን ሓደ ሰብ ብሓደገኛ እጸ ዘጋጥም ንምንታይ ጽቡቕ ስሚዒት ከምዝኾነ ብኸልእ ሰብ ድማ ሓደ ዓይነት መጠን ወሲዶ ፍሉይ ዝበለ ኣንጻራዊ ኮነታ ከጋጥም ዝኸእል።



ዝተፈላለዩ ኮነታት፤ ቦታታት፤ ኣተሓሳስባ፤ ልምዲ ተምኲሮን ማሕበራዊ ጉጅለታት ንሓደ ሰብ ሓደገኛ ንምውሳድ ወይኻዓ ዘይምውሳድ ተጽዕኖ ከሕድረሉ ይኸእል። ከምኡውን እዞም ኮነታት ካብ ሓደ መዓልቲ ናብ ቐጻላይ መዓልቲ ይልወጥ እዩ። ኩላኡትና ዝተፈላለዩና ከምዃና ምፍላጥ ኣገዳሲ እዩ!

ብዛዕባ ናይ ውላድኻ ሓደገኛ እጸ ምጥቓም ዝኾነ ዘተሓሳስበካ ጉዳይ ክትዘራረብ እንከሎ ብናቶም ድሕንነት ሓለዎ ጠመት ምግባር ኣገዳሲ ከምዝኾነ፤ ንዘለዎም ሻቕሎት ንምስማእ፤ ንዘጨነቐኻ ብምንጋርን ጉድዓት ናይ ምብጻሕ ልምዲ ክፍጠር ዚኸእል ኮነታ ክፈልጡ ምግባር።

መብዛኡትኡ መንእሰያት ምስ ኣልኮሆል ወይኻዓ ሓደገኛ እጸ ጸገም ከይነበሮም የግዳስ ደገፍ ብዘለዎ ከባቢ ሕቶታት ብምሕታት ሓቻዊን ግልጺ ዝኾነ መልሲ ብምሃብ ውላድካ ክፈልጥ ምግባር እዚውን ንስኻ ብዝደሌካዮ ከምዝርድኦምን፤ ዋላኻ ኣብቲ ጸገም ኮነታ ውሽጢ ተኣተውእውን ክሳብ መጨረስታ ምስኣቶም ከምዝኾንኻ እዩ። (ንዝበለጸ መረዳእታ ኣብ ወላዲ ሓቻዊ ጽሑፋዊ ወረቀቲ 1 ንምርኣይ፡ ብዛዕባ ኣልኮሆልን ካልኣት ሓደገኛ እጸታት ምዝርራብ ኣብ SDERA ዌብሳይቲ ይርከብ።)



ሓገዝን ምኽሪ ምድላይ

ንስኻ ጥራይ አይኾንካን። ብዘለኻ ከሳታ ብጣዕሚ ጽቡቅ ሓገዝ ንምርካብ ክትጥቅመሉ ትኽእል ኣገልግሎታት ኣለው። ከምኡ'ውን ንሓኪምካ፣ ብናትኻ ከባቢ ናይ ማሕበረሰብ ኣልኮሎልን ሓደገኛ ኣገልግሎት ክተዘራርብ ትኽእል ወይኻዓ።



ንዘበለጸ ሓበሬታ ንምርካብ

SDERA
 ስልኪ: (08) 9402 6415
 ኢሜል: sdera.co@education.wa.edu.au
 ዌብሳይት: www.sdera.wa.edu.au

ናይ ኣውስትራሊያ ኣልኮሎልን ሓደገኛ እጸ ፋውንዴሽን
 ዌብሳይት: www.adf.org.au

ምፍላጥ ንሓደገኛ እጸ
 ዌብሳይት: www.drugaware.com.au



ንሓገዝ

ናይ ሓገዝ መስመር/Meth Helpline
 ኣብ መዓልቲ 24 ሰዓታት ኣብ ሰሙን 7 መዓልታት ብናጻን ምስጢራዊ ብዝኾነ መሃኸርቲን ናብ ዝምልከቶ ምልኣኽ
 ስልኪ: 1800 874 878
 ኢሜል: alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au
 ዌብሳይት: alcoholdrugsupport.mhc.wa.gov.au

ብኣልኮሎልን ሓደገኛ እጸ ናይ ደገፍ መስመር
 ስልኪ: (08) 9442 5000
 ስልኪ: 1800 198 024 (ኣብ ሃገረሰብ ኾይኖም ንዝድውሉ)
 ኢሜል: alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au

ንወለዲን ስድራቤት ናይ ሓደገኛ እጸ ደገፍ መስመር
 ስልኪ: (08) 9442 5050
 ስልኪ: 1800 653 203 (ኣብ ሃገረሰብ ኾይኖም ንዝድውሉ)
 ኢሜል: alcoholdrugsupport@mhc.wa.gov.au

ንኣርጂናል ኣልኮሎልን ሓደገኛ እጸ ኣገልግሎት
 ስልኪ: (08) 9221 1411
 ኢሜል: info@aada.org.au
 ዌብሳይት: www.aads.org.au

ናይ ትርጉም ኣገልግሎታት

እንግሊዝኛ ናይ መጀመርታ ቋንቋኹም እንተዘይኾይኑ ብናጻ ናይ ትርጉም ደገፍ ብናይ ትርጉምን ኣስተርጓሚ ኣገልግሎት ኣቢሉ ክትረኽቡ ትኽእሉ።
 ስልኪ: 131 450

ናይ ምዝራብ ወይኻዓ ምስማእ ጸገማት

ዘይትሰምእ ጸገም እንተኾይንካ፤ ወይኻዓ ናይ ምስማእ ወይኻዓ ምዝራብ ጉድለት ጸገም እንተሃልዩካ ንሃገራዊ መተሓሰፊ ኣገልግሎት ኣዘርቡ።
 ስልኪ: 1800 555 660
 ኢሜል: helpdesk@relayservice.com.au
 ዌብሳይት: www.relayservice.gov.au

