

PRAVDA O

JOINTU

Za kouřovou clonou této drogy
se skrývá netušené nebezpečí

Maruška
Marijánka Joint
Tráva zelí
Hulení skunk

ŘEKNI **NE** DROGÁM – ŘEKNI **ANO** ŽIVOTU



PROČ VZNIKLA TATO BROŽURA

Drogy zničí každoročně miliony životů. Nejvíce zneklidňujícím aspektem tohoto problému je škoda, kterou užívání drog způsobuje mezi naší mládeží – a hrozba, kterou tato skutečnost představuje pro budoucnost každé země. Se stále se zvyšujícím počtem mladých lidí, kteří jsou uvedeni do světa drog, je nezbytně nutné poskytovat veřejnosti vzdělávací materiály s fakty o jejich nebezpečích.

Tato brožura je věnována těm organizacím a jedincům, kteří pracují na záchraně ostatních před pustošivými vlivy drog. Společnost těmto lidem dluží svůj vděk za jejich společné snažení a my doufáme, že tato brožura jim v tomto jejich snažení pomůže.

Je smutné, že se někteří členové společnosti snaží užívání drog propagovat a šířit kvůli vlastnímu zisku nebo výdělku – což je skutečnost odhalená již tolikrát, že jejich rétorika nemůže nikoho zmást.

CO JE MARIHUANA?

Marihuana je termín používaný k označení vysušených květů, semen a listů indického konopí. Na ulici se používá řada dalších názvů, například: špek, gandža, tráva, brčko, rostlina, joint, hulení, zelí, marijánka, skunk, skéro, maruška, marihuana a další.

Hašiš je jinou formou této drogy a vyrábí se z pryskyřice květů indického konopí. Nazývá se též haš, šit (z anglického shit) nebo bahno a je přibližně šestkrát silnější než marihuana.

„Kanabis“ popisuje všechny drogy vyrobené z indického konopí – včetně marihuany a hašiše.

Bez ohledu na použitý název je tato droga halucinogen – tedy substance, která narušuje způsob, jakým mysl jedince vnímá okolní svět.

Chemická látka v kanabisu, která toto narušené vnímání vytváří, se nazývá delta-9-tetrahydrocannabinol (THC). Množství THC obsažené v jednotlivých dávkách marihuany se může podstatně lišit, ale obecně lze říct, že v poslední době se množství THC v pěstovaných rostlinách zvýšilo.




JAK JE UŽIVÁNA?

Marihuana je nejrozšířenější nelegální drogou na světě. Průzkum provedený v roce 2002 odhalil, že jen ve Spojených státech kouřilo marihuanu nejméně jednou v posledním měsíci před provedeným průzkumem 14 milionů jedinců.

Marihuana je obvykle kouřena ve formě cigarety (joint), ale lze ji kouřit i v dýmce. Méně často je míchána s jídlem a konzumována nebo uvařena jako

čaj. Uživatelé někdy rozeberou cigáro, odstraní z něj tabák a nahradí ho marihuanou – takovému cigáru se říká „blunt“. Do jointů a bluntů se někdy přidávají jiné, silnější drogy, například crack nebo PCP (uklidňující prostředek pro zvířata).

Když člověk kouří jointa, obvykle cítí jeho účinek během



Marihuana je směs vysušených listů, stonků, květů a semen rostliny konopí. Je obvykle zelená, nahnědlá nebo šedá.

Hašiš je tmavá, hnědá nebo černá pryskyřice, která je vysušená a slisovaná do tyčinek, hranolů nebo koulí. Během kouření se z marihuany i hašišu uvolňuje výrazný zápach po spáleném listí.

SLANGOVÉ NÁZVY

několika minut. Okamžité pocity — zvýšený srdeční tep, zhoršená koordinace a rovnováha, stav „snící“ myslí, stav myslí mimo realitu — vyvrcholí během prvních 30 minut. Tyto krátkodobé účinky obvykle pomínou za dvě nebo tři hodiny, ale mohou trvat i déle v závislosti na množství, které uživatel přijal, množství THC v droze a přítomnosti dalších drog přidaných do směsi.

Protože typický uživatel marihuany vdechuje větší množství kouře a drží ho v plicích déle než kuřák cigarety, mají jointy vážný vliv na jeho plíce. Kromě nepohodlí souvisejícího s bolavým krkem a kašlem bylo zjištěno, že konzumace jednoho jointu vystavuje plíce takovému množství rakovinotvorných chemických látek jako vykouření pěti cigaret.

Psychické následky užívání marihuany jsou stejně kruté. Kuřáci marihuany mají horší paměť a nižší mentální schopnost než lidé, kteří marihuanu neužívají.

Zvířata, kterým vědci podávali marihuanu, dokonce trpěli celkovým poškozením mozku.

Marihuana:	Zelí
Maruška	Kouření
Tráva	Hulení
Rostlina	Kanabis
Kytka	Joint
Skunk	Prd
Gandža	Grass
Brko	Hašiš:
Majoránka	Čaras
Špek	Haš
THC	Šit
Marijánka	




MARIHUANA A JEJÍ POZADÍ

Rostlina konopí, z níž se vyrábí kanabisové drogy jako je marihuana a hašiš, je pěstována jako halucinogen více než 2 000 let.

Ačkoliv kanabis obsahuje přes 400 různých chemických látek, hlavní složkou, která ovlivňuje mysl, je THC. Množství THC v rostlině konopí určuje účinnost drogy. Množství THC obsažené v rostlině ovlivňuje počasí, půda a další faktory. Avšak díky využití moderních pěstitelských technik vyvinuli pěstitelé konopí odrůdy kanabisu,

které mají mnohem vyšší hladiny THC než rostliny pěstované v minulosti. Obsah THC dosahoval v roce 1974 jedno procento z jakéhokoli množství marihuany, v roce 1994 se zvýšil až na 4 procenta.

Jedna z forem kanabisu nazvaná Sinsemilla (termín pochází ze španělštiny a znamená „bez semínek“) může mít obsah THC od 7,5 až do 24 procent. Množství THC v hašiši je ještě vyšší.



ALKOHOL VERSUS MARIHUANA



Je kouření jointa totéž jako
pití alkoholu?

Posuďte sami. Zde jsou fakta:

Alkohol obsahuje jedinou substanci: etanol.
Marihuana obsahuje přes 400 známých
toxických a rakovinotvorných látek.

Alkohol je z těla uvolněn během několika
hodin; THC zůstává uložené v tělesném
tuku po celé měsíce, možná i déle. Takže
osoba, která kouří dva až tři jointy týdně,
je neustále pod vlivem drogy.

THC poškozují imunitní systém.
Alkohol nikoliv.

Není naším
záměrem
bagatelizovat
rizika spojená
se zneužíváním
alkoholu, který
může být stejně
nebezpečný.

Avšak alkohol,
je-li užíván střídavě, nepůsobí těžké škody.
Kanabis, který je téměř výlučně užíván jako
prostředek k vyvolání opojení, je mnohem
nebezpečnější, i když je užíván jen v malých
množstvích. Jeho aktivní látka se totiž ukládá
v tělesném tuku.

MEZINÁRODNÍ STATISTIKY

Podle Organizace spojených národů užívá marihuanu 161 milionů lidí na celém světě — tedy 4 procenta světové populace. Více než 94 milionů lidí ve Spojených státech ji užilo alespoň jednou.

Během 12 měsíců užívalo marihuanu denně nebo téměř denně 3,1 milionu lidí.

V roce 2002 vyprodukovalo Mexiko přibližně 7 900 tun marihuany, Kolumbie 4000 tun.

Není tedy divu, že 58 procent dospívajících ve věku mezi 12 a 17 lety se domnívá, že tráva je snadno dostupná. Američtí kuřáci marihuany vydali v roce 2000 za drogu přibližně 10,5 miliardy dolarů.

- V roce 2002 byla marihuana třetí nejčastěji zmiňovanou drogou v souvislosti s návštěvami zdravotnických zařízení kvůli potížím způsobeným drogami.
- Podle Evropského monitorovacího centra pro drogy a drogovou závislost je hlášena nejvyšší míra konzumace marihuany a hašiše z České republiky. Přes 22 procent dospívajících a dospělých ve věku 15–34 let bylo pod vlivem kanabису jen za poslední rok. Podle dalšího průzkumu má zkušenost s kanabísem v České

republiky 56,2 procent
osmnáctiletých.

- V roce 2002 bylo 44,2 procent všech zatčení ve Spojených státech, souvisejících s obviněními z drogových zločinů, právě kvůli marihuaně. V tomtéž roce byl proveden průzkum látek obsažených ve vzorku moči vězňů, v němž mělo 57% mužů pozitivní nález užití marihuany.
- Z dospělých lidí starších 26 let, kteří užívali marihuanu ještě před dovršením patnácti let, 62 procent užilo v určitém momentu svého života kokain; 9 procent alespoň jednou užilo heroin a 54 procent užilo psychoaktivní léky pro jiné než léčebné účely.
- Vedle alkoholu je marihuana druhou nejčastěji nalezenou drogou v tělech řidičů, kteří se stali oběťmi smrtelných dopravních nehod.



DESTRUKTIVNÍ ÚČINKY MARIHUANY

O kamžitě účinky užívání marihuany zahrnují zrychlený srdeční tep, dezorientaci, nedostatečnou koordinaci těla, často následovanou depresí nebo ospalostí. Někteří uživatelé trpí záchvaty paniky nebo úzkosti.


Problém zde však nekončí. Aktivní látka kanabisu, THC, zůstává uložena v tukových buňkách a orgánech jako je mozek, pohlavní žlázy (varlata a vaječníky), slezina, játra a plíce.

Co to pro vás znamená? I když přestanete drogu užívat, můžete se po celé měsíce nebo dokonce roky potýkat se škodlivými fyzickými a psychickými vedlejšími účinky.

Kouření marihuany a hašiše způsobuje větší poškození plic než kouření tabáku. Riziko rakoviny plic je u kuřáků marihuany mnohonásobně vyšší než u kuřáků cigaret. Marihuanový kouř obsahuje o 50 až 70 procent více rakovinotvorných látek než ten cigaretový a jeden joint odpovídá 5 tabákovým cigaretám. Chroničtí kuřáci marihuany často trpí bronchitidou a záněty dýchacího ústrojí.

Marihuana mění strukturu spermatu a deformuje jeho buňky. I malá množství marihuany mohou u mužů způsobit dočasnou neplodnost.





Užívání marihuany může narušit menstruační cyklus ženy. Těhotná žena, která pravidelně kouří marihuanu nebo hašiš, může předčasně porodit dítě s nedostatečnou porodní velikostí a hmotností.

Studie prokázaly, že duševní funkce lidí, kteří kouřili spoustu marihuany, jsou oslabené a zmenšené. THC obsažené v kanabisu narušuje nervové buňky mozku a negativně tak ovlivňuje paměť.

Kanabis je jednou z mála drog, které způsobují abnormální dělení buněk, což vede k těžkým

dědičným vadám. Během posledních deseti let se uživatelům marihuany narodilo mnoho dětí se sníženou iniciativou a schopností se koncentrovat a jít za svými životními cíly. Studie také naznačily, že předporodní užívání drog může u dětí způsobit vady, duševní deformace a zvýšené riziko výskytu leukémie.

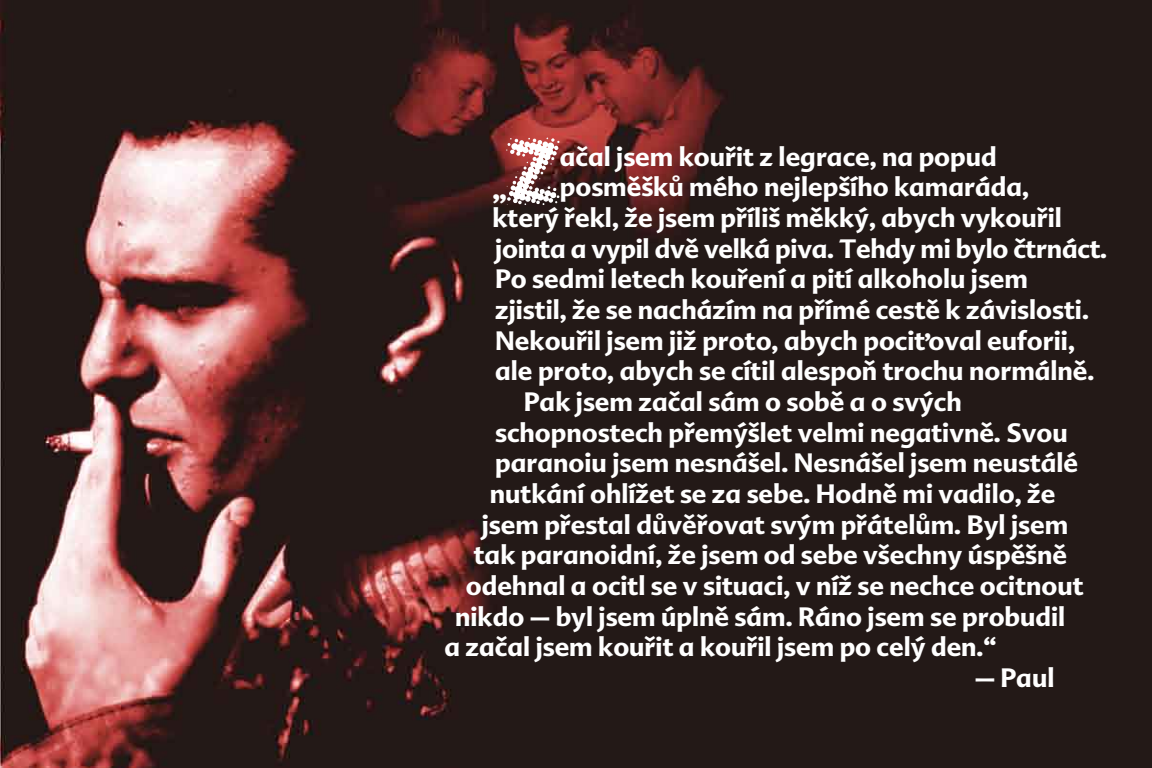
KRÁTKODOBÉ ÚČINKY

- Deformace smyslového vnímání
- Panika
- Úzkost
- Chabá koordinace pohybů
- Snížení schopnosti reagovat
- Po počátečním „nakopnutí“ se uživatelé cítí ospalí nebo deprimovaní
- Zvýšený srdeční tep (a riziko infarktu)

DLOUHODOBÉ ÚČINKY

- Snížená odolnost vůči běžným nemocem (nachlazení, bronchitida atd.)
- Potlačení imunitního systému
- Poruchy růstu
- Zvýšení počtu abnormálně vyvinutých buněk v těle
 - Snížení mužských pohlavních hormonů
 - Rychlé ničení plicních tkání a poškození (zranění) mozku mohou být trvalého charakteru
 - Snížení pohlavní schopnosti
 - Potíže se studiem: snížení schopnosti učit se a zapamatovat si nové informace
 - Apatie, závratě, ztráta motivace
 - Změny osobnosti a nálad
 - Neschopnost správného porozumění





Začal jsem kouřit z legrace, na popud „posměšků mého nejlepšího kamaráda, který řekl, že jsem příliš měkký, abych vykouřil jointa a vypil dvě velká piva. Tehdy mi bylo čtrnáct. Po sedmi letech kouření a pití alkoholu jsem zjistil, že se nacházím na přímé cestě k závislosti. Nekouřil jsem již proto, abych pocíťoval euforii, ale proto, abych se cítil alespoň trochu normálně. Pak jsem začal sám o sobě a o svých schopnostech přemýšlet velmi negativně. Svou paranoiu jsem nesnášel. Nesnášel jsem neustálé nutkání ohlížet se za sebe. Hodně mi vadilo, že jsem přestal důvěřovat svým přátelům. Byl jsem tak paranoidní, že jsem od sebe všechny úspěšně odehnal a ocítl se v situaci, v níž se nechce ocitnout nikdo — byl jsem úplně sám. Ráno jsem se probudil a začal jsem kouřit a kouřil jsem po celý den.“

— Paul

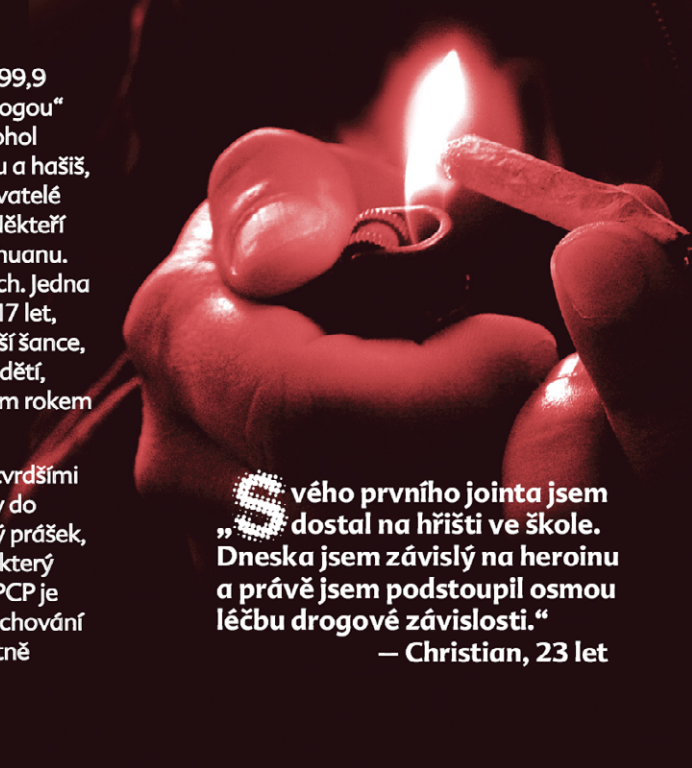
NA CESTĚ K DROGOVÉ ZÁVISLOSTI

Protože se odolnost vůči droze zvyšuje, může marihuana vést uživatele ke konzumaci silnějších drog, aby dosáhli stejně intenzivního opojení. Když účinky začínají plevovat, osoba se může uchýlit k silnějším drogám, aby se zbavila nechtěných stavů, které ji kdysi vedly k užívání marihuany. Samotná marihuana nevede člověka k užívání

jiných drog — lidé užívají drogy, aby se zbavili nechtěných situací nebo pocitů. Droga jen na chvíli (marihuana) maskuje problém (když je uživatel v opojení). Jakmile „rauš“ pomine, nechtěný stav či situace se vrátí mnohem intenzivněji než předtím. Uživatel pak může sáhnout po silnějších drogách, protože marihuana již dále „nefunguje“.

Naprostá většina uživatelů kokainu (99,9 procent) začala nejdřív se „vstupní drogou“ jako je marihuana, cigarety nebo alkohol. Jistěže ne každý, kdo kouří marihuanu a hašíš, začne užívat tvrdé drogy. Někteří uživatelé se k tvrdým drogám neuchýlí nikdy. Někteří přestanou sami od sebe užívat i marihuanu. Ale někteří sáhnou po tvrdších drogách. Jedna studie zjistila, že u mládeže od 12 do 17 let, která užívá marihuanu, je 85 krát větší šance, že začne s kokainem a že 60 procent dětí, které marihuanu kouří před patnáctým rokem života, skončí na kokainu.

Marihuana je někdy kombinována s tvrdšími drogami. Jointy jsou někdy namáčeny do PCP, silného halucinogenu. PCP je bílý prášek, který je dostupný i ve formě roztoku, který je pak užíván společně s kanabidem. PCP je známé jako látka způsobující násilné chování a vytvářející těžké fyzické reakce včetně záchvatů, komatu a dokonce smrti.



Svého prvního jointa jsem dostal na hřišti ve škole. Dneska jsem závislý na heroinu a právě jsem podstoupil osmou léčbu drogové závislosti.“

— Christian, 23 let



ZA KOUŘOVOU CLONOU

Užívání marihuany není škodlivé jen pro samotného kuřáka trávy. On sám se také může stát ohrožením pro společnost.


Průzkum provedený ve Velké Británii odhalil, že 74 procent řidičů – kuřáků marihuany řídilo pod vlivem této drogy. A 70 procent z těchto kuřáků – řidičů přiznalo, že droga měla špatný vliv na jejich řízení. Přesto mnoho dotazovaných kuřáků trávy trvalo na tom, že řízení pod vlivem marihuany je v pořádku – dokonce i když jsou „hodně zkouřeni“.

Studie provedená v Austrálii odhalila, že osoby pod vlivem marihuany byly odpovědné za 4,3% smrtelných dopravních nehod.

Je téměř nemožné vyrůstat v Americe a nebýt vystaven drogám. Tlak vrstevníků nutící mladé lidi experimentovat s drogami je vysoký a pravdivé informace o nebezpečích drog nejsou vždy k dispozici.


Řada lidí vám řekne, že marihuana není nebezpečná. Uvažujte nad tím, kdo vám tuto informaci říká. Jsou to stejní lidé, kteří se vám snaží prodat pytlík s trávou?

Marihuana může poškodit paměť uživatele – a tento vliv může trvat



Učitel ve škole, do které jsem chodila, kouřil tři až čtyři jointy denně. Přivedl ke kouření jointů řadu studentů – mě nevyjímaje. Jeho dealer mě pak donutil užívat heroin, což jsem učinila bez odporu. Tehdy jsem měla pocit, jako by bylo mé vědomí již mrtvé.“

– Veronique, 19



dny a týdny poté, co okamžité účinky drogy pominou. V jedné studii byla skupina těžkých kuřáků marihuany požádána, aby si vybavila slova uvedená na seznamu. Jejich schopnost správně si zapamatovat slova se vrátila do normálu až čtyři týdny poté, co přestali kouřit.

Studenti, kteří užívají marihuanu, mají horší známky a menší pravděpodobnost přijetí na vysokou školu než studenti, kteří marihuanu nekouří. Jednoduše nemají tytéž schopnosti pamatovat si a používat informace jako jejich kolegové, kteří tyto drogy neužívají.

POSELSTVÍ RODIČŮM:

Čtete-li tuto brožuru a jste-li rodičem, zvažte toto: Mladí lidé jsou nadějí budoucnosti. Jaký je to ale příslib, když jsou ti, kdo budou zítra řídit tuto společnost, dnes ničení prostřednictvím drog? Mluvte se svými dětmi. Věnujte jim svůj čas. Naslouchejte jejich problémům a sdílejte jejich sny. Podporujte jejich snažení. Povzbuzujte jejich dobrou vůli a jejich odpovědnou nezávislost. Hovořte s nimi o nebezpečích užívání a zneužívání drog. Svému dítěti tak můžete zachránit život. U dětí, které byly poučeny o rizicích užívání drog od svých rodičů, bylo o 36 procent méně kuřáků marihuany než u dětí, které takto poučeny nebyly.

POSELSTVÍ MLADÝM LIDEM:

Smyslem této brožury je poskytnout vám informace o nebezpečích drog. Podělte se o předkládané informace, pohlédněte na uvedená fakta a udělejte si vlastní názor. Buďte ochotni mluvit o drogách se svými rodiči – vaši rodiče vám mohou pomoci.

Za všemi důvody, které lidé uvádějí jako ospravedlnění svého užívání marihuany a hašiše, stojí krutá realita. Zkorumpovaní, nevědomí nebo lhostejní jednotlivci, kteří šíří poselství: „Jointy nejsou nebezpečné.“ Bohužel, do této pasti padá řada lidí.

Doufáme, že jsme vám pomohli, abyste se nestali jedním z nich. Ale pamatujte si – nejlepším řešením drogového problému je nikdy je nezačít brát.

Pravda o drogách

Drogy jsou v podstatě jedy. Užité množství určuje jejich účinek.


Malé množství stimuluje (zvyšuje aktivitu). Větší množství funguje jako sedativum (potlačuje aktivitu). Stále se zvyšující množství působí jako jed a může dotyčného zabít.

To platí pro kteroukoliv z drog. Liší se pouze množství potřebné k dosažení účinku.

Mnoho drog má však další vlastnost: přímo ovlivňují mysl. Tím, že znovu aktivují zážitky z minulosti uživatele pod prahem jeho vědomí, mohou výrazně narušit způsob,

jakým uživatel vnímá události kolem sebe. Výsledkem je, že se jednání uživatele může jevit jako divné, iracionální, nepatřičné a dokonce destruktivní.

Drogy zablokují veškeré pocity – ty žádoucí i ty nechtěné. A zatímco mohou drogy přinášet krátkodobou úlevu od bolesti, zároveň ničí schopnosti a čilost uživatele a zatemňují jeho myšlení. Nakonec má člověk na výběr mezi tím, zdali umře s drogami nebo bude žít bez nich. Drogy ochudí život o ta potěšení a radosti, která jsou ve své podstatě jediným smyslem života.

A photograph of a sunset over the ocean. The sky and water are a deep, warm red. In the foreground, a concrete pier extends into the water. Two people are standing on the pier, their silhouettes dark against the bright light. The sun is low on the horizon, creating a bright reflection on the water's surface. The overall mood is serene and contemplative.

Nejlepším řešením
samozřejmě je zcela
se vyhnout drogám.
Užívání drog
není řešením.

Přesto, že jsou následky drog strašné a závislému připadá jeho situace beznadějná, drogový problém má řešení a v širším měřítku lze válku proti drogám vyhrát.

Prvním krokem je pochopení důvodů, které člověka přivedly do pasti drogové závislosti. V květnu 1969, kdy mezinárodní drogová krize dosáhla svého vrcholu, spisovatel a humanista L. Ron Hubbard napsal: „Když je člověk deprimován nebo trpí bolestí a léčba mu nepřináší fyzickou úlevu, nakonec sám zjistí, že drogy ho zbavují těchto příznaků.

Téměř ve všech případech psychosomatických bolestí, neklidu nebo nepohodlí se člověk snaží nalézt lék na své potíže.

Když nakonec zjistí, že jen drogy mu poskytují úlevu, oddá se jim a stane se na nich závislý a nakonec si na ně vytvoří návyk.“

Dospívání a život v tomto světě mohou být velice náročné. Ale i obyčejná dlouhá procházka poskytující možnost pohlédnout na věci kolem, dokud člověk není schopen zaměřit svou pozornost směrem ven a opět se cítit uvolněně někdy dělá doslova zázraky. Rozhovor s přítelem, duchovním nebo členem rodiny o svých problémech může rovněž pomoci.

Skutečná řešení existují též pro osoby s drogovým problémem. Rehabilitační odvykací program Narconon, který využívá metod L. Ron Hubbarda, má míru úspěšnosti přesahující 75 procent. (www.narconon.org)

Nejlepším řešením samozřejmě je zcela se vyhnout drogám. Užívání drog není řešením. Ať už je konfrontace s osobními problémy sebevětší, následky užívání drog jsou vždy horší než problém, který se člověk snaží s pomocí drog vyřešit.

A dlouhá jízda do pekel, která je výsledkem užívání drog, je ještě horší.

ODKAZY

Světová zdravotnická organizace
National Drug Intelligence Center
Drug Policy Information Clearinghouse
National Institute on Drug Abuse
United Nations Office on Drugs and Crime (kancelář OSN pro drogy a kriminalitu)
University of South Carolina (Univerzita Jižní Karolína)

Drug Enforcement Administration
American Academy of Pediatrics (Americká pediatrická akademie)
Evropské monitorovací centrum pro drogy a drogové závislosti (EMCDDA)
The European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs (ESPAD)
FOTOGRAFIE: strany 7, 10, 11, 12: Alamy; strana 13: Alamy/mládež užívající drogy; strany 14, 16, 17: Alamy.

Řekni NE drogám – řekni ANO životu je program zaměřený na vzdělávání v otázkách spojených s drogami a jejich prevencí, iniciovaný Mezinárodní Scientologickou církví. Informuje děti a mládež o nebezpečí drog a pomáhá jim žít bez drog a zároveň být příkladem pro své přátele a rodinu.

Tento program je uskutečňován prostřednictvím sdružení vedených mladými lidmi pro jejich vrstevníky. Tato sdružení šíří pozitivní poselství života bez drog distribucí vzdělávací literatury, která obsahuje fakta o užívání nelegálních látek a o účincích těchto látek na ducha, mysl a tělo člověka. Dále je program realizován prostřednictvím skupinových aktivit zaměřených na propagaci života bez drog a ve spolupráci s představiteli veřejnosti a členy jiných skupin s podobnými cíli.

Zkušenost nás učí, že jsou-li lidé obecně, zvláště pak mládež, dostatečně poučeni o destruktivních účincích drog a mají-li k dispozici pozitivní příklad a podporu svých vrstevníků v tom, aby žili bez drog, jistě dojdou k závěru: „Nechci brát drogy.“ to je nepochybně hlavní cíl programu.

ŘEKNI **NE** DROGÁM – ŘEKNI **ANO** ŽIVOTU

Tato brožura je příspěvkem Mezinárodní Scientologické církve veřejnosti. Je jednou z řady brožur, jejichž cílem je pravdivě informovat mladé lidi o drogách. Brožury z této řady obsahují fakta o marihuaně, cracku a kokainu, pervitinu, extázi, heroinu, LSD, lécích proti bolesti distribuovaných na lékařský předpis a dalších návykových látkách, které čtenáři dávají možnost samostatně se rozhodnout pro existenci bez drog.

Chcete—li získat větší množství výtisků této nebo dalších brožur, nebo chcete—li se dozvědět více o objevech L. Ron Hubbarda a jeho funkčních technikách, které pomáhají lidem očistit se od ničivých účinků drog, kontaktujte:



www.nedrogam.cz
www.notodrugs.cz

nebo kontaktujte: **Koordinátora programu Řekni NE drogám – řekni ANO životu**

Řekni NE drogám – Řekni ANO životu

Jindřišská 7, 11000 Praha 1

info@nedrogam.cz

info@notodrugs.cz