



# profilaktyka selektywna

Nie wszyscy młodzi ludzie traktują narkotyki lub alkohol jak coś szkodliwego. Eksperymentowanie z narkotykami staje się coraz powszechniejsze, co szczególnie w okresie dorastania może okazać się niebezpieczne. Pomimo że większość młodych osób po pewnym czasie wykazuje tendencje do zaprzestania używania narkotyków, to i tak dla wielu z nich „przygoda” z narkotykami może zakończyć się uzależnieniem.

## Co to jest FRED GOES NET?

FRED GOES NET jest programem wczesnej interwencji profilaktycznej w związku z używaniem środków psychoaktywnych przez młode osoby. Program jest rekomendowany przez Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii. FRED GOES NET to działanie wczesne, możliwe szybko po pierwszej konsumpcji, aby w odpowiednim czasie zrealizować cele profilaktyczne i nie dopuścić do eskalacji używania narkotyków.

FRED GOES NET to działanie krótkoterminowe i adekwatne. Jego forma ma być atrakcyjna i akceptowalna przez grupę docelową. Krótka interwencja jest alternatywą dla braku leczenia lub leczenia o intensywniejszym przebiegu. Program zakłada, że używanie substancji powinno skutkować odpowiednim i natychmiastowym działaniem zaradczym. Składa się na nie rozmowa kwalifikacyjna oraz 8-godzinny cykl zajęć grupowych. Uczestnik ma możliwość spojrzenia na problematykę używania narkotyków i alkoholu z innej niż jego dotychczasowa perspektywy.

## W jakim celu?

Głównym celem programu FRED GOES NET jest ograniczenie ryzyka rozwoju uzależnienia poprzez zapobieganie eskalacji używania alkoholu, narkotyków, dopalaczy oraz innych środków odurzających i psychoaktywnych używanych przez młodzież.

## Dla kogo jest FRED GOES NET?

Program kierowany jest do ludzi młodych w wieku od 14 do 21 lat (w szczególnych przypadkach przedział ten może być rozszerzony na 13-25 lat), którzy z powodu zażywania substancji psychoaktywnych naruszyli normy społeczne i którzy sami nie zwrócili się jeszcze o pomoc. Będą to zarówno osoby eksperymentujące, używające szkodliwie, należące do grupy wysokiego ryzyka, przyłapane na używaniu narkotyków lub alkoholu. Generalnie chodzi o osoby, które mają za sobą kontakt z narkotykami czy z alkoholem, ale nie są jeszcze od tych substancji uzależnione. Program FRED GOES NET jest pomocnym narzędziem dla osób, które w swojej codziennej pracy zawodowej (m.in. nauczyciele, pedagodzy, kuratorzy, prokuratorzy, policja, straż miejska) stykają się z problemem używania narkotyków przez młodzież. Aby tak się stało wystarczy skontaktować się z realizatorami programu. Naszym zadaniem będzie rozmowa z każdą osobą, która zostanie do nas skierowana. Stanowi to wstęp do udziału w programie FRED GOES NET. Jeśli w wyniku rozmowy kwalifikacyjnej okaże się, że program nie odpowiada potrzebom osoby skierowanej (na przykład z uwagi na uzależnienie) zachęcimy ją do udziału w odpowiednim programie terapeutycznym.

## Jak trafić do FRED GOES NET?

Kandydaci do programu mogą być kierowani z różnych instytucji (szkoła, sąd, prokuratura, policja czy straż miejska, itp.) i przez różne osoby prywatne (rodzice, opiekunowie prawni). Do programu można zgłosić się także samemu. W zależności od sytuacji młodej osoby skierowanie może mieć charakter dobrowolny lub opierać się na oficjalnym nakazie. To ostatnie nie oznacza umieszczania młodego człowieka w programie na siłę i wbrew niemu, ale wiąże się z dopilnowaniem jego uczestnictwa. Należy podkreślić, iż odpowiedzialność za samego siebie oznacza, że to od osoby zależy czy weźmie udział w programie FRED GOES NET. My możemy jej pomóc w decyzji podkreślając korzyści związane z udziałem w programie.



## Co daje udział w FRED GOES NET?

Młoda osoba, która eksperymentuje z narkotykami bądź sięga po alkohol, dość szybko zaczyna doświadczać negatywnych tego konsekwencji: pojawiają się problemy z prawem, konflikty w domu, kłopoty w szkole lub w pracy.

### Udział w programie:

- poszerza wiedzę na temat szkodliwości używania substancji psychoaktywnych
  - pozwala krytycznie spojrzeć na własne używanie narkotyków
- wiąże się z pomyślnymi dla uczestnika korzyściami np. możliwością umorzenia postępowania karnego, łagodniejszych działań dyscyplinarnych czy mniejszych sankcji w szkole lub w pracy.

**Udział w programie jest bezpłatny.  
Nie potrzebne jest również ubezpieczenie zdrowotne.**

**W celu uzyskania bliższych informacji  
zapraszamy do kontaktu z realizatorami programu  
FRED GOES NET w Krakowie:**

Centrum Profilaktyki i Edukacji Społecznej PARASOL  
ul. Rakowicka 10 a, 31-511 Kraków  
telefon: 796 759 945



Poradnia MONAR w Krakowie  
ul. św. Katarzyny 3, 31-063 Kraków  
telefon: 790 726 960



[www.fredgoesnet.pl](http://www.fredgoesnet.pl)

Program współfinansowany ze środków  
Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii oraz Gminy Miejskiej Kraków.



Opracowanie: Anna Koszela, Katarzyna Krzykawska,  
Marcin Kucharski, Sylwia Pulka, Grzegorz Wodowski