

بلدية صفاقس
الادارة العامة للشئون
البلدية و كتابة الرئيس



دليل الوقاية من تعاطي المخدرات



فهرس دليل الوقاية من تعاطي المخدرات

المقدمة	
3	الرؤيه 1.1
4	الرسالة 2.1
5	الأهداف الاستراتيجية 3.1
تشخيص الواقع الحالى	
7	تعريف الإدمان على المخدرات
9	تصنيف المواد المخدرة
11	مراحل تعاطي المخدرات

13

علامات الإدمان على المواد المخدرة

6

15

الأفكار الخاطئة المتعلقة بتعاطي المخدرات

7

17

دور الأسرة 1.8

18

دور المدرسة 2.8

18

المقاربة الشاملة 3.8

20

المتدخلون في مجال مقاومة آفة الإدمان

9

21

فريق إعداد الدليل

10

المقدمة

١.١ - الرؤية



- لكل طفل الحق في حياة كريمة
- لكل طفل الحق في الحماية من المخدرات (اتفاقية حقوق الطفل المادة 33)
- لكل طفل و مراهق، الحق في التمتع بصحة جسدية وعقلية
- من أجل مجتمع واع بمخاطر المواد المخدرة ومؤثراتها

2.1 - الرسالة

- تمكين الأولياء من وسائل التقصي المبكر لمؤشرات تعاطي المخدرات أو الإدمان عليها والوعي بخطورتها
- إطلاع المجتمع العائلي على منهج التدخل المبكر في حالة تعاطي المواد المخدرة
- كسر الأفكار و المعتقدات الشائعة والخاطئة حول المواد المخدرة
- الوقاية من استعمال المواد المخدرة



3.1 - الأهداف الإستراتيجية



- رفع الوعي المجتمعي بأخطار المواد المخدرة والمؤثرات العقلية
- تنمية المهارات الشخصية للطفل والمرأة ودعم القيم اليجابية الكافلة للتوازن النفسي (تقدير الذات والثقة بالنفس...)
- تعزيز دور الأسرة على المساهمة في الوقاية من تعاطي المواد المخدرة

2 - تشخيص الواقع الحالي

حسب آخر مسح وطني لسنة 2021 (و الذي تم نشره في جانفي 2023) قام به المعهد الوطني للصحة العمومية بتونس والذي شمل 6230 تلميذ تتراوح أعمارهم من 16 إلى 18 سنة وي زاولون تعليمهم بالسنة الأولى والثانية ثانوي بالمعاهد العمومية والخاصة بكمال تراب الجمهورية "Enquête MedSPAD III 2021"



يعتبر القنب الهندي (الزّطة - Le cannabis) من المواد المخدرة الأولى الأكثر استعمالاً تضاعف خمس مرات ما بين سنة 2013 وسنة 2021 من 1.4% إلى 7.9%.

9.6% من مستعملين الزّطة لأول مرّة كانوا في سنّ ما قبل 13 سنة.

16.2% من المستجيبين أعربيوا عن سهولة الحصول على الزّطة.

◀ 5.2% نسبة استعمال المواد المستنشقة (الكلوكولا أو السّراج وغيرها) ولو مرّة واحدة.

◀ 8% نسبة استعمال ولو مرّة واحدة للأقراص المخدّرة

Psychotropes بدون وصفة طبّية وهي الأكثر استعمالاً لدى الفتيات.

◀ ما بين 0.25% و 1.1% نسبة استعمال ولو مرّة واحدة للمنبهات العقلية

Psychostimulants (Ecstasy, Amphetamines, Cocaine).

◀ في حدود 0.23% نسبة استعمال ولو مرّة واحدة للمواد الأفيونية (Heroines).

Mediterranean School Survey
Project on Alcohol
and Other Drugs: MedSPAD III



٣ - تعریف الإدمان على المخدرات

► "الإدمان" هو التعوّد على الشيء مع صعوبة التخلص منه.

► "إدمان المخدرات": يسمى أيضًا "اضطراب تعاطي المخدرات" هو مرض يؤثّر على **مُخ الشخص وسلوكه** ويؤدّي إلى عدم القدرة على التحكّم في استخدام أي مادّة مشروعة أو غير مشروعة.

► يسبّب الإدمان انتكاسات واضطرابات وتشوهات في **التفكير والأحساس والتصورات** مما يدفع المدمن إلى تبيّن سلوكيات **غير مفهومة**، فتحلّ السلوكيات الإدمانية محلّ السلوكيات **السوية**"*(DSM-V)

MANUEL DIAGNOSTIQUE ET STATISTIQUE
DES TROUBLES MENTAUX : DSM-V



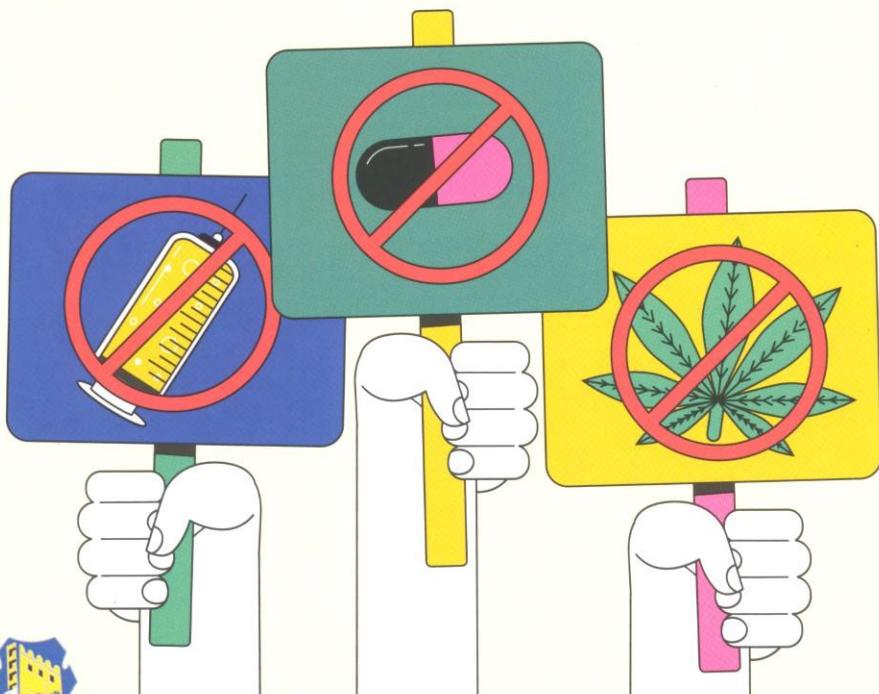
لـ المخدرات نعم للحياة...



4 - تطبيق المواد المخدرة



لِلْمَخْدُورَاتِ بِجُمِيعِ اِنْوَاعِهَا



5 - مراحل تعاطي المخدرات

2

مرحلة التجربة

استهلاك أي نوع من المخدرات المتوفّرة إما من باب الفضول أو التجربة

مرحلة التحمل

يتحمّل الجسم الكميّات المعتادة ولا يكتفي بالجرعة التي يتعاطاها الشخص، مقاً يولد الرغبة الزائدة في الوصول إلى الشّعور بالانتشاء.

1

مرحلة التعاطي غير المنظم

يكون التعاطي مناسباتياً أي من خلال الاحتفالات أو تجمّعات الأصدقاء.



مرحلة الإدمان

يببدأ المستهلك
بتناعطي المخدرات
بشكل متعمّد ودون
أي تردد.

4

مرحلة اللاّعودة

مرحلة الشعور بالحاجة
العاّسّة إلى المخدرات
والعجز عن التخلّي فتؤثّر
على تصرّفات المتعاطي
وتقضي على مداركه
العقلية فلا يقدر على
العوده والتّراجع.

5

3

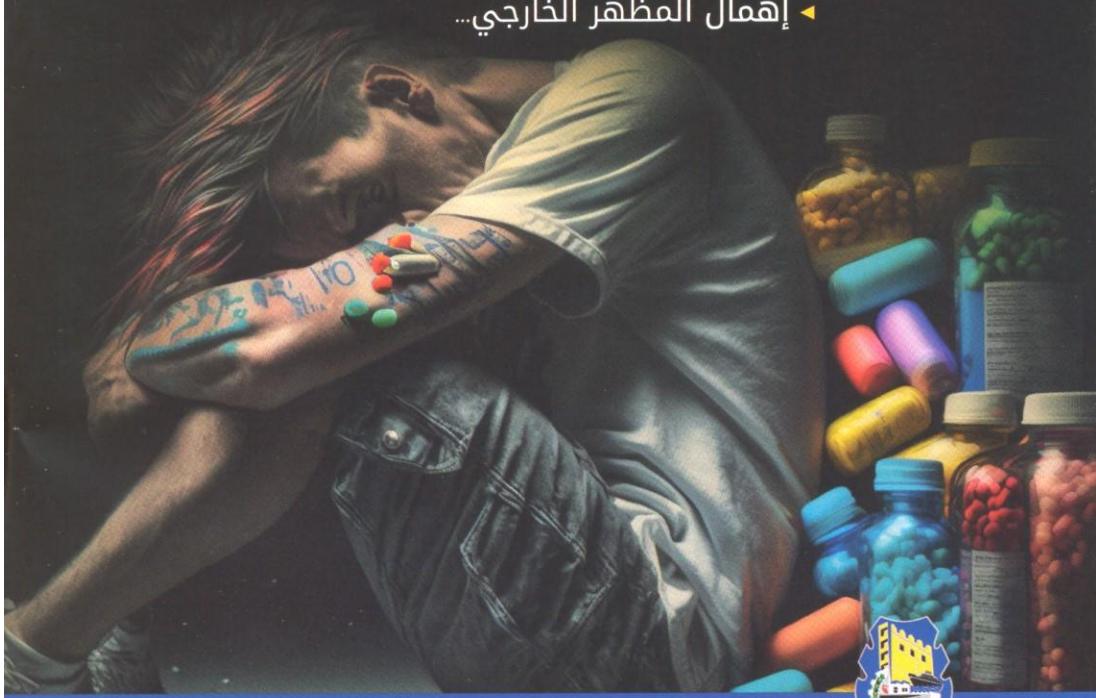


٦ - علامات الإدمان على المواد المفدرة

علامات نفسية وسلوكية



- الاكتئاب والقلق الدائم
- التّوم غير المنتظم، الكلام المشوش
- الغضب السريع وتغيير السلوك
- انخفاض سريع في التّنائج الدراسية
- عدم الاهتمام بالنظافة الشخصية
- إهمال العظهر الخارجي...



علامات جسدية



- العيون الغارقة أو الحمراء، جفاف الحلق والسعال الجاف أو صعوبات في التنفس
- ارتعاش في الأطراف
- استنشاق متكرر وفرك الأنف ونزيف
- مغص وأوجاع في المعدة
- فقدان الشهية أو فقدان الوزن السريع
- علامات الحقن على الجسم...

علامات اجتماعية



- الانطواء والانعزal عن الآخرين بصورة غير عادلة
- التغيب المتكرر عن المدرسة والتخلّي عن الأنشطة الرياضية أو الثقافية
- وجود أشياء غير عادلة في غرفة المتعاطي مثل :
 - ❖ ورق لف السجائر، ولّاعات، سكين أو ملعقة صغيرة
 - ❖ حلوي أو علامة لتنقية النفس
 - ❖ حبوب مختلفة وغيرها...



٧ - الأفكار الخاطئة المتعلقة بتعاطي المواد المخدرة

المعتقد الخاطئ



المواد المخدرة تكفل الشعور بالانشاء والسعادة واللذّة (الشيخة) وتقضى على مشاعر القلق والتوتر الناتجة عن المصاعب والأزمات النفسية.

تعاطي المخدرات يزيد من القدرة على التركيز ويحسّن عملية التذّكر.

المواد المخدرة لا تسبب ضررا دائمًا للجسم

تعاطي المخدرات على فترات متباينة لا يسبّب الإدمان.

الحقيقة



هذا المعتقد وهمي لا أساس له من الصحة ويردّده المتعاطي نتيجةً أوهام نفسية بأنّ المواد المخدرة تساعد في التغلب على المصاعب، بينما إثبات الذات والسعادة مرتبطة بالقدرة على تحمل المسؤولية والمشاركة الفاعلة في المجتمع والمحافظة على الصحة الجسدية والنفسية.

إن تعاطي المواد المخدرة يؤثّر سلباً على الجهاز العصبي وعلى قدرة الشخص على استرجاع المعلومات والتركيز، والإدمان على هذه المواد يؤدي إلى نتائج عكسية وخيمة على المدى المتوسط والبعيد.

إن ادمان المواد المخدرة قد يتسبّب بضرر دائم على الجسم حيث يؤثّر على الدماغ والقلب والرئتين والكبد والكل.

المواد المخدرة تؤثّر على الدماغ حتى لو كان تعاطيها بين الحين والآخر، فهي تحدث تغييرات وقد يصبح الشخص مدمناً، فتعاطي المخدرات ولو مرة واحدة يمكن أن يتحول بسرعة إلى تعاطي متكرر ومن بعدها إلى تعاطي مستمر ولا أحد يعلم متى يحدث التغيير الكيميائي في الدماغ الذي يؤدي إلى الإدمان.



8 - الوقاية



1.8 - دور الأسرة في الوقاية

تببدأ الوقاية من مرحلة الطفولة المبكرة :

- بتوفير الاهتمام والحنان والأمان للطفل (دعم تقدير الذات وتكوين شخصية متوازنة)
- باتّخاذ الأسلوب السليم في التربية :
 - كالحوار مع الطفل، واحترام مشاعره وآرائه.
 - السماح للطفل بالتعبير عن أفكاره وتحقّل المسؤولية.
 - تطوير مهاراته في التّواصل والتّحكّم في النفس وحلّ المشكلات.





2.8 - دور المدرسة في الوقاية

اعتماد أساليب تربوية تحترم التّلميذ :

- ▶ تتيح له فرص **المشاركة الفاعلة** في الأنشطة الثقافية والرياضية والعمل الجماعي.
- ▶ تنمي لديه **مهارات التّواصل والتّفكير النّقدي** وتكسبه آليات مقاومة إغراءات **السلوكيات المحفوفة بالمخاطر** ومنها تعاطي المخدرات.
- ▶ توفر له هياكل الإصغاء والمرافقة.



3.8 - المقاربة الشاملة هي المقاربة الفعالة

- ▶ اعتماد **مقاربة شاملة** تدمج كل **مكونات المجتمع المدني** و**مؤسسات الدولة**.
- ▶ امتلاك **مهارات الحياة والتّزام الطّفل أو الشّاب** بعدم تعاطي المخدرات عن **اقتناع ووعي** بمضارّها وعدم الوقع في فدّها.
- ▶ تشريك الطفل أو المراهق في **توعية أقرانه** بمخاطر تعاطي **المواد المخدرة**.





• ان استهلاك المواد المخدرة يتربّع عنه
أضرار جسدية ونفسية، وأيضاً تبعات
قانونية خطيرة.

• قد لا يستهلك الشخص المخدرات ويجد
نفسه معاقباً بالسجن وبخطية مالية عندما
يكون يحمل أو يمسك مواد مخدرة.

٩ - المتداولون في مجال مقاومة الإدمان

المؤسسات

مندوب حماية الطفولة

شارع أحمد علولو عمارة آسيا صفاقس 74 40 21 66

المركز الجهوي للطب المدرسي و الجامعي

شارع 5 أوت نهج 19 جوilye صفاقس 74 29 83 38

أقسام الطب النفسي بالمستشفى الجامعي الهادي شاكر

طريق العين كلم 0.5 صفاقس 3000 74 10 62 73

جمعية براءة لحماية الطفولة المهددة

نهج الهادي شاكر الطابق الثاني 97 صفاقس 3000 74 20 18 33

الجمعية التونسية للوقاية من المخدرات وعلاج الإدمان - ATL

شارع 5 أوت نهج 19 جوilye صفاقس 3002 74 20 35 00



١٠ - فريق إعداد الدليل

السيد شكري اللوز، مكلف بالإدارة العامة للشؤون البلدية وكتابة الرئيس ببلدية صفاقس

السيدة جميلة العتيقي، مكلفة بإدارة مكتب الرئيس والتشريفات والإعلام ببلدية صفاقس

الدكتور فتحي بشة، رئيس مصلحة الصحة المدرسية والجامعية بالإدارة الجهوية للصحة بصفاقس

السيدة تهاني القطبي، تقني أول بالإدارة الجهوية للصحة بصفاقس

السيدة فائزه العباسى، أخصائية نفسانية وناطقة الرسمية للجمعية التونسية

لاضطربابات التعلم والإرشاد الأسري

السيدة عواطف يعيش، أستاذة تعليم عال في القانون والكاتبة العامة لجمعية التونسية

لاضطربابات التعلم والإرشاد الأسري

السيدة هاجر الهمامي، أستاذة وباحثة في القانون ومكلفة بالمساعدة القانونية بالجمعية

التونسية للوقاية من تعاطي المخدرات

السيدة فاتن المساكى، أستاذ محاضر ومكلفة بالفئات الهشة بالجمعية التونسية للوقاية

من تعاطي المخدرات

السيدة سجيعة يعيش، مستشاراة إعلام وتوجيه مدرسي وجامعي.

عضوه التنسيقية الجهوية لحقوق الطفل بصفاقس.

السيدة هدير عبد الكبير، جمعية براءة لحماية الطفولة المهدّدة

السيدة أحلام مقديش، أستاذة بالمعهد العالي للفنون والحرف بصفاقس



**ويبقى باب الأمل مفتوحاً للتدخل الناجع
في كل مرحلة من مراحل التعاطي**



للفخّرات، نعم للحياة...

