**Informacija mokyklos bendruomenės nariams:**

Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas, siekdamas paskatinti jaunus asmenis rinktis sveiką gyvenimo būdą, nevartoti psichoaktyviųjų medžiagų bei atsižvelgdamas į tai, kad visuomenės informavimas psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo bei pagalbos gavimo klausimais yra vienas iš prevencijos uždavinių, sukūrė interneto svetaines:

- **www.askritiskas.lt arba K.A.S** (kritiškas, atviras, stiprus) – tai interaktyvi interneto svetainė jaunimui nuo 14 m., pradėjusi veikti 2019 m. Ja siekiama tinkamai informuoti jaunus asmenis, suteikiant žinių apie psichoaktyviąsias medžiagas, jų vartojimo poveikį ir rizikas; skatinti juos būti atvirais bendrauti, veikti, nebijoti iššūkių ir atsakomybės bei sveikai ir įdomiai gyventi, pasitikėti savimi.

- **www.nerukysiu.lt** – tai interneto svetainė, skirta asmenims, norintiems atsisakyti šio žalingo įpročio, bei motyvuoti asmenis nerūkyti. Svetainėje galima rasti testus, padedančius sužinoti rūkančiojo tipą bei priklausomybės laipsnį, rūkymo išlaidų skaičiuoklę, žmogaus kūną, parodantį žalą sveikatai, Lietuvos žemėlapį, kur kreiptis pagalbos metant rūkyti ir kt.

- **www.kaveikiavaikai.lt** – asociacijos „Mentor Lietuva“ sukurta, o nuo 2020 m. Departamento administruojama, internetinė mokymosi programa tėvams (globėjams), kurios tikslas – padėti jiems geriau suprasti savo vaikus, stiprinti tarpusavio ryšį bei suteikti reikalingų žinių apie sveiką gyvenimo būdą ir psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevenciją. Ši mokomoji programa yra paremta užduočių principu, kurias atlikus, įgytos žinios nesunkiai pritaikomos praktikoje.

Svetainių www.askritiskas.lt ir www.nerukysiu.lt viešinimui yra sukurti ir visai visuomenei prieinami patrauklūs bei šiuolaikiški vaizdo filmukai (ilgesni ir trumpesni) bei reklaminiai skydeliai.

Pažymime, jog šiose interneto svetainėse esanti informacija gali būti naudinga ne tik vaikams ir jaunimui, jų tėvams, tačiau ir švietimo įstaigų darbuotojams, dalyvaujantiems vaikų ugdymo procese bei vykdantiems psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevenciją.

Informuojame, jog Departamentas nuo 2018 m. Lietuvoje nacionaliniu mastu diegia Ankstyvosios intervencijos programą, skirtą eksperimentuojantiems ar nereguliariai vartojantiems psichoaktyviąsias medžiagas (išskyrus tabaką) jaunuoliams nuo 14 iki 21 m. Programos tikslas – motyvuoti jauną žmogų keisti savo elgesį, paskatinti suabejoti jau turimomis žiniomis, susijusiomis su psichoaktyviųjų medžiagų vartojimu, žala bei pasekmėmis. Jaunuoliams yra suteikiama galimybė būti išklausytiems, suprastiems, diskutuoti bendraamžių rate, suaugusiajam moderuojant šią veiklą (daugiau informacijos: <https://ntakd.lrv.lt/lt/prevencija/ankstyvoji-intervencija>).

Atkreipiame dėmesį, kad visą reikalingą informaciją apie tai, kur kreiptis pagalbos, sužinojus, jog vaikas vartoja psichoaktyviąsias medžiagas, galima rasti Departamento interneto svetainėje (https://ntakd.lrv.lt/lt/reabilitacija/kur-kreiptis-pagalbos-jeigu-vaikas-vartoja-psichoaktyviasias-medziagas). Ši informacija yra itin svarbi tėvams, siekiant užtikrinti nuoseklios ir tinkamos pagalbos prieinamumą vaikams, vartojantiems psichoaktyviąsias medžiagas.

Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas