

Rastîyên li ser

Ji bo narkotîkan alîkarî sitendinê

The facts about
Getting help with drugs

Kurdish

FRANK

0800 77 66 00

Li vê hejmarê mirov hene ku
dikanin bi zimanê we bi we re bipeyivin.
www.talktofrank.com

DrugScope

020 7928 1211

www.drugscope.org.uk

For additional copies, please
contact Prolog on 0870 2414680

Produced by the FRANK campaign in association
with DrugScope and funded by the Home Office.

Ji bo narkotîkan alîkarî sitendin.

Dema ku meriv lê hay dibe ku nasekî ciwan narokotîkan disitîne pir dijwar e.

Dibe ku:

- dibe ku hun ji tendurustîya wî ciwanî bifikar bin;
- ji ciwanê ku narkotîkan disitîne qehirî bin;
- li ber kevin ku we baş li wî/wê nenêrîye;
- şerm dikin, ji ber ku ola we dibêje ku sitendina narkotîkan û alkolê çewt e.

Lê belê bibîr bînin ku:

- ger problemeke pir xerab a narkotîkê bi wî ciwanî re hebe jî, gelek rêyên sitendina alîkarîya ji bo wan hene;
- ew ciwan ne kesekî xerab e;
- Îslam, Îsewîtî û olên din ji me dixwazin ku em alîkarîya mirovên di dijwarîyê de bikin.

Divê ez çi bikim?

- Bi kesê ciwan re bipeyivin. Lê belê pir bi wan neqehirin.
- Bi kesekî ku bawerîya we pê tê re bipeyivin, wek xwişk an merivekî. Parvekirina problemekê ji veşartina wê her tim çêtir e.

- Bi doktorê xwe re bipeyivin. Destûr ji wan re tune ku tiştêkî ku we ji wan re gotiye ji kesekî din re bibêjin. Doktor ê bikanibe alîkarîya wî ciwanî bike.
- Bi karmendekî narkotîkê re bipeyivin. Ew mirov zîrektîyên taybetî hene ku alîkarîya mirovên ku narkotîkan disitînin bikin.
- Bibîr bînin ku her tim di nav malê de hiştin, problema wî ciwanî çareser nake.
- Berî ku hun wî ciwanî bişînin welatê xwe ku problema wî çareser bibe, pir bi baldarî bifikirin. Li gelek welatan bidesxistina narkotîkan ji Kraliyeta Yekbûyî hêsantir e, ji lew re ew ciwan dikane bi problemeke xerabtir vegere.

Ez çawa dikanim bêtir alîkarî bisitînim?

- Gelek kom hene ku dikarin alîkarîya we û kesê ciwan bikin.
- Telefonî 0800 77 66 00 bikin û karmendekî narkotîkan li herêma xwe

- bibînin. Ev hejmar bêpere ye û kesek ê nizanibe ku we telefon kiriye. Li vê hejmarê mirov hene ku dikarin bi zimanê we bi we re bipeyivin.
- Biçin websîteyê www.talktofrank.com
 - Telefonî 020 7729 9904 bikin û bi Release re bipeyivin. Release li ser narokotîkan û qanûnê zanîneke taybetî heye. Lê belê hun bi Release re tenê dikarin bi Îngilîzî bipeyivin, ji ber vê yekê dibe ku we pêwîstî bi kesekî hebe ku alîkarîya we bike. Hun her weha dikarin ji Release re email bişînin ask@release.org.uk.
 - Telefonî 0808 800 2345 bikin û bi Re-Solv re bipeyivin, ger fikara we li ser kişandina solventan be.

Getting help with drugs.

It is very difficult when you find out that a young person you know is taking drugs.

You might be:

- worried about the health of the young person;
- angry with the young person for taking drugs;
- concerned that you have not taken proper care of them;
- ashamed because your religion says taking drugs and alcohol is wrong.

But remember:

- even if the young person has a very bad drug problem, there are lots of ways they can get help;

- the young person is not a bad person;
- Islam, Christianity and other religions tell us to help people if they are in trouble.

What should I do?

- Talk to the young person. But do not get very angry with them.
- Talk to someone you trust, such as a sister or a cousin. It is always better to share a problem than keep it secret.
- Talk to your doctor. They are not allowed to talk to anyone about anything you tell them. The doctor will be able to help the young person.
- Talk to a drugs worker. These are people who have special skills to help people who take drugs.

- Remember that the young person's problem will not be solved by keeping them at home all the time.
- Think very carefully before sending the young person to your home country to try to solve their problem. In many countries it is easier to get drugs than in the UK, so the young person could come back with a worse problem.

How can I get more help?

There are lots of groups that can help you and the young person.

- Telephone 0800 77 66 00 to find out if there is a drugs worker in your area. This number is free and no one will know that you called it. There are people on this number who can talk to you in your language.

- Visit the website www.talktofrank.com
- Telephone 020 7729 9904 and speak to Release. Release has special knowledge about drugs and the law. However you can only speak to Release in English, so you might need someone to help you. You can also email Release on ask@release.org.uk.
- Telephone 0808 800 2345 and speak to Re-Solv if you are worried about solvent sniffing.