

Đừng Nói Rằng Quá Sớm..Hãy Nói Chuyện với Con của Bạn về Vấn Đề Ma Túy & Rượu. Tài Liệu Hướng Dẫn Cho Phụ Huynh

Kính thưa quý vị Phụ Huynh / Người Giám Hộ:

Cũng như mọi bậc phụ huynh và người giám hộ, chúng ta đều hy vọng và mơ ước con em chúng ta có được một cuộc sống vui khỏe và hữu ích cho xã hội. Chúng ta tạo nhiều ảnh hưởng sâu xa đến tương lai của giới trẻ và chúng ta muốn bảo vệ con em tránh mọi tai hại làm cản trở bước tiến của chúng. Chúng tôi mong rằng tài liệu này sẽ giúp ích quý vị trong việc nâng đỡ con em để chúng có cơ hội thực hiện niềm hy vọng và mơ ước trong tương lai.

Con em chúng ta khi càng lớn khôn càng gặp phải nhiều sự thử thách khác nhau. Điều này làm chúng ta cảm thấy tâm hồn nặng nề và bất lực. Chúng ta tự hỏi rằng khi nào mình nên để con trẻ thử tự ý chấp cánh bay cao. Khi nào mình cần đặt chân vào can thiệp để tìm cách bảo vệ chúng?

Câu hỏi này không phải dễ trả lời, nhưng nếu chúng ta có đủ tài liệu hướng dẫn, có kiến thức hiểu biết về vấn đề mà con trẻ đang đương đầu, và với lòng tự tin, chúng ta có thể đối diện với vấn đề, cùng nắm tay con trẻ đương đầu với sự việc khẩn cấp.

Quý vị sẽ không cảm thấy bị lẻ loi trong sứ mạng này. Tài liệu hướng dẫn cho phụ huynh (Parent Resource Toolkit) bao gồm các số điện thoại của các cơ quan tổ chức có thể giúp đỡ quý vị trong cuộc hành trình. Tài liệu này còn cung cấp chi tiết tìm hiểu về sự nghiện rượu và ma túy, sự khuyến bảo về cách thức nói chuyện với con trẻ về chứng nghiện rượu thuốc, kể lại những mẫu chuyện về niềm hy vọng, và hơn hết là mang lại sự khích lệ cho quý vị trong việc tạo sự khác biệt cho cuộc đời của con trẻ.

Bộ Tài Liệu Hướng Dẫn Cho Phụ Huynh (Parent Resource Toolkit) gồm có:

1. Lá Thư Gửi đến Các Phụ Huynh
2. Câu Chuyện Tâm Sự Về Niềm Hy Vọng
3. Bản Hướng Dẫn Về Các Loại Ma Túy Gây Tai Hại Đến Tâm Thần và Rất Thông Dụng ở Edmonton
4. Vật Dụng Ngụy Trang Dùng Cho Việc Sử Dụng Ma Túy (Drug Paraphernalia)
5. Cách Xử Lý Các Chất Kích Thích Gây Tác Động Tai Hại Đến Tâm Thần
6. Cây Cần Sa có được trồng ở gần nhà bạn không?
7. Tôi sẽ nói chuyện với lớp thiếu niên về Ma Túy như thế nào? (Alberta Health Services - AADAC) **(tài liệu bằng tiếng Anh)**
8. Giúp Con Trẻ Hồi Phục (Family Centre) **(tài liệu bằng tiếng Anh)**
9. Tài Liệu Tìm Hiểu về Sự Phát Triển Lành Mạnh Cho Lứa Tuổi Thanh Thiếu Niên (40 Developmental Assets for Adolescents) (Search Institute) **(tài liệu bằng tiếng Anh)**
10. Giải Pháp Cho Cộng Đồng về Vấn Đề Băng Đàng và Hung Bạo **(tài liệu bằng tiếng Anh)**

Quý vị và người trong gia đình đều là thành viên quý báu của thành phố Edmonton; Sự nâng đỡ lẫn nhau làm cho thành phố này trở thành một nơi tốt đẹp cho mọi người cùng sống. Hãy vươn tay gọi..... chỉ cần một cú điện thoại là có sự giúp đỡ ngay.

- Muốn nói chuyện về vấn đề con bạn hay hỏi thêm chi tiết và tài liệu, xin gọi: The Support Network 2-1-1
- Muốn nói chuyện về vấn đề ma túy và thuốc lá, xin gọi : Alberta Health Services: toll free 1-866-332-2322 (lúc trước được gọi là AADAC Help Line)
- Muốn nói chuyện về vấn đề liên quan đến sức khỏe, xin gọi : HEALTHLink Alberta; ở Edmonton gọi số 780-408-5465 (LINK) hoặc số 1-866-408-5465 (LINK). *Hướng dẫn trên điện thoại được thực hiện 24 giờ trong ngày, 7 ngày trong tuần.*

Trân Trọng,

Nhóm Hội Thảo về Phát Triển Xã Hội
Ban Phục Vụ Cộng Đồng Thành Phố Edmonton

Câu Chuyện Tâm Sự Về Niềm Hy Vọng

Tôi là một người mẹ trẻ, tôi muốn chia sẻ nỗi niềm tâm sự với bạn về quá trình chúng tôi nghiện rượu và nghiện ma túy của tôi trong lúc trẻ tuổi và những việc mà tôi đã thực hiện để vượt qua sự nghiện ngập này.

Khi còn bé, tôi có một gia đình yêu thương. Sự việc thay đổi kể từ khi tôi bị hăm hiếp. Biến cố thứ nhất xảy ra vào lúc tôi được 4 tuổi. Tôi bị hăm hiếp bởi một người phụ nữ giữ trẻ và biến cố thứ hai xảy ra vào lúc tôi được 8 tuổi. Tôi bị hăm hiếp bởi một người bạn của anh tôi. Với tấm lòng ao ước được sự săn đón của người khác, tôi đã dạn dặt gia nhập vào một “đám bạn xấu”. Khi biết được sự thật về câu chuyện hăm hiếp, ba mẹ tôi rất là giận dữ. Tôi nghĩ rằng lúc đó ba mẹ tôi đã không biết cách xử trí vấn đề đúng cách. Trong gia đình tôi lúc nào cũng có sự căng thẳng và gây gổ. Khi được 12 tuổi, tôi được anh tôi cho làm quen với thuốc lá và rượu. Vào lúc 13 tuổi, tôi đã thử dùng thử cần sa loại “pot” (marijuana). Tôi đã được rất nhiều sự tán thưởng và săn đón của bạn bè trong nhóm “chịu chơi” (cool people). Điều này làm cho tôi cảm thấy sung sướng. Cũng vào năm đó, vì tình cảnh gia đình, tôi bị gửi vào chung sống ở một nhà tập thể (group home). Tôi tiếp tục hút cần sa loại “weed” (marijuana) trong thời gian tôi bị thay đổi chỗ ở nhiều nơi khác nhau như nhà tư nhân, nhà nuôi dưỡng (foster homes), nhà tập thể (group homes), và nhà nội trú ở trường.






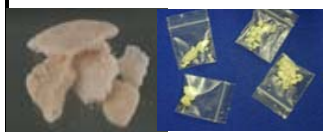

Kết cuộc là đến tuổi thiếu niên, tôi bị giam giữ một vài tuần lễ nơi Trung Tâm Thanh Thiếu Niên Phạm Pháp ở Edmonton gọi là EYOC (Edmonton Youth Offenders Centre). Khi tôi được 18 tuổi, tôi có quen với một anh chàng. Tôi dọn vào ở chung với anh và bà mẹ của anh ta. Sau đó, tôi có mang thai và hạ sinh được một bé trai. Sau một năm chung sống, chúng tôi chia tay nhau vì vấn đề tôi dùng cocaine (cần sa). Chẳng bao lâu, tôi học được cách chế luyện ma túy từ Cocaine ra Crack. Chúng tôi nghiện về Crack của tôi trở nên trầm trọng và kéo dài được khoảng hai năm. Để tránh sự nghiện ngập, tôi đã dọn đến một thành phố nhỏ khác và nơi đây tôi quen biết một người sử dụng ma túy loại Crystal Meth. Trải qua ba lần như vậy, chúng tôi nghiện ngập đã không chịu buông tha tôi. Tôi bị cơn nghiện đeo dính vào người. Kết cuộc là tôi đành giao đứa con trai của tôi cho bà nội nó nuôi và tôi cảm thấy tâm hồn mất mát tất cả. Tôi bắt đầu mua bán ma túy loại Meth và tiếp tục dùng nó hằng ngày và suốt cả ngày. Trong giai đoạn cuối của chúng tôi nghiện ma túy Meth, tôi đã dùng thuốc này tiêm chích vào trong người. Điều này rất là nguy hại cho tính mạng. Vào lúc đó con người tôi hầu như mất hết thần trí.

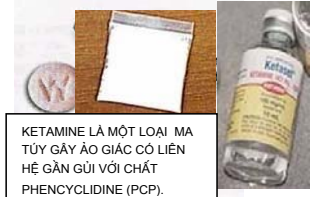

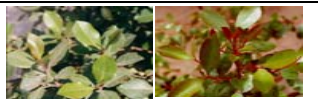



Trong thời kỳ ở tù vừa qua, tôi cảm thấy thương nhớ con tôi vô cùng và rất đau lòng vì không được gặp mặt nó. Tôi biết rằng tôi đã làm quá đủ mọi chuyện bao gồm việc mua bán ma túy, nói láo, lường gạt, trộm cắp để có tiền mua thuốc, mang nợ nần vì sử dụng ma túy, và có một cuộc sống bê tha. Chất ma túy có thể giết chết con người, nhưng tôi biết rằng tôi còn muốn sống. Tôi bắt đầu cầu nguyện Thượng Đế giúp đỡ tôi. Ba mẹ tôi trước đây không bao giờ chịu xin chuộc tôi ra ngoài tù (post bail), nhưng tôi quyết định kêu gọi cầu xin sự giúp đỡ của ba mẹ tôi. Tôi van xin mẹ tôi và nói rằng tôi đã thật lòng hối cải và thật tình muốn thay đổi lại cuộc sống. Thế là ba mẹ tôi quyết định xin chuộc tôi ra khỏi tù và mang tôi về nhà. Mẹ tôi bảo rằng bà đã hằng đêm từng cầu nguyện cho tôi trong thời gian tôi mang chúng tôi nghiện ma túy. Tôi cương quyết chọn con đường làm lại cuộc đời mới, thay đổi trang phục mới với một lòng khao


khát làm tất cả mọi việc để có thể giúp tôi cai nghiện. Việc đầu tiên tôi làm là cắt đứt mọi liên lạc với những người mà tôi quen biết có dính líu đến ma túy. Kế đến, tôi chú tâm lắng nghe lời khuyên bảo của những người đang tìm cách giúp đỡ tôi như các vị cố vấn của tôi (counselor), ba mẹ tôi, cảnh sát viên, và bất cứ người nào có lòng quan tâm đến tôi. Tôi bắt đầu làm công tác thiện nguyện cho hội COLE'S Kids Association, một hội chuyên giúp đỡ thanh thiếu niên phạm pháp. Việc làm này đã giúp tôi hàn gắn lại vết thương lòng và có sự thông hiểu về những sự việc xảy ra cho lớp trẻ. Sau đó, tôi đã làm đơn xin tòa giao quyền trông giữ hợp pháp về đứa con trai của tôi. Bây giờ tôi đã có công ăn việc làm, đã hoàn tất kỳ hạn quản thúc với luật pháp và chịu chấp nhận mọi việc đã xảy ra trong quá khứ. Tôi đã gặp được một người bạn đời tốt và chúng tôi đã sinh được một bé trai.

Bây giờ là một người mẹ, tôi có sự suy nghĩ về cách xử trí đối với con tôi nếu trong trường hợp chúng bị sa đọa vào con đường ma túy trụy lạc như tôi lúc trước. Tôi nghĩ rằng điều quan trọng hơn hết là giúp chúng xây dựng lòng tự trọng. Nếu đứa trẻ có lòng tự trọng cao, nó sẽ nói tiếng "không" (No) một cách dễ dàng với "đám bạn xấu" hay đối với vấn đề ma túy hay rượu. Làm bậc cha mẹ, điều quan trọng là phải có sự trò chuyện cởi mở với các con, phải đặt ra một ranh giới lành mạnh cho con cái và nhận thức rằng mình có thể cũng cần phải đương đầu với những vấn đề khó khăn cho riêng bản thân vì trên đời này không có ai là người hoàn hảo cả. Mỗi ngày tôi cố gắng nói chuyện với các con và tìm hiểu chuyện gì xảy ra trong cuộc sống của chúng nó. Những ý nghĩ và cảm giác của các con tôi là điều quan trọng đối với tôi cũng như đối với bạn trai của tôi. Bạn trai tôi là một người cha tuyệt vời, hiền lành và kiên nhẫn. Cả hai chúng tôi đều yêu thương các con và chúng tôi cùng chung sống dưới một mái nhà, với một chiếc xe hơi và vui hưởng đời sống gia đình với nhau. Cuộc sống của tôi ngày nay hoàn toàn khác hẳn lúc trước. Ma túy không còn dự phần trong đời sống của tôi nữa.


Niềm hy vọng luôn luôn tìm thấy được. Lòng cương quyết duy trì sự sống, niềm tin tưởng ở Thượng Đế, ở ba mẹ, và sự hỗ trợ của những người khác đã giúp tôi nỗ lực chuyển hướng con đường đời. Niềm hy vọng của tôi đối với các con tôi là chúng nó sẽ tích cực tham dự vào những sinh hoạt lành mạnh, có lòng tự trọng cao, theo đuổi một cuộc sống lành mạnh, không dính líu đến ma túy và rượu chè, và luôn luôn biết rằng là chúng nó có thể đến với tôi khi gặp phải tình cảnh khó khăn. Ba mẹ tôi đã giúp đỡ tôi và tôi tin rằng bậc cha mẹ có thể gây ảnh hưởng tốt cho con cái và tương lai của chúng.

HÌNH DẠNG LOẠI MA TÚY	TÊN LOẠI MA TÚY	TÊN THƯỜNG GỌI	HÌNH DẠNG ĐÓNG GÓI	HIỆU QUẢ TÌM KIẾM	DẤU HIỆU & TRIỆU CHỨNG KHI DÙNG THUỐC	NGUY CƠ & HẬU QUẢ DÀI HẠN
CÁC LOẠI MA TÚY CÓ TÍNH CÁCH BẤT HỢP PHÁP Ở CANADA DƯỚI SỰ KIỂM SOÁT BỞI ĐẠO LUẬT VỀ THUỐC MA TÚY						
	CANNABIS (MA TÚY) MARIJUANA (CẦN SA) WEED OIL (DẦU CỎ) HASHISH (NHỰA CẦN SA) HASH OIL (DẦU CẦN SA)	Pot (Loại Hút) Grass (cỏ vườn) Weed (cỏ dại) Herb (cỏ thuốc) Reefer (Rivơ) Hash (Hasơ) Kush (Khusơ)	Túi đựng nữ trang Túi chứa sandwich Hộp thiết	Sự điềm tĩnh Sự trốn thoát Trạng thái phờ phơ Gây ảo tưởng Sự thư giãn Thay đổi cảm giác	Thèm ăn vặt Có mùi hôi chồn Nhịp tim tăng nhanh Hay quên Nhạy cảm với ánh sáng Không đi động đực Mắt đỏ	Hay lo lắng Hoang tưởng Gan / phổi hư hại Nguy cơ bệnh cancer gia tăng Tỉnh cau có Mất trí nhớ Hệ thống miễn nhiễm suy yếu
	ECSTASY (MDMA)	Adam (A-đam) E X XTC Love drug (thuốc Yêu) Essence (Es-Sens) Go	Túi đựng nữ trang Thuốc viên không nhãn hiệu, có hình dạng cổ xưa, có vẻ như tự bào chế ở nhà	Tăng cường xúc cảm Trạng thái phờ phơ Nâng cao sự chú tâm Gia tăng sự nhạy cảm về xúc giác, mùi vị, ánh sáng Gia tăng khả năng chịu đựng	Nhịp tim tăng nhanh Mất ngủ Quai hàm nghiến cứng Buồn nôn Huyết áp gia tăng Gây ảo tưởng Mất ngủ Tay chân run rẩy Người ớn lạnh hay đổ mồ hôi Ói mưa	Hay lo lắng Não bị tổn hại Người cơ giật sầu cảm, buồn bã Mất khả năng điều khiển về cử động Thận hư Tim mạch suy yếu Hay hốt hoảng Hoang tưởng Bị thiệt mạng
LOẠI BỘT METH GÓI BẰNG GIẤY NHÔM ---->  LOẠI METH CHỨA TRONG BỌC <--- 	METHAMPHETAMINES CRYSTAL METH TRÁNH ĐỤNG CHAM TRỰC TIẾP VỚI CHẤT METH. NÓ CÓ THỂ HẤP THỤ QUA LÀN DA NẾU KHÔNG CÓ BẢO VỆ	Crank (Khờ-Rang-Khờ) Crystal (Tinh thể) Fire (Lửa) Glass (Thủy tinh) Ice (Đá cục) Meth (Mét) Speed (Spit) Tweek (Tri-khờ) Jib (Gíp)	Túi đựng nữ trang Được cân bán với trọng lượng tính theo .1 points một gram	Làm giảm nhu cầu giấc ngủ Trạng thái phờ phơ Nâng cao sự chú tâm Gia tăng mức tự tin Sinh lực về thể chất Làm sứt cân	Hung hăng/ khó chịu Con người mất kiên nhẫn Huyết áp lên cao Quai hàm tự nghiến cứng Tỉnh bốc đồng Ngủ không được Ăn mất ngon Hay gãi mặt Tay chân run rẩy và cơ giật	Hoang tưởng một cách vô lý Bị ảo tưởng / mê sảng Viêm màng tim Nổi cơn hung bạo bất chợt Có nguy cơ cao về chứng nghiện Có ý nghĩ và cảm giác muốn tự tử Thân nhiệt lên cao Cơ bắp thịt mất sự điều khiển Mang chứng rối loạn tâm thần
 	COCAINE (CÔ-KHEN) CRACK COCAINE (COCAINE ĐƯỢC PHA CHẾ)	Blow (Bờ-Lô) Coke (Khốc) Rocks (Đá hạt) Freebase (Phờ-ri-bas) Snow (Tuyết) Crack (Khờ-rack-khờ) Food (Thực phẩm)	Viên tròn (Spit Balls) (Chứa ở góc túi sandwich) 8 Ball (3.5 g = 7 spit balls)	Cực kỳ khoái lạc, có quyền lực, sức mạnh Cảm thấy tinh thần tỉnh táo Không cảm thấy đau đớn Có cảm giác hấp tấp, vội vã Tinh dục khêu động	Con người mất kiên nhẫn Nhịp thở tăng nhanh Miệng khô Thân nhiệt lên cao Huyết áp gia tăng Nhịp tim gia tăng Ăn mất ngon Bị ám ảnh / cử chỉ lặp đi lặp lại Nói nhiều Nghẹt mũi	Động kinh về não Đầu óc lẫn lộn Sầu cảm, buồn bã Vách mũi bị mỏng Cảm giác có con gi bò trên da Mất ngủ Hung dữ một cách vô lý và bất chợt Nhức đầu Bị đứt gân máu ở tim mạch hay ở não Bị thiệt mạng
 GHB LÀ MỘT CHẤT LỎNG KHÔNG MÀU SẮC, KHÔNG MÙI VỊ CÓ TÁC DỤNG LÀM DIU CĂNG THẮNG CHO HỆ THỐNG TRUNG	GHB (GAMMA HYDROXY BUTERATE)	Cherry Meth Easy Lay Everclear Fantasy (Mơ tưởng) Goop (Gúp) Georgia Home Boy Grievous Bodily Harm Jib (Gíp) Liquid Ecstasy (chất lỏng) Soap (cục xà bông)	Túi đựng nữ trang - chất bột Lọ thủy tinh - chất lỏng	Làm giảm nở bắp thịt Làm người trở nên say sưa Sự thư giãn Hay chuyện trò	Người say sẩm, lơ đã Chức năng cử động mắt hòa hợp Điện tính trong người mất cân bằng Tai nghe không rõ Trí phán đoán suy kém Mất điều khiển về cử động Nhịp tim đập chậm Chức năng kiểm chế bị sút giảm Hơi thở chậm lại	Người hôn mê Cường hiếp người quen biết Nghiện rượu / nghiện thuốc ma túy Hơi thở khó khăn (khi dùng chung với rượu) Mất sự phản xạ tự nhiên Nôn mửa (khi dùng chung với rượu) Dùng thuốc quá liều Bị động kinh Bị thiệt mạng


HÌNH DẠNG LOẠI MA TÚY	TÊN LOẠI MA TÚY	TÊN THƯƠNG GỌI	HÌNH DẠNG ĐÓNG GÓI	HIỆU QUẢ TÌM KIẾM	DẤU HIỆU & TRIỆU CHỨNG KHI DÙNG THUỐC	NGUY CƠ & HẬU QUẢ DÀI HẠN
 <p>KETAMINE LÀ MỘT LOẠI MA TÚY GÂY ẢO GIÁC CÓ LIÊN HỆ GẦN GÙI VỚI CHẤT PHENCYCLIDINE (PCP).</p>	KETAMINE	Black Hole Cat Valium K Kit Kat Special K Super C Vitamin K	Túi đựng nữ trang - chất bột Giấy nhôm (Foil) Giấy gói (Folds) Lọ thủy tinh - chất lỏng	Thay đổi tình trạng tỉnh táo Mơ màng Gây ảo tưởng Say thuốc Cảm giác tê dại tốt độ	Gây ảo tưởng Thế xác và tinh thần bị phân ly Nói năng không mạch lạc Huyết áp gia tăng Miệng và cổ họng toát ra mùi hôi	Bị chứng lảng trí Mê sảng (đầu óc cực kỳ hỗn loạn) sâu cảm, buồn bã Huyết áp cao Chức năng cử động bị suy yếu Cơ quan hô hấp bị trở ngại Mất khả năng hô hấp Bị thiệt mạng
	PSILOCYBIN	Magic Mushrooms (Loại Nấm) Shrooms (S-rums) Caps Khéps)	Túi đựng nữ trang	Thay đổi tình trạng tỉnh táo Hiểu biết sâu sắc Gây ảo tưởng Giác quan không chính xác	Nhận thức bị sai lệch Cảm giác không tự chủ / Hoang tưởng Gây ảo tưởng / Người hốt hoảng Mất ngủ Bị say thuốc	Không có bằng chứng xác thực rằng chất Psilocybin gây ra sự nghiện cho thể chất và tâm lý Có thể có trạng thái ảo giác trong vòng bốn ngày
 <p>Lá Khat ↑ Bụi Cây Khat ↑</p>  <p>Lá Khat cột thành bó để gửi hàng ↑</p>	KHAT (CATHA EDULIS)	Abyssinian Tea (Trà) African Salad (Sà-lách) lá chuối Chat Kat Khat Oat (yến mạch) Miraa (ở Kenya) Oat (ở Yemen) Tschat (ở Ethiopia)	Gói thành từng bó bằng lá chuối	Cảm thấy hờ hờ Cảm thấy được tự do không bị ràng buộc bởi không gian, thời gian Tăng niềm tự tin, sự thân thiện Thấy thỏa mãn Gây hiệu quả tốt cho việc giao hợp và tình dục Xua tan cảm giác đói bụng	Con người mất kiên nhẫn Con người kiệt sức Bộc phát tính hung bạo Gây ảo tưởng	Chứng biếng ăn Mang bệnh dạ dày Chứng hiếu động quá độ (hyperactivity) Chứng mất ngủ KHAT gây ra chứng rối loạn tâm thần Hành động điên cuồng như bệnh tâm thần Cảm thấy chán đời, không muốn sống
	ANABOLIC STEROIDS	Anavar Deca-Durabolin Cyclomen Halotestin Oxandrin Winstrol Synthetic Testosterone Methyl-1-Testosterone	Đóng gói dưới hình thức dược phẩm M-1-T được tìm thấy ở quỳ thuốc các loại Vitamin	Nâng cao thành tích Gia tăng khối lượng bắp thịt Gia tăng sức mạnh bắp thịt Làm chóng hồi phục sức lực sau khi rèn luyện thể dục, thể thao	Mụn trở thành vết sẹo xấu ở vai, lưng trên, cánh tay và khuôn mặt Đau quận thắt Sầu cảm, buồn bã Vú nở to Số lượng tinh trùng bị suy giảm Chứng đầu xói ở phái nam	Gan / thận có vấn đề rắc rối Có nguy cơ về bệnh tim Sớm suy nhược về tăng trưởng xương Viêm gân Cơ bắp thịt bị giãn rách Chảy máu mũi Nhiều chứng bệnh cancer khác
 <p>HEROIN LÀ CHẤT THUỐC PHIÊN ĐƯỢC CHẾ BIẾN TỪ CHẤT MORPHINE, CHẤT NÀY ĐƯỢC TẠO RA BỞI VIỆC CẮY TRỒNG CÂY THUỐC PHIÊN VỚI HẠT GIỐNG ĐẶC BIỆT LẤY TỪ MỘT LOẠI HOA POPPY.</p>	HEROIN (Bạch Phiến)	China White (Thuốc màu trắng) Chiva Dope (Ma túy) Horse (Ho-s) Junk (Gần-khơ) Smack (S-mác) Tar (Tha) Brown (Màu nâu) H	Đóng gói dưới dạng hạt ngũ cốc (14 hạt cho một gram)	Kiểm chế sự đau Nâng cao trạng thái phờ phơ Cảm giác ấm cứng, phần khô	Con người mất cơ rút Nhịp tim đập chậm Người sây sẩm, lơ đãng Miệng khô / Ăn mất ngon Da bị ngứa Có dấu vết kim đâm chích trên da (nơi tĩnh mạch) Hơi thở chậm Người ngẩn ngơ Ói mưa	Huyết quản bị suy nhược (tĩnh mạch) Người hôn mê Bệnh viêm gan Bị các chứng bệnh phong thấp Bệnh gan / thận Có nguy cơ về sự nghiện thuốc Bị thuốc hành một cách trầm trọng Chứng bất lực ở phái nam Cơ bắp thịt trở nên yếu đuối Ăn mất ngon Bị thiệt mạng


HÌNH DẠNG LOẠI MA TÚY	TÊN LOẠI MA TÚY	TÊN THƯƠNG GỌI	HÌNH DẠNG ĐÓNG GÓI	HIỆU QUẢ TÌM KIẾM	DẤU HIỆU & TRIỆU CHỨNG KHI DÙNG THUỐC	NGUY CƠ & HẬU QUẢ DÀI HẠN
 <p>LSD THƯỜNG ĐƯỢC BÁN DƯỚI DẠNG GIẤY THẤM HOẶC THUỐC VIÊN.</p>	LSD (LYSERGIC ACID DIETHYLAMIDE)	Acid (Ác xít) Blotter Cid Doses (Liều lượng) L Microdots Tabs (Thuốc viên) Trips (loại miếng mỏng) Window Pane (Loại giấy bọc)	Giấy thấm Bột Viên thuốc	Thay đổi tình trạng tinh táo Gây ảo tưởng Sự sáng suốt Khả năng xúc giác bị lệch lạc	Nhịp tim tăng nhanh Thân nhiệt gia tăng Cảm giác không tự chủ / Hoang tưởng Gây ảo tưởng Chứng máu cao Thiếu sự hòa hợp về động tác Giấc ngủ bị rối loạn Hung hăng bất chợt Ói mưa	Hay lo sợ Người hôn mê Bị co giật Sầu cảm, buồn bã Tim hư hại Ám ảnh bởi chuyện xảy ra trong quá khứ Nói năng không mạch lạc Phối hử hại Nhận thức về thực tế bị sai lạc

CÁC LOẠI MA TÚY CÓ THỂ MUA VÀ DÙNG HỢP PHÁP DƯỚI SỰ KIỂM SOÁT CỦA ĐẠO LUẬT HIỆN THỜI


	SALVIA DIVINORUM	Maria Pastora Salvia Sally-D	Phân chiết nguyên chất Lá tươi / khô Nhánh cây cắt nhỏ Hạt giống Nguyên nhánh cây	Cải tiến sự cảm xúc Bình tĩnh	Cảm giác lẫn lộn Kém kèm chế Nâng cao cảm xúc về màu sắc Dễ bộc phát tiếng cười Thị giác bị ảnh hưởng	Bất tỉnh Không có óc nhận thức hoặc hồi tưởng Mất tất cả mọi sự kèm chế Chóng mặt, hoa mắt Người lơ đãng
----------------------------------------------------------------------------------	-------------------------	------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------







NHỮNG SẢN PHẨM XỊT HƠI DÙNG TRONG NHÀ VÀ TRONG KỸ NGHỆ MÀ KHI HÍT VÀO GÂY ẢNH HƯỞNG TRÊN TÂM NÃO (THƯỜNG DÙNG BỞI LỬA TUỔI: 8-16)

	INHALANTS VOLATILE SOLVENTS	Keo xịt Keo dính Chất xịt tẩy/ rửa Dầu xịt Nước bôi tẩy Deodorant (khử hôi) Dust Off (Phủ bụi) Freon (Chất đông lạnh) Hair spray(keo xịt tóc) Gasoline (xăng) Nước chùi móng tay Chất tẩy rửa sơn	Đóng gói theo công ty chế tạo Tinh thần kích động Hiệu quả giống như sự say sưa ngay sau khi uống rượu	Hoang tưởng Con người mất kiên nhẫn Ý niệm về thực tế bị sai lệch Tâm trạng thay đổi bất thường Cổ cứng chỉ như người say rượu Trí phán đoán bị suy kém Tinh thần kém tập trung Chức năng cử động mất hòa hợp Buồn nôn Ói mưa	Trạng thái ngạt thở Bộ óc bị tổn hại Người hôn mê Mê sảng (đầu óc cực kỳ hỗn loạn) Nhức đầu Bệnh tim mạch Gan / thận bị hư hại Chảy máu mũi Chức năng người mù bị sút kém Nghệt thở Hung hăng / hành vi thay đổi bất thường Bị thiệt mạng
----------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	INHALANTS NITROUS OXIDE	Laughing Gas (Hơi) Aerosol Whipped Cream (Loại kem xịt) Club / Party balloons (Bong bóng cho party/ hội họp)	Đóng gói theo công ty chế tạo	Trạng thái phờ phơ Say thuốc Giảm đau	Đầu óc lẫn lộn Cổ cứng như người say rượu Hay cười khúc khích Gây ảo tưởng Trí phán đoán suy kém Chức năng cử động mất hòa hợp Buồn nôn Ói mưa	Bộ óc bị tổn hại Tim suy yếu Bắp thịt chân tay bị co thắt Gan hư hại Mất sự điều khiển về bắp thịt Người ngớ ngẩn Nghệt thở Bị thiệt mạng
------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

BẤT CỨ LOẠI THUỐC NÀO CẦN TOA BÁC SĨ MÀ ĐƯỢC DÙNG CHO MỤC ĐÍCH NGOÀI VIỆC TRỊ LIỆU CÓ THỂ GÂY RA SỰ NGUY HẠI CHO SỨC KHỎE

	CODEINE	Pain Pills (thuốc viên giảm đau) T3 T4	Đóng gói theo công ty chế tạo Chất lỏng Syrup Thuốc viên Dạng thuốc viên	Trạng thái phờ phơ Giảm đau	Người thần thờ Con người mất co rút Nhịp tim giảm yếu Người choáng váng, sây sẩm Mất khả năng suy nghĩ sáng suốt Hơi thở chậm yếu	Bị tao bón Nguy cơ về nghiện rượu, thuốc ma túy Chóng mặt Người choáng váng Buồn nôn Dùng thuốc quá liều
------------------------------------------------------------------------------------	----------------	----------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

HÌNH DẠNG LOẠI MA TÚY	TÊN LOẠI MA TÚY	TÊN THƯƠNG GỌI	HÌNH DẠNG ĐÓNG GÓI	HIỆU QUẢ TÌM KIẾM	DẤU HIỆU & TRIỆU CHỨNG KHI DÙNG THUỐC	NGUY CƠ & HẬU QUẢ DÀI HẠN															
	MORPHINE (Moc-phin)	Dreamer (Mơ tưởng) M Morf MS Contin Peelers (Phi- lờ-s) White Stuff (Bột trắng)	Lọ thủy tinh Ống tiêm Dạng thuốc viên	Trạng thái phờ phơ Giảm đau Cảm giác ứ hơi	Con người mất co rút Nhịp tim giảm yếu Người choáng váng, sây sẩm Miệng khô Mất khả năng suy nghĩ sáng suốt Mất sự tỉnh táo sáng suốt Bộ hô hấp bị chậm yếu	Bị tao bón Có nguy cơ lớn về nghiện ngập Ăn mất ngon Tâm thần suy nhược Cơ bắp thịt suy yếu Bị lạm thuốc (tử vong) Sự sinh sản bị trở ngại															
	DEXTROMETHORPHAN	DXM DM Tussin Roboing Triple C's (Ba chữ C) Dex	Đóng gói dưới hình thức dược phẩm Syrup Thuốc viên Dạng thuốc viên	Nâng cao cảm giác Trạng thái phờ phơ Hay cười khúc khích Tình trạng mơ màng	Cảm giác hồi hoàng Sợ hãi Thần trí và thể chất bị phân ly Nôn mửa Chóng mặt Ngứa ngứa	Cơ thể bị hư hại trường kỳ Chứng sâu cảm Tự cô lập với người xung quang Sự lệ thuộc / nghiện ngập Bị lạm thuốc Bị thiệt mạng															
	OXYCODONE OxyContin® Percocet®	Hillbilly Heroin Kicker OC Ox OxyContin Percocet Percs	Đóng gói dưới hình thức dược phẩm Dạng thuốc viên	Trạng thái phờ phơ Say thuốc Cảm thấy người bay bổng	Con người mất co rút Nhịp tim giảm yếu Người choáng váng, sây sẩm Miệng khô Mất khả năng suy nghĩ sáng suốt Mất sự tỉnh táo sáng suốt Bộ hô hấp bị chậm yếu	Bị tao bón Bị động kinh / Co giật Gây tai hại cho thai nhi trong bụng Có nguy cơ lớn về nghiện ngập Tâm thần suy nhược Cơ bắp thịt suy yếu Bị lạm thuốc															
 <div data-bbox="92 878 457 1094" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>Nên nhớ rằng tất cả các thứ uống dưới đây bao gồm số lượng rượu cồn giống nhau: 13.5 gram chất rượu cồn trong một ly tiêu chuẩn</p> <table border="0"> <tr> <td>Beer</td> <td>Champagne</td> <td>Rượu Vang</td> <td>Rượu nhẹ</td> <td>Rượu mạnh</td> </tr> <tr> <td>5%</td> <td>12%</td> <td>12%</td> <td>20%</td> <td>40%</td> </tr> </table>  <table border="0"> <tr> <td>341 mL (12 oz.)</td> <td>142 mL (5 oz.)</td> <td>142 mL (5 oz.)</td> <td>85 mL (3 oz.)</td> <td>43 mL (1.5 oz.)</td> </tr> </table> </div>	Beer	Champagne	Rượu Vang	Rượu nhẹ	Rượu mạnh	5%	12%	12%	20%	40%	341 mL (12 oz.)	142 mL (5 oz.)	142 mL (5 oz.)	85 mL (3 oz.)	43 mL (1.5 oz.)	ALCOHOL (Rượu)	Beer (Bia) Booze (Buzở) Hard Liquor (Rượu mạnh) Juice (Nước trái cây) Sauce (Nước sốt) Spirits (Rượu nhẹ) Wine (Rượu)	Đóng gói theo công ty chế tạo	Trí nhớ sút kém Say thuốc Mất chức năng kèm chế Cảm thấy thư giãn Giảm đau và sự hồi hộp Có năng lực về xã giao	Tính hung hăng Mất bị mờ Ý thức về thực tế bị sai lệch Khoa trương / Tâm tính thay đổi vô chừng Chức năng cử động mất hòa hợp Trí phán đoán bị suy kém Mất điều khiển về cử động Chức năng kèm chế bị suy giảm Nói năng lắp bắp không mạch lạc	Bất tỉnh Bệnh Cancer Hệ thống trung ương thần kinh hư hại Bị hư gan (chứng xơ gan) Nhiện rượu, thuốc ma túy Tim bị hư hại Mất trí nhớ Ăn mất ngon Bệnh loét bao tử Bệnh liệt dương ở phái nam Thiếu sót Vitamin trong người Bị thiệt mạng
Beer	Champagne	Rượu Vang	Rượu nhẹ	Rượu mạnh																	
5%	12%	12%	20%	40%																	
341 mL (12 oz.)	142 mL (5 oz.)	142 mL (5 oz.)	85 mL (3 oz.)	43 mL (1.5 oz.)																	
	NICOTINE (Ni-cô-tin)	Cigarettes (thuốc điếu) Cigars (Điếu xì-gà) Pipe Tobacco (Thuốc điếu vắn) Smokes (Thuốc hút) Snuff (Thuốc hít)	Đóng gói theo công ty chế tạo	Người bình tĩnh Có năng lực về xã giao Có sự kích thích Giảm cân	Ho Huyết áp gia tăng Nhịp tim gia tăng Ăn kém ngon	Bệnh Cancer Đau ngực Thở khô khè Bệnh viêm cứng phổi kinh niên Nhiện rượu, thuốc ma túy Chứng khí thũng ở phổi Nhiễm trùng hô hấp Đứt gân máu ở não															
<p>TÀI LIỆU THAM KHẢO: SỞ CẢNH SÁT THÀNH PHỐ EDMONTON - <i> KHẨU THUỐC MA TÚY</i> CƠ QUAN Y TẾ CANADA - BAN KẾ HOẠCH CANADA VỀ MA TÚY WEBSITE: http://www.hc-sc.gc.ca/ahc-asc/activit/strateg/drugs-drogues/index_e.html CẤT GIẢM SỰ NGUY HẠI CỦA THUỐC MA TÚY, NHÀ XUẤT BẢN : COMITE PERMANENT DE LUTTE A LA TOXICOMANIE (2004) AADAC (ỦY BAN CHỐNG SỰ LẠM DỤNG RƯỢU VÀ MA TÚY CỦA TỈNH ALBERTA & WEBSITE: www.aadac.com TÀI LIỆU SIÊU TÂM BỒI: Cathy A. Backewich - Nhân viên thiện nguyện của số Cảnh Sát thành phố Edmonton Email: cbackewich@coleskids.org</p>																					
						ẤN HÀNH: THÁNG HAI 2009															

Vật Dụng Ngụy Trang Dùng Cho Việc Sử Dụng Ma Túy

Paraphernalia là danh từ chỉ các thứ đồ vật được dùng cho việc sử dụng ma túy dưới các hình thức như chế luyện, chuẩn bị, che giấu và tiêu thụ chất ma túy một cách bất hợp pháp. Sự nhận dạng về đồ vật này có thể xem là một vấn đề thử thách cho các bậc cha mẹ.

Những sản phẩm đặc chế được dùng cho người chuyên mua bán ma túy với mục đích sản xuất hoặc chuẩn bị các loại ma túy bất hợp pháp dùng cho việc phân phối lên lút ngoài chợ đen. Các đồ vật dùng cho việc chuẩn bị chất ma túy bao gồm các vật dụng kể như sau (không phải chỉ giới hạn các vật sau đây): cái cân, lọ thủy tinh, túi đựng đồ nữ trang, giấy bọc nhựa (plastic wrap) và giấy nhôm (tin foil).



Những vật dụng dùng để tiêu thụ chất ma túy thường được bán ở thị trường, đặc chế dành riêng cho giới trẻ. Hàng được trang trí với nhãn hiệu nhiều màu sắc sặc sỡ và thường được ngụy trang dưới dạng thức các vật trang sức rẻ tiền với mảnh khòe làm cho bạn nghĩ rằng đó là các đồ vật vô hại. Vài đồ vật khác được dùng dưới dạng thức: ống tiêm, bóng đèn, bút viết, hộp lon nước ngọt, ống hút nhựa, cái muỗng và diêm quẹt bật lửa.



Những đồ dùng trong nhà cũng thường được dùng để che giấu các loại ma túy bất hợp pháp. Những đồ vật này bao gồm các thứ như sau (không phải chỉ giới hạn các vật này): phone tay (cell phones), máy gọi (pagers), máy CD (CD players), bút vẽ (magic markers), hộp đựng nữ trang, hộp lon với đáy lon được ngụy trang; điều cần bản là dựa trên những đồ vật có thể đục khoét hoặc làm rỗng ruột để tiện cho việc sử dụng chất ma túy.



Hộp đựng son thoa môi có chứa ống thuốc hút ở bên trong



Máy gọi dùng để giấu thuốc ở bên trong



Viết bút lông có chứa ống đựng thuốc ở bên trong



Lon nước ngọt có đáy rỗng ngụy trang

Hãy tìm tòi và học hỏi để nhận dạng các vật dụng ngụy trang dùng cho việc sử dụng ma túy

Cách Xử Lý Các Chất Kích Thích Gây Tác Động Tai Hại Đến Tâm Thần Ma túy - Rượu - Thuốc lá

Là người lớn chúng ta giữ một vai trò quan trọng trong đời sống của con trẻ. Cũng như là bậc cha mẹ, người giám hộ hay người chăm sóc trong gia đình, quý vị là người tiêu biểu cho mẫu mực, quyền hạn, gây tác động và ảnh hưởng đến quan điểm của con em về vấn đề sử dụng ma túy.

Bạn có thể làm được những gì?

Học hỏi về các chất ma túy có nguy hại đến con trẻ: nhận thức hình dạng của chất thuốc, tên thường gọi của nó, những phản ứng loại thuốc gây ra cho cơ thể nếu con trẻ đang sử dụng, và điều nên làm khi phát giác có chất ma túy trong nhà.

Cất giữ các loại thuốc cần toa bác sĩ, rượu và thuốc lá vào một nơi an toàn mà con trẻ không lấy được. Theo dõi các thuốc này để biết chắc rằng thuốc cất giữ không bị ai lấy mất.

Nếu bạn tìm thấy Thuốc Ma Túy: Nên cẩn thận xử lý đối với các loại thuốc này hay đối với những đồ vật sử dụng ma túy. Nên dùng bao tay cao su nếu bạn cần phải dời chỗ cất giữ và tránh cầm giữ chúng ở gần mặt hoặc đụng chạm đến làn da. Nếu muốn biết về cách thức thích hợp để vứt bỏ loại thuốc ma túy, xin liên lạc với sở cảnh sát địa phương để được hướng dẫn và giúp đỡ. Nếu quý vị quyết định chọn cách chuyển giao trực tiếp loại thuốc này đến sở cảnh sát, xin vui lòng thông báo trước ở một trong những địa điểm sau đây:

- | | | |
|-------------------------------------|-------------------------|--------------|
| ○ Trạm Cảnh Sát Khu Vực Downtown | 9620-103A Avenue | 780-421-2200 |
| ○ Trạm Cảnh Sát Khu Vực Southeast | 104 Youville Drive East | 780-426-8200 |
| ○ Trạm Cảnh Sát Khu Vực Southwest | 9710-51 Avenue | 780-426-8300 |
| ○ Trạm Cảnh Sát Khu Vực Hướng West | 16505-100 Avenue | 780-426-8000 |
| ○ Trạm Cảnh Sát Khu Vực Hướng North | 14203-50 Street | 780-426-8100 |

Tổ Chức Hoạt Động Về Trồng Cây Cần Sa (Marijuana Grow Ops):

Nếu quý vị nghi ngờ có người lên lút trồng cây Cần Sa trong khu vực láng giềng...**XIN ĐỪNG TỰ Ý KIỂM TRA HAY HÀNH ĐỘNG MỘT MÌNH.** Hãy liên lạc sở Cảnh Sát thành phố Edmonton (Edmonton Police) hay cơ quan Ngăn Chặn Sự Phạm Pháp (Crime Stoppers) tại số 1-800-222-8477.

Phòng Pha Chế Hoá Chất Meth (Meth Labs):

Nếu quý vị bắt gặp hoặc nghi ngờ nơi nào có phòng pha chế hoá chất Meth (Meth Labs)... **HÃY TRÁNH XA!** Lập Túc Rời Khỏi Khu Vực Đó và liên lạc đường dây Edmonton Police Complain Line) ở số 780-423-4567. Ở ngoài khu vực Edmonton, xin liên lạc cơ quan Crime Stoppers tại số 1-800-222-8477.

Phòng pha chế hoá chất Meth (Meth Labs) rất là cực kỳ nguy hiểm. Nhiều hóa chất tìm thấy ở phòng pha chế Meth có chất phá hủy và dễ bắt cháy. Hơi tỏa từ tác động phản ứng hóa học của nó rất độc hại cho lớp màng mỏng (mucous membranes) của cơ thể, của làn da, mắt và đường dây hô hấp. Một số hóa chất có tác động phản ứng với nước hoặc các hóa chất khác và gây ra sự phát cháy hay bùng nổ.

Bất cứ người nào mà không được huấn luyện thích đáng và không có mang dụng cụ bảo vệ thì nên tránh xa chỗ tình nghi pha chế hoá chất Meth, ít nhất là 500 feet.

Bạn CÓ THỂ Tạo Được Sự Khác Biệt !

Có Phải Cây Cần Sa Được Trồng ở Gần Nhà Bạn ?

Nhà Cần Sa (Marijuana houses) là những căn nhà chuyên trồng cây cần sa lén lút trong nhà. Kẻ phạm pháp bán buôn ma túy để kiếm tiền hoặc để trao đổi các thuốc ma túy khác. Bạn có thể làm được nhiều việc để giữ con đường mà bạn đang ở được an toàn, tránh xa những nhà trồng cây cần sa.

1. Quen biết người láng giềng gần nhà.
2. Đọc giấy thông tin tài liệu *Tổ Chức Hoạt Động Về Trồng Cây Cần Sa: Một Sự Tăng Trưởng Nguy Hiểm (Marijuana Grow Ops: A Growing Hazard)*
3. Đọc tài liệu trên mạng (website) về nhà chuyên trồng cây cần sa: www.edmonton.ca/safedmonton
4. Để ý xem con đường trên nhà bạn có căn nhà nào có vẻ khác lạ với những căn nhà khác:
 - Trên mái nhà không thấy có tuyết phủ.
 - Nước chảy ra có vẻ dơ bẩn.
 - Nước bị ú đọng.
 - Cửa sổ có màn che kín.
 - Trong nhà lúc nào đèn cũng cháy sáng trưng.
 - Hơi nước lúc nào cũng tỏa ra từ ống thoát hơi.
 - Có mùi hôi lạ.
 - Nhà không có bỏ rác
 - Không có dùng thực phẩm
 - Có người trông giữ vườn cỏ thăm viếng (crop sitter)
5. Gọi cơ quan Crime Stoppers (1-800-222-8477) để cảnh sát có thể đến kiểm soát. Bạn không cần phải cho biết tên họ của bạn.
6. Nếu bạn là chủ nhà, hãy kiểm tra lý lịch của người mượn nhà.
7. Để ý theo dõi những người mới dọn vào khu láng giềng của bạn.

Nhà Trồng Cây Cần Sa Gây Ảnh Hưởng Thế Nào Đối Với Bạn

Những nhà trồng cây cần sa (Marijuana houses) gây ảnh hưởng đến khu láng giềng bởi vì có thể xảy ra những việc sau đây:

- Cháy nhà hay hỏa hoạn
- Bị điện giật
- Sự bạo hành

Việc trồng cây cần sa cũng có thể gây ra:

- Chi phí tiêu thụ điện lực trở thành cao giá cho mọi người.
- Giá trị căn nhà bị thay đổi trên thị trường.
- Hơi khói và mốc meo độc hại.
- Căn nhà cần phải tu sửa lại rất nhiều.