

Na stronie <https://poradniauzaleznienia.pl/> działa poradnia on-line świadcząca pomoc dotyczącą narkotyków/nowych substancji psychoaktywnych, problemów związanych z alkoholem, uzależnień mieszanych (od narkotyków i alkoholu łącznie), leków, sterydów i innych substancji psychoaktywnych.

Poradnię prowadzi Fundacja Praesterno na zlecenie Krajowego Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom.

Potrzebujesz pomocy?

Bezpłatne i anonimowe porady specjalistów od uzależnień (alkohol, narkotyki, leki) przez e-mail lub chat.

Wyślij e-mail →

Wejdź na chat →



Pomoc bezpośrednia udzielana jest przez specjalistów w formie odpowiedzi na pytania przesłane mailem lub w formie kontaktu czatowego. Okienko czatu pojawia się w czasie dyżurów specjalistów.

W portalu dostępna jest rozbudowana baza około 1200 placówek pomocowych. Wyszukiwarka placówek umożliwia wybór rodzaju uzależnienia, typu pomocy, województwa, placówek przyjmujących dzieci

i młodzież oraz placówek przyjmujących osoby z podwójną diagnozą (uzależnienie i zaburzenia psychiczne). Możliwe jest także niezależne wyszukiwanie placówek po wpisaniu nazwy placówki, miasta lub adresu. Prezentowane są także inne listy placówek pomocowych oraz zestawienie telefonów zaufania z opisem zakresu udzielanej pomocy.

Informator o narkotykach dostarcza wiedzy na temat tego, czym są i jak działają substancje psychoaktywne. Opisane zostały wskaźniki zażywania narkotyków, takie jak wygląd zewnętrzny (m.in. oczy, nos, twarz, zmiany skórne, znaczące ubytki wagi), zapach, zachowanie (mowa, żywienie, obniżony nastrój, objawy fizjologiczne), przedmioty związane z narkotykami (takie jak m.in. igły, strzykawki, opakowania po tabletkach/drażetkach, rurki, bibułka itp.).

Materiały informacyjno-edukacyjne

Informator o
narkotykach



Słowniczek terminów
slangowych



Przepisy prawne



Publikacje
elektroniczne



Czasopisma



Materiały dla
specjalistów





Baza placówek pomocowych



Bezpłatne i anonimowe porady przez e-mail



Polecamy również zbiór przepisów prawnych, opracowany na podstawie Internetowego Systemu Aktów Prawnych (ISAP), uaktualnianego na bieżąco przez Kancelarię Sejmu Rzeczypospolitej Polskiej i znajdującego się w internecie pod adresem isap.sejm.gov.pl. W zbiorze aktów na stronie poradni są prezentowane wersje aktów prawnych aktualnych na dzień 31.03.2025 r. Daty i numery właściwych dzienników, monitorów i pozycje, pod którymi zostały opublikowane akty, można znaleźć na stronie ISAP. Na stronie poradni prezentowane są odnośniki do: ustaw, rozporządzeń i obwieszczeń Prezesa Rady Ministrów, Rady Ministrów, Ministra Zdrowia, Ministra Edukacji i Nauki, Ministra Sprawiedliwości, Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji, Ministra Rodziny i Polityki Społecznej, Ministra Obrony Narodowej oraz obwieszczenia Marszałka Sejmu Rzeczypospolitej Polskiej. W sumie umieszczono ponad 70 odnośników do aktów prawnych mających związek z problematyką uzależnień i przemocy domowej.

Omówiono właściwości uzależniające, skutki oraz objawy używania najpopularniejszych narkotyków z grup tzw. tradycyjnych (amfetamina, marihuana, heroina), jak i nowych substancji psychoaktywnych, zwanych wcześniej „dopalaczami” (mefedron, spice i in.). Opis dotyczy także halucynogenów (LSD, grzybów i innych roślin halucynogennych), leków (takich jak barbiturany oraz benzodiazepiny). W zestawie znajdują się także inne substancje: sterydy anaboliczne i środki wziewne.

W portalu znajduje się również dział z materiałami dla specjalistów. Każdy materiał zawiera link umożliwiający przejście na poświęconą mu stronę internetową. Prezentowane są wybrane programy profilaktyczne, szkolenia dla specjalistów i nauczycieli, udostępnione zostały syntetyczne opisy materiałów umożliwiających prowadzenie zajęć profilaktycznych z młodzieżą, a także zajęć z rodzicami.



Bieluń (halucynogen)

Wydawca:

Krajowe Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom
ul. Dereniowa 52/54, 02-776 Warszawa
tel.: 22 641 15 01
e-mail: kcpu@kcpu.gov.pl; www.kpcu.gov.pl

Redaktorka naczelna: Bogusława Bukowska;

Redaktor prowadzący: Tomasz Kowalewicz;

Kolegium redakcyjne: Bartosz Kehl, Artur Malczewski, Katarzyna Michalska,
Danuta Muszyńska, Anna Radomska

Redakcja:

Fundacja PRAESTERNO
ul. Widok 22/30, 00-023 Warszawa
tel.: +48 601 311 454
e-mail: biuro@praesterno.pl
www.praesterno.pl

Egzemplarz bezpłatny
Nr 2 (110) 2025 r.

Numery archiwalne na stronie:
www.siu.praesterno.pl
ISSN 2543-8816