
האמת על
קוקאין
שם המלכים בלואן
שלגיה
צרלי
notodrugs.co.il

למה החוברת הזאת הופקה

בימינו אתה שומע הרבה דיבורים על סמים – בבית-הספר, ברחובות, באינטרנט ובטלוויזיה. חלקם נכונים וחלקם לא.

אבל ייתכן שאתה לא יודע שדברים רבים ממה שאתה שומע על סמים למעשה מגיעים מאלה שמוכרים אותם. סוחרי סמים לשעבר סיפרו שהם היו אומרים כל דבר כדי שאנשים ייקנו סמים.

אתה צריך את העובדות האמיתיות ואת האמת על סמים כדי להגיע להחלטה לגביהם שמבוססת על עובדות. זאת הסיבה שבגללה הכנו את החוברת הזאת – בשבילך.

המשוב שלך חשוב לנו, אז ספר לנו מה אתה חושב על החוברת הזאת. בקר אותנו ב-**Notodrugs.co.il** ושלח לנו אי-מייל אל **info@drugfreeworld.org**.

מה זה קוקאין?

קוקאין הוא סם מעורר ממכר מאוד שמופק מהעלים של צמח הקוקה הדרום-אמריקאי. המילה *קוקאין* מתייחסת לסם כשהוא בצורת אבקה או בצורה גבישית.* סוחרי סמים לעתים קרובות מערבבים את האבקה עם חומרים כמו עמילן תירס, אבקת טלק, סוכר או סמים אחרים כגון פרוקאין (סם הרדמה מקומי) או אמפטמינים.

קוקאין פותח לראשונה כסם הרדמה ומאוחר יותר שימש כמשכך כאבים. ברחוב, בדרך כלל מסניפים אותו, כשהאבקה נספגת למחזור הדם דרך רקמות האף. אפשר גם לבלוע אותו או למרוח אותו על החניכיים. כאשר מעשנים קוקאין, הוא נקרא *freebasing* (קוקאין בצורתו החופשית).

יש משתמשים שמזריקים קוקאין כדי להרגיש את השפעותיו מהר יותר, וזה מגדיל מאוד את הסיכון למנת יתר. לפעמים מערבבים קוקאין עם הרואין או פנטניל, אופיואיד רב-עוצמה שהוא חזק פי 50 מהרואין. שילובים אלה מסוכנים במיוחד וגרמו להרבה מקרי מוות כתוצאה ממנת יתר.

* בצורתו הגבישית, הוא נקרא *קראק קוקאין*. למידע נוסף, ראה את 'האמת על קראק קוקאין' בסדרה זאת.

אבקה לבנה קטלנית

קוקאין הוא סם מסוכן. מחקרים הראו שהוא ממכר ביותר ויכול לשנות את מבנה המוח ותפקודו בעת שימוש חוזר. עבור רבים, זה כמעט בלתי אפשרי להשתחרר מהתלות הפיזית והנפשית. קוקאין מעורר קולטנים (קצות עצבים שחשים בשינויים בגוף) מרכזיים במוח, ויוצר תחושה זמנית של אופוריה. סבילות מתפתחת במהירות, כלומר המשתמשים זקוקים למנות גבוהות יותר ולשימוש תכוף יותר כדי לנסות להשיג את אותה ההשפעה.

היום, קוקאין הוא עסק שמגלגל מיליארדי דולרים ברחבי העולם. משתמשים באים מכל הרמות הכלכליות, המקצועות והגילאים – אפילו תלמידי בית-ספר בני שמונה בלבד.

שימוש בקוקאין יכול לגרום למוות מאי-ספיקה נשימתית, שבץ, דימום מוחי או התקף לב. תינוקות שנולדו לאימהות מכורות לקוקאין עשויים להיות מכורים בעצמם ויכולים לסבול ממומים מולדים ומבעיות בריאות.

למרות הסכנות שלו, השימוש בקוקאין ממשיך לגדול, כנראה משום שהמשתמשים מתקשים כל-כך להשתחרר מהתמכרות.

כינויי רחוב

כמה כינויי רחוב נפוצים לקוקאין כוללים:

- אבקת מלאכים
- Aunt Nora
- Big C
- Blow
- C-Dust
- צ'רלי
- קוקאין
- קוק
- אבק
- Flake
- Mojo
- Nose Candy
- Paradise
- שלג
- Speedball (מעורבב עם הרואין)
- סוכר
- Toot
- לבן

א תה מאמין שקוקאין יגביר את הקליטות החושיות שלך, שהוא יאפשר לך להתעלות על עצמך, שתהיה מסוגל לשלוט בדברים. אלה שטויות גמורות. אחרי כמה זמן, אתה כבר לא משלם את החשבונות שלך, אתה לא מתרחץ יותר, אתה מוותר על החברים שלך ועל משפחתך. אתה תמצא את עצמך פגיע ובודד". – נייג'ל



סטטיסטיקות בינלאומיות

קוקאין הוא אחד הסמים הנסחרים ביותר באופן לא חוקי. נתונים מהעת האחרונה מראים שכמויות הקוקאין שנתפסו בעולם המשיכו לגדול, והגיעו ל-2,026 טונות, כשהכמויות הגדולות ביותר שנעצרו היו בדרום אמריקה.

על פי המרכז האירופי לפיקוח על סמים והתמכרות לסמים, קוקאין הוא גם הסם השני הנפוץ ביותר באירופה.

כ-2.2 מיליון אנשים בגילאי 15 עד 34 דיווחו על שימוש בקוקאין לפחות פעם אחת בשנה הקודמת.

בארצות-הברית, הסקר הלאומי על שימוש בסמים ובריאות מצא ש-5.5 מיליון אמריקאים בגילאי 12 ומעלה השתמשו בקוקאין בשנה. בקרב בני ה-18 עד 25, 1 מכל 20 דיווח על שימוש בקוקאין בצורה כלשהי בשנה האחרונה.

סקר של המכון הלאומי להתמכרות לסמים מצא שיותר בני נוער מבינים את הסכנות של שימוש בקוקאין; עם זאת,



סקרים מראים שבערך מחצית מהמבקרים במועדוני ריקודים אירופיים היו מסטולים מקוקאין.

מקרי המוות הקשורים לקוקאין הוכפלו בתקופה של חמש שנים.

סכנה גוברת היא קוקאין שמעורבב עם אופיואידים סינתטיים כמו פנטניל. מספר מקרי המוות כתוצאה ממנות יתר מקוקאין בשילוב עם החומרים האלה גדל מהר יותר ממקרי המוות מקוקאין לבדו.

חבר שלי היה על סמים במשך ארבע שנים, שבשלוש מתוכן הוא השתמש בסמים קשים כגון קוקאין, אל-אס-די, מורפיום והרבה נוגדי דיכאון ומשככי כאבים – למעשה, כל דבר שהוא היה יכול לשים עליו יד. הוא כל הזמן התלונן על באבים עוראיים בגופו והמצב שלו רק הלך והחמיר עד שלבסוף הוא הלך לראות רופא.

"הרופא אמר לו שהוא לא יכול לעשות למענו שום דבר, ושעקב ההתדרדרות של הגוף שלו, הוא לא יחיה עוד הרבה זמן. הוא מת כעבור כמה ימים". – דוויין

למה קוקאין כל-כך ממכר?

קוקאין, כמו הרואין ומתאמפטמין,* הוא אחד הסמים הממכרים ביותר שזמינים. לפי מחלקת הבריאות ושירותי האנוש של ארצות-הברית, בתקופה של שנה אחת, 5.5 מיליון אנשים השתמשו בקוקאין, כולל קראק, בתוך שנה, כשבערך מיליון מהם הפכו למכורים.



קוקאין מפעיל מרכזי הנאה במוח, וגורם לאופוריה זמנית. משתמשים מפתחים סבילות במהירות, וזקוקים ליותר מהסם כדי להשיג את אותו ההיי.

שילוב קטלני של סמים

לעתים קרובות קוקאין מעורבב עם סמים אחרים, כולל סמי הרגעה, אמפטמינים,† מריחואנה והרואין. השילובים האלה מגבירים במידה רבה את הסכנה של שימוש בקוקאין. ביחד עם סיכוי גבוה יותר לפתח תלות בשני סמים, ערבוב חומרים יכול בקלות להיות קטלני.



לא היה לי יותר שום עתיד. לא ראיתי איך אוכל להשתחרר מהתלות שלי בקוקאין. הייתי אבודה. הרגשתי שאני 'מתפוצצת' ושאני לא מסוגלת לעצור את עצמי מלהמשיך להשתמש בקוקאין בצורה חמורה. היו לי הזיות שחיות זוחלות לי מתחת לעור. הרגשתי אותן בכל פעם שהזרקתי וגירדתי את עצמי עם קצה המחט עד שהתחלתי לדמם כדי לגרום להן לעזוב. פעם אחת דיממתי מזה בצורה כל-כך חמורה שהיו צריכים לקחת אותי לבית-החולים". – סוזן

* מתאמפטמין: סם ממכר ביותר שממריץ את מערכת העצבים המרכזית (המוח ועמוד השדרה)
† אמפטמין: סם שממריץ את מערכת העצבים המרכזית, לרוב נקרא *ספיד*, עם פוטנטיות נמוכה יותר ממתאמפטמין

ההשפעות של קוקאין

מהן השפעות הקוקאין לטווח קצר?

קוקאין גורם להיי חזק שנמשך זמן קצר ומיד אחריו מגיע ההפך – דיכאון עמוק, עצבנות והשתוקקות לעוד מהסם. המשתמשים עשויים שלא לאכול או לישון כראוי ויכולים לחוות קצב לב מוגבר מאוד, עוויתות שרירים ופרכוסים. אפילו כשהם לא בהיי, המשתמשים יכולים להרגיש פרנואידים,* להרגיש כעס, עוינות וחרדה.

השימוש בקוקאין מגדיל את הסיכון לקבל התקף לב, שבץ, התקף פרכוסים או אי-ספיקה נשימתית, שכל אחד מהם יכול להסתיים במוות פתאומי.

מהן השפעות הקוקאין לטווח ארוך?

הביטוי "dope fiend" הומצא במקור לפני שנים רבות כדי לתאר את תופעות הלוואי השליליות של שימוש מתמשך בקוקאין. ככל שהסבילות לסם מתחזקת, נוצר צורך לצרוך כמויות הולכות וגדלות כדי לקבל את אותו ההיי. שימוש יומיומי ממושך גורם לנדודי שינה ולאובדן תיאבון. אדם יכול להפוך לפסיכוטי ולהתחיל לחוות הזיות.



*פרנואיד: חשדן באופן קיצוני ולא הגיוני, לא נותן אמון או פוחד מאנשים אחרים ללא הוכחות או הצדקה

קוקאין משנה את התהליכים הכימיים של המוח, וגורם למשתמשים להרגיש שהם זקוקים לו כדי לתפקד בצורה נורמלית. התמכרות לקוקאין, כמו עם סמים אחרים, מובילה לאיבוד עניין בתחומים אחרים בחיים.

ההיגמלות מקוקאין גורמת לדיכאון עמוק, שיכול לדחוף אנשים לעשות כמעט כל דבר כדי להשיג עוד.

אם הם לא יכולים להשיג עוד קוקאין, הדיכאון יכול להוביל לאלימות או להתאבדות.



"לא תיגעו בקוקאין. ישבתי שנתיים בכלא בגלל הסם הזה. ובשיצאתי, החיים היו בל-בך קשים שהתחלתי לקחת את הסם שוב. אני מכיר 10 בחורות שהפכו לזונות בגלל קוקאין. זה הרבה יותר קיצוני ומשפיל ממה שאנחנו מאמינים. בזמן השימוש אנחנו לא מבינים באיזו מידה הסם הורס אותנו". – שון

השפעות לטווח קצר

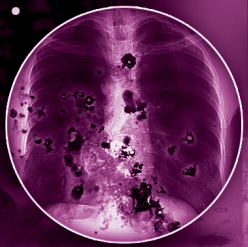
- אובדן תיאבון
- קצב לב מוגבר, לחץ דם גבוה וחום
- התכווצות של כלי דם
- נשימה מהירה יותר
- אישונים מורחבים
- דפוסי שינה לא סדירים
- בחילה
- עוררות-יתר
- התנהגות מוזרה, בלתי צפויה ולעתים אלימה
- הזיות, גירוי-יתר, אי שקט
- תחושה של חרקים שזוחלים מתחת לעור
- אופוריה עזה
- חרדה ופרנויה
- דיכאון
- השתוקקות חזקה לסם
- פאניקה ופסיכוזה
- מינון גבוה (אפילו פעם אחת) עלול לגרום לעוויתות, לפרכוסים ולמוות פתאומי



קוקאין יכול להזיק ללב, לכליות, למוח ולריאות.

השפעות לטווח ארוך

- נזק קבוע לכלי הדם בלב ובמוח
- לחץ דם גבוה שמוביל להתקפי לב, שבץ ומוות
- נזק לכבד, לכליות ולריאות
- נזק לרקמות האף אם מסניפים אותו
- אי-ספיקה נשימתית אם מעשנים אותו
- מחלות זיהומיות ומורסות אם מזריקים אותו
- תת-תזונה, אובדן משקל
- ריקבון חמור של השיניים
- הזיות (שמיעה, מגע)
- בעיות מיניות, נזק למערכת הרבייה ועקרות (אצל נשים וגברים כאחד)
- חוסר התמצאות, אפתיה, תשישות מבולבלת
- תנודות במצב הרוח ורגזנות
- התנהגות מסוכנת
- דליריום או פסיכוזה
- דיכאון עמוק
- סבילות והתמכרות (אפילו אחרי שימוש אחד בלבד)



ילדים: הקורבנות הבי חפים מפשע של קוקאין

אנשים אומרים לעתים קרובות, "אני לוקח סמים, אבל זה העסק שלי בלבד!" אבל, לשימוש בסמים תמיד יש קורבנות חפים מפשע: אנשים שנפגעים על-ידי מכורים שמבצעים פשעים כדי לממן את ההתמכרות שלהם ואלה שנהרגים בתאונות דרכים שנגרמות על-ידי נהגים תחת השפעת קוקאין.

הקורבנות הטרגיים ביותר של קוקאין הם תינוקות שנולדים לאימהות שמשתמשות בו במהלך ההיריון. בארה"ב לבדה, עשרות אלפי תינוקות נולדים כל שנה לאחר שכבר נחשפו לקוקאין. אפילו לאלה שלא נולדו מכורים יש לעתים קרובות בעיות גופניות, לרבות לידה מוקדמת, משקל נמוך בלידה, עיכוב בגדילה, מומים מולדים ונזק למערכת העצבים.

לתינוקות עם משקל נמוך בלידה יש פי 20 יותר סיכוי למות בחודש הראשון לחייהם מאשר לתינוקות במשקל רגיל, והם עומדים מול סיכון גבוה יותר לבעיות בריאותיות לכל החיים כגון מוגבלויות שכליות ונזק מוחי.

השפעת הטרגדיה האנושית הזו על החברה עדיין לא נמדדה במלואה.

קוקאין: היסטוריה קצרה

קוקה הוא אחד הממריצים הטבעיים העתיקים ביותר והחזקים ביותר. לפני כ-5,000 שנה, בני האינקה הקדומים בהרי האנדים לעסו עלי קוקה כדי להגביר את קצב הלב והנשימה כדי להתמודד עם חיים באוויר הררי דליל.

ילידים בפרו לעסו עלי קוקה רק במהלך טקסים דתיים. זה השתנה כאשר חיילים ספרדים פלשו לפרו ב-1532 ונתנו קוקה לפועלים אינדיאנים בעבודת כפייה כדי שימשיכו לעבוד במכרות כסף כי זה הקל עליהם לשלוט בהם ולנצל אותם.

הכימאי הגרמני אלברט נימן זיקק קוקאין מעלי קוקה לראשונה ב-1859. זה נעשה פופולארי בקהילה הרפואית בשנות ה-80 של המאה ה-19.

הפסיכואנליטיקן האוסטרי זיגמונד פרויד, שהשתמש בסם בעצמו, היה הראשון שקידם את הקוקאין באופן נרחב כטוניק לרפא דיכאון ואין-אונות.



מה שהתחיל כמסורת דתית בהרי האנדים הפך להתמכרות לסם ברחבי העולם.

ב-1884, הוא פרסם את המאמר "Über Coca" ("על הקוקה"), וכינה אותו "קסום". למרות שפרויד הבחין בסכנות הטמונות בו, הוא עדיין המליץ עליו לחברים קרובים. חבר אחד חווה הזיות קשות עם "נחשים לבנים שזוחלים על עורו". פרויד האמין ש-"המינון הרעיל [של קוקאין] הוא מאוד גבוה, ונראה שאין מנה קטלנית", אבל לפחות אחד מהמטופלים שלו מת ממינון גבוה שהוא רשם לו.

ב-1886, ג'ון פמברטון הוסיף עלי קוקה למשקה הקל החדש שלו, קוקה-קולה.

ההשפעות הממריצות של המשקה הפכו אותו לפופולארי מאוד אבל, ב-1903, הלחץ הציבורי אילץ את החברה להוציא את הקוקאין מהמשקה הקל.

משנות ה-50 של המאה ה-19 ועד תחילת המאה ה-20, אנשים מכל המעמדות החברתיים השתמשו במוצרים שהכילו קוקאין ואופיום.

עם השימוש ההולך וגדל שלו, בתי-חולים וספרות רפואית החלו לדווח על מקרים של נזק לאף שנגרם מהסנפת קוקאין.

הקוקאין היה פופולארי בתעשיית הסרטים האילמים, והוליווד קידמה אותו, כשהיא משפיעה על מיליונים.

ב-1912, ארה"ב דיווחה על 5,000 מקרי מוות הקשורים לקוקאין בשנה אחת. תוך עשר שנים הסם נאסר לשימוש.

הקוקאין חזר להיות שוב פופולארי בשנות ה-70 של המאה ה-20, במיוחד בקרב אנשי בידור ואנשי עסקים. נראה שהסם היה בן הלוויה המושלם לנסיעה בנתיב המהיר. בכמה אוניברסיטאות אמריקאיות, אחוז הסטודנטים שהתנסו בקוקאין עלה פי 10.

בסוף שנות ה-70, סוחרי סמים קולומביאנים בנו רשתות כדי להבריח קוקאין לתוך ארה"ב.

בסוף שנות ה-80, קוקאין כבר לא היה יותר רק סם הבחירה לעשירים; אלא היה ידוע בתור הסם המסוכן והממכר ביותר באמריקה, ונקשר לעוני, לפשע ולמוות.

בתחילת שנות ה-90, קרטלי הסמים הקולומביאניים ייצרו וייצאו 500 עד 800 טונות של קוקאין בשנה לארה"ב, אבל ייצאו גם לאירופה ולאסיה. רשויות אכיפת החוק פירקו קרטלים גדולים באמצע שנות ה-90, אבל קבוצות קטנות יותר צצו. היום, יותר מ-300 ארגונים פעילים ידועים של הברחת סמים פועלים בקולומביה.

הקוקאין נשאר אחד מהסמים הבלתי חוקיים הנסחרים ביותר בעולם למרות ההיסטוריה שלו כסם שגורם להתמכרות, לאובדן חיים ולפשעים אלימים שקשורים לפושעים שסוחרים בו.

מה סוחרי סמים יגידו לך

שנערך סקר בקרב בני עשרה כדי לגלות למה הם התחילו להשתמש בסמים מלכתחילה, 55 אחוז השיבו שזה היה בגלל לחץ מחבריהם. הם רצו להיות מגניבים ופופולאריים. סוחרי הסמים יודעים את זה.

הם ייגשו אליך בתור חברים שלך ויציעו "לעזור לך" עם "משהו שיעזור לך להירגע ולהרגיש טוב". הסם "יעזור לך להשתלב" או "יעשה אותך מגניב".

סוחרי סמים, שהדבר היחיד שמעניין אותם זה הכסף שהם מרוויחים, יגידו כל דבר כדי לגרום לך לקנות את הסמים שלהם. הם יגידו לך ש-"קוקאין יהפוך את החיים שלך למסיבה".

לא אכפת להם אם הסמים הורסים את חייך כל עוד הם מקבלים תשלום. הדבר היחיד שאכפת להם ממנו זה כסף. סוחרי סמים לשעבר מודים שהם ראו בקונים שלהם "חיילים במשחק שחמט".

קבל את העובדות על סמים. החלט בעצמך.



עם קוקאין, אתה כמו עש שתקוע על מנורה. הוא מושך אותך יותר ויותר ואתה לא יכול לעצור את זה. זה לא גופני. זה בראש שלך. ככל שיש לך יותר ממנו, כך אתה יותר צורך אותו. הזרקתי אותו לעצמי כל 10 דקות. לוויתי כסף מהבנק כדי לקנות אותו. יום אחד פוטרתי מהעבודה. המצב החמיר. נהגתי להזריק כל הזמן. הדבר הזה גרם לי לאבד את שפיותי. ידעתי את זה, אבל המשכתי. הפכתי לבישלון מוחלט". – מרילין

האמת על סמים

סמים הם ביסודו של דבר רעלים. הכמות שנלקחת קובעת את מידת ההשפעה.

כמות קטנה פועלת כחומר ממריץ (מאיץ אותך). כמות גדולה יותר פועלת כחומר הרגעה (מאט אותך). וכמות גדולה יותר פועלת כרעל ומסוגלת להרוג.

זה נכון לגבי כל סם. רק הכמות הנדרשת להשגת ההשפעה משתנה.

אבל יש סמים רבים שיש להם חיסרון נוסף: הם משפיעים ישירות על המיינד. הם יכולים לעוות את הקליטה החושית של המשתמש לגבי מה שקורה סביבו. כתוצאה מכך, פעולותיו של האדם עלולות להיות מוזרות, לא הגיוניות, לא הולמות ואף הרסניות.

סמים חוסמים את כל התחושות, הרצויות ביחד עם הלא רצויות. לכן, בעוד שהם עוזרים בהקלת הכאב בטווח הקצר, הם גם מחסלים את היכולת והערנות ומערפלים את החשיבה.

תרופות הן סמים שמיועדים להאיץ, להאט או לשנות משהו בקשר לדרך שבה הגוף שלך פועל בניסיון לגרום לו לפעול טוב יותר. לפעמים הן נחוצות. אבל הן עדיין סמים: הן פועלות כחומרים ממריצים או כחומרי הרגעה, וכמות גדולה מדי יכולה להרוג אותך. אז אם אתה לא משתמש בתרופות כפי שאתה אמור להשתמש בהן, הן יכולות להיות מסוכנות כמו סמים לא חוקיים.

התשובה האמיתית היא לדעת את העובדות ולא לקחת סמים מלכתחילה.



למה אנשים לוקחים סמים?

אנשים לוקחים סמים כי הם רוצים לשנות משהו בחייהם.

הנה כמה מהסיבות שצעירים נתנו לשימוש בסמים:

- כדי להשתלב
- כדי לברוח או להירגע
- כדי להשתחרר מהשעמום
- כדי להיראות מבוגר
- כדי להתמרד
- כדי להתנסות

הם חושבים שסמים הם פתרון. אבל בסופו של דבר, סמים הופכים לבעיה.

עד כמה שזה יכול להיות קשה לאדם להתמודד עם הבעיות שלו, ההשלכות של שימוש בסמים הן תמיד גרועות יותר מהבעיה שהאדם מנסה לפתור איתם. התשובה האמיתית היא לדעת את העובדות ולא לקחת סמים מלכתחילה.





מיליוני עותקים של חוברות כמו זו חולקו לאנשים ברחבי העולם ביותר מ-20 שפות.

כשסמים חדשים מופיעים ברחובות ומידע רב יותר על ההשפעות שלהם מתגלה, החוברות הקיימות מעודכנות וחוברות חדשות מיוצרות.

החוברות מוצאות לאור על-ידי 'המוסד לעולם ללא סמים', ארגון ללא כוונת רווח לתועלת הציבור שהמטה שלו נמצא בלוס-אנג'לס, קליפורניה.

המוסד מספק חומרים חינוכיים, ייעוץ ותיאום עבור הרשת הבינלאומית שלו למניעת שימוש בסמים. הוא עובד עם בני נוער, הורים, מחנכים, ארגוני מתנדבים ומוסדות ממשלתיים – כל מי שמעוניין לעזור לאנשים לנהל חיים נקיים מסמים.

סימוכין:

לסימוכין שהיו בשימוש להכנת החוברת הזאת, לך אל NoToDrugs.co.il/refs.

קרדיטים לצילומים: עמודים 2, 8: Corbis; עמוד 16: Freud Museum Photo Library

עובדות שאתה צריך לדעת

חוברת זאת היא אחת מסדרת פרסומים שמתארת את העובדות על שימוש במריחואנה, אלכוהול, פנטניל, סמים סינתטיים, אקסטזי, קוקאין, קראק קוקאין, קריסטל מת' ומתאמפטמינים, ממסים נדיפים, הרואין, אל-אס-די ותרופות מרשם. כשברשותו המידע הזה, הקורא יכול להחליט לחיות חיים נקיים מסמים.

כדי לעשות קורסים אונליין ללא תשלום או כדי ליצור קשר עם סניף של 'עולם ללא סמים' באזור שלך, לך אל NoToDrugs.co.il

Foundation for a Drug-Free World
DrugFreeWorld.org • info@drugfreeworld.org
1 (888) 668-6378 • 1 (818) 952-5260

סרוק כאן כדי להוריד את החוברת הזאת

© 2025 Foundation for a Drug-Free World. כל הזכויות שמורות. Truth About Drugs והלוגו של Foundation for a Drug-Free World הם סימנים מסחריים בבעלות Foundation for a Drug-Free World ונמצאים בשימוש באישורו. מס' Hebrew-S001562