

Föräldraföreningen Mot Narkotika är en ideell, religiöst och partipolitiskt obunden organisation som riktar sig till anhöriga; föräldrar, syskon och kamrater där drogmissbruk finns i deras närhet. FMN bildades 1968 som riksorganisation och har funnits i Umeå sedan 1982. Vår utgångspunkt är att alla som har en närstående som missbrukar narkotiska/narkotikaliknande preparat, ska känna sig välkommen till oss.

FMN Umeå har stor kunskap och erfarenhet om hur det är att leva som närstående till någon med missbruk. Vi arbetar helt ideellt med enskilda stödsamtal och självhjälpgrupper där syftet är att stödja, hjälpa och motivera anhöriga att hantera sin situation; här, nu och framåt i en positiv riktning. Det kan handla om att identifiera ett medberoende och destruktivt beteende till följd av missbrukarens val, för att komma vidare, må bättre och orka med tillvaron. Det är inte alltid vi kan få missbrukaren att sluta ta droger men vi kan visa på alternativ hur vi kan förhålla oss till det och att om möjligt påverka dem att välja behandling/drogfrihet i framtiden. Vi ger föreläsningar utifrån vårt perspektiv och samverkar med olika organisationer och samhällsfunktioner.

FMN Umeås grundvärderingar:

- vi ska stödja, hjälpa och motivera de närstående att sätta gränsen mellan personen och missbruket på ett naturligt och medmänskligt förhållningssätt
- alla likas värde
- alla kan hamna i missbruk oavsett bakgrund och samhällsklass
- tillsammans blir vi starkare i en onormal situation som missbruket skapar
- vi har alla tystnadslöfte till varandra, allt som sägs stannar inom gruppen

Var vänder jag mig om misstanke finns kring droger

FMN Umeå

Skolgatan 46
Box 515, 901 10 Umeå
Telefon 070-302 03 15
Mail info@fmn-umea.se
Hemsida www.fmn-umea.se
Facebook FMN Umeå

Individ- och familjeomsorgen, Vilhelmina kommun

Telefon 0940 – 140 21
Mail ifo@vilhelmina.se
Hemsida www.vilhelmina.se/ifo

Polisen

Telefon 114 14, 112 vid akut fara
Facebook "Polisen Södra Lappland"

Region Västerbotten, Vilhelmina sjukstuga

Telefon 090-785 91 25
Hemsida www.1177.se

Region Västerbotten, psykiatrisk mottagning

Telefon 090-785 93 19
Hemsida www.1177.se

Region Västerbotten, BUP

Telefon 090-785 93 93
Hemsida www.1177.se

Skolorna i Vilhelmina kommun

Telefon 0940 – 140 00, begär elevhälsa för respektive skola

Håll i, håll om (föräldrainiativet)

Facebook HÅLL I, HÅLL OM - vuxengrupp som stöd för de unga

Vilhelmina kvinnojour

Telefon 070 – 326 33 71
Facebook "Vilhelmina kvinnojour"



UMEÅ



Hur kan du som förälder eller närstående upptäcka missbruk av droger? Vilka kännetecken ska du söka efter?

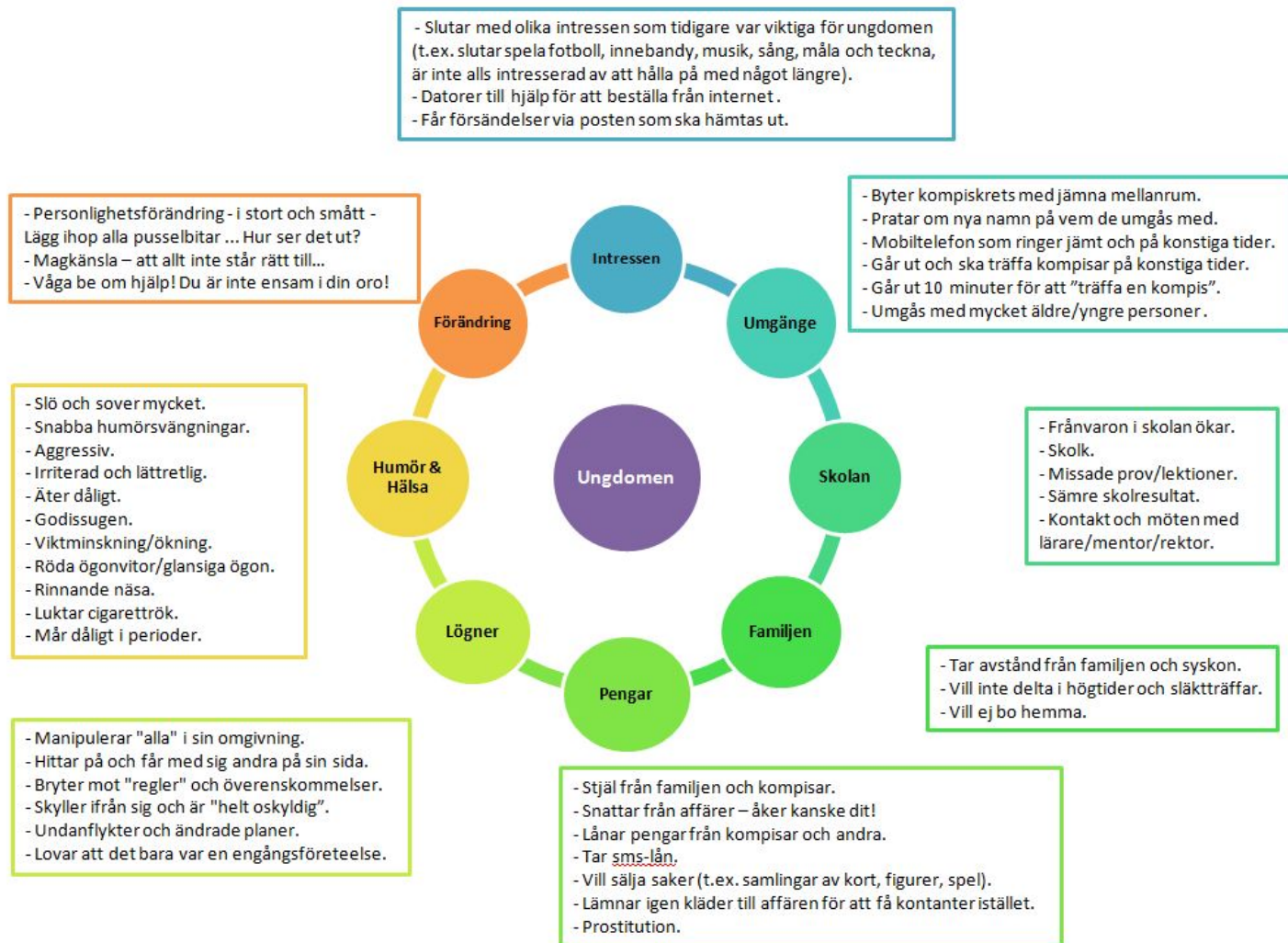
Det är svårt som förälder att upptäcka att ens barn använder droger. Det som försvårar detta är bland annat att drogdebuten ofta sammanfaller med puberteten, och det kan vara svårt att veta vad som är vad. Nedan finns en rad med ”varningsflaggor” som var för sig kan ha en naturlig förklaring, men om flera flaggor börjar höjas vid samma tidsperiod får man vara extra uppmärksam. Då kan det handla om användande av droger.

- Det lånas pengar, pengar försvinner. Prylar säljs.
- Alltid på väg ut, har inte tid.
- Nya och okända kompisar.
- Otillgänglig, allt förtroligt prat är som bortblåst.
- Föraktfull inställning till gamla kompisar, intressen, familjen och skolan, det har dykt upp nya ideal.
- Slö och nedstämdhet.
- Konstig blick och ostadiga handrörelser.
- Röda/glansiga ögon.
- Ofta snuvig och täppt i näsan.
- Mycket godissugen och törstig.
- Sover oroligt och har mardrömmar.
- Skolkar.
- Kriminalitet, som misshandel och stöld.
- Skola, polis, fritidsgård eller andra föräldrar hör av sig om misstankar kring droger och allt inte står rätt till.

Om något eller några varningsflaggor höjs och du som förälder får magkänslan och tankar på droganvändning så är det sällan fel.

- Vänta inte på bevis.
- Lita på din magkänsla att något är fel.
- Lita inte på vad ungdomen säger. De skyddar missbruket mer än allt annat. Känns ofta svårt som förälder att inte lita på sitt barn, men det är för deras bästa.
- Ju fortare man får stopp på ett missbruk, desto större är chansen att ungdomen kan sluta innan konsekvenserna blir allt för stora.

Drogpussel – tecken på droganvändning



Bättre reagera och agera
än att liv förstörs.

Kontakta FMN Umeå för vägledning,
stödsamtal, önskemål om föreläsning eller
att få träffa andra närstående i samma
situation.
Du är inte ensam.