

## Inicjatywa pod nazwą Igła i Strzykawka

Wybór sterylnych narzędzi do wstrzykiwania i możliwość bezpiecznego usuwania takiego sprzętu znajduje się w poniżej wymienionych placówkach:

### Hereford:

Boots The Chemist  
12 - 13 High Street, HR4 9AA  
DASH  
30 Commercial Road, HR1 2BG

### Kington:

Rowland's Pharmacy  
42 High Street, HR5 3BJ

### Ledbury:

Boots The Chemist  
9 High street, HR8 1DS  
Community Health Centre  
Market Street, HR8 2AQ

### Leominster:

Westfield Walk Pharmacy  
Westfield Walk, HR6 8HD  
Leominster Community Hospital  
South Street, HR6 8JH

### Ross-On-Wye:

Boots The Chemist  
Market Place, HR9 5NX  
Community Hospital  
Alton Street, HR9 5AP



Również Centrum Społeczne 'The Oval' na Newton Farm oferuje w poniedziałki w godzinach od 12pm - 6pm wymianę igieł, dostęp do organizacji i pomoc. Po prostu przyjdź!

## Wszystkie Organizacje Są:

DARMOWE!

POUFNE

DOSTĘPNE DLA  
KAŻDEGO

### W celu uzyskania dalszych informacji - Skontaktuj się z następującymi organizacjami:

**ADFAM**  
Organizacja pomocy dla rodzin  
dotkniętych narkomanią i  
alkoholizmem  
0207 553 764 0  
www.adfam.org.uk

**Frank**  
Informacje i pomoc dotyczące  
Uzależnienia od narkotyków  
0800 77 66 00  
www.talktofrank.com

**Cocaine Anonymous**  
Anonimowi uzależnieni  
od kokainy  
www.ca.uk.org.uk

**Addaction**  
Organizacja charytatywna wspierająca  
leczenie uzależnień  
www.addaction.org.uk

**Narcotics Anonymous**  
Anonimowi narkomani  
www.ukna.org

**Alcoholics Anonymous**  
Anonimowi alkoholicy  
0845 769 755 5

**Drugsfags**  
Fakty i pytania na temat narkotyków  
www.drugsfags.org

**Substance Misuse**  
Nadużywanie szkodliwych substancji  
www.substancemisuse.net

**Zig Zag**  
07966 890897

Daje porady, udostępnia informacje i leczenie dla młodzieży w wieku od 13 do 19 lat  
używającej substancji psychoaktywnych

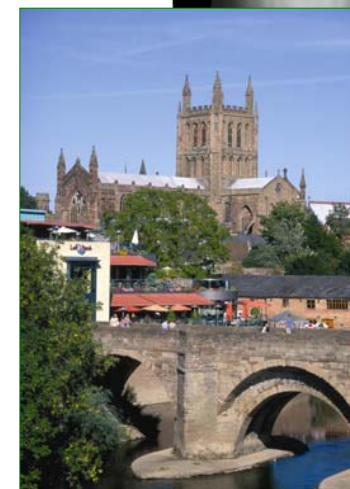
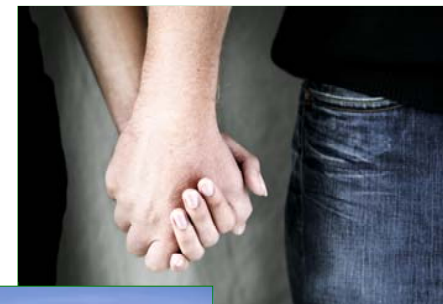
W celu uzyskania dalszych informacji - Skontaktuj się z organizacją DASH pod  
numerem 01432 263636



P.O. Box 4, Plough Lane, Hereford, HR4 0XH  
Tel: 01432 383523  
E-Mail: [communitysafety@herefordshire.gov.uk](mailto:communitysafety@herefordshire.gov.uk)  
Web Site: [www.herefordshire.gov.uk/hcscp](http://www.herefordshire.gov.uk/hcscp)

Gdzie mogę  
udać się po pomoc i  
poradę w sprawie  
nadużywania alkoholu i  
narkotyków?

Czytaj Dalej...



## DASH

DASH stanowi część Zespołu Podstawowej Opieki Zdrowotnej (Primary Care Trust) hrabstwa herefordzkiego, łącznie z Poradnią Zdrowia Psychicznego, powołaną przez Herefordzki Zespół Ochrony Bezpieczeństwa Społecznego i Ochrony Przed Skutkami Narkomanii (Herefordshire Community Safety and Drugs Partnership). Możesz skorzystać z usług tej organizacji kontaktując się lub przychodząc osobiście do DASH.

Organizacja ta oferuje wybór sposobów oddziaływania na osoby biorące narkotyki, począwszy od medycznego, poprzez praktyczny i terapeutyczny, w celu zredukowania wszelkich problemów pojawiających się przy używaniu narkotyków; szczególnie tych związanych z HIV, żółtaczką zakaźną i przedawkowaniem. Porady i wsparcie oferowane jest również rodzinom i przyjaciołom.

DASH prowadzi też klinikę zdrowia (testuje na wirusy przenoszone przez krew i wirusy chlamydii oraz przeprowadza szczepienia), oferuje wymianę igieł, zapobieganie nawrotom, recepty na substancje zastępcze, dostęp do peryferyjnych przychodni zdrowotnych w Leominster, Ross i Ledbury, kursy dotyczące bezpieczniejszego wkuwania się i zapobiegania przedawkowaniu, porady, wsparcie, doradztwo, dalsze skierowania do kolejnych agencji i ośrodków rehabilitacyjnych, konsultacje z lekarzami, porady na temat zdrowia seksualnego, poufne porady i cotygodniową pięciuosobową halową piłkę nożną (5-a-side football).

DASH zapewnia również opiekunów społecznych w Community Hospital w Leominster we wtorki 2.00pm - 5.00pm

DASH zapewnia również opiekunów społecznych w The Oval w części miasta zwanej South Wye w poniedziałki 12.00pm - 6.00pm

30 Commercial Road, Hereford

01432 263636

## Community Alcohol Service

Poradnia CAS oferuje informacje, doradztwo, pomoc i kursy związane z problemami alkoholowymi. Może też pomóc w radzeniu sobie z emocjonalnymi, fizycznymi i socjologicznymi wyzwaniami, spowodowanymi przez alkohol

Skierowanie odbywa się przez lekarza rodzinnego (Twojego GP), lekarza szpitalnego lub przez Środowiskowy zespół ds. zdrowia psychicznego

Możesz być także skierowany przez DASH

Środowiskowa Poradnia Alkoholowa  
48 Gaol Street, Hereford

01432 357825

## Family Drug Support

FDS jest organizacją charytatywną, oferującą wsparcie rodzinom, przyjaciołom i opiekunom osób dotkniętych nadużywaniem narkotyków

Pakiet informacyjny można otrzymać pocztą lub odebrać bezpośrednio

Herefordzka grupa wzajemnego wsparcia spotyka się co dwa tygodnie, by zaoferować pomoc i omówić strategię radzenia sobie

Rodzinna Poradnia Narkotykowa  
[www.familydrugsupport.com](http://www.familydrugsupport.com)

01981 251155

## CLD

Poradnia Młodzieżowa CLD (Youth Counselling Trust) jest zarejestrowaną organizacją charytatywną i instytucją uznaną przez Brytyjski Związek Poradnictwa i Psychoterapii (Association of Counselling and Psychotherapy) świadcząca usługi w zakresie indywidualnej terapii doradczej dla młodzieży w całym hrabstwie Herefordshire.

Organizacja ta prowadzi także doradztwo dla dorosłych z problemami narkotykowymi i dla młodych osób w wieku od 11 - 25 lat z problemami narkotykowymi i/lub alkoholowymi.

Pracownicy poradni CLD mają duże doświadczenie i są w pełni wykwalifikowani. Terapia polega na wsparciu emocjonalnym i poszukiwaniu bardziej efektywnych dróg radzenia sobie, jak również kontrolowania zachowań.

Skierowanie przez lekarza, DASH lub przez doradcę młodzieżowego

Z CLD można skontaktować się również bezpośrednio, jeżeli nie chcesz prosić o skierowanie

3 Offa Street, Hereford  
[www.cldyct.org](http://www.cldyct.org)

01432 269245