



## NARKOTIKŲ, TABAKO IR ALKOHOLIO KONTROLĖS DEPARTAMENTAS

Biudžetinė įstaiga, Šv. Stepono g. 27, 01312 Vilnius, tel. 8 706 68 060,  
faks. 8 706 68 095, el. p. ntakd@ntakd.lt  
Duomenys kaupiami ir saugomi Juridinių asmenų registre, kodas 302610311

Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir  
sporto ministerijai  
el. p. smmin@smm.lt

Nr.

kopija  
Nacionalinei švietimo agentūrai  
el. p. info@nsa.smm.lt

### DĖL INFORMACIJOS PASIDALIJIMO IR VIEŠINIMO

Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas (toliau – Departamentas) sveikina visą švietimo bendruomenę su Rugsėjo 1-ąja, Mokslo ir žinių diena, bei linki, kad šie metai būtų kupini kūrybiškų idėjų, o studentai ir mokiniai būtų smalsūs ir drąsūs.

Departamentas, siekdamas paskatinti jaunos asmenis rinktis sveiką gyvenimo būdą, nevartoti psichoaktyviųjų medžiagų bei atsižvelgdamas į tai, kad visuomenės informavimas psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo bei pagalbos gavimo klausimais yra vienas iš prevencijos uždavinių, sukūrė interneto svetaines:

- [www.askritiskas.lt](http://www.askritiskas.lt) arba K.A.S (kritiškas, atviras, stiprus) – tai interaktyvi interneto svetainė jaunimui nuo 14 m., pradėjusi veikti 2019 m. Ja siekiama tinkamai informuoti jaunos asmenis, suteikiant žinių apie psichoaktyvias medžiagas, jų vartojimo poveikį ir rizikas; skatinti juos būti atvirais bendrauti, veikti, nebijoti iššūkių ir atsakomybės bei sveikai ir įdomiai gyventi, pasitikėti savimi.

- [www.nerukysiu.lt](http://www.nerukysiu.lt) – tai interneto svetainė, skirta asmenims, norintiems atsisakyti šio žalingo įpročio, bei motyvuoti asmenis nerūkyti. Svetainėje galima rasti testus, padedančius sužinoti rūkančiojo tipą bei priklausomybės laipsnį, rūkymo išlaidų skaičiuoklę, žmogaus kūną, parodantį žalą sveikatai, Lietuvos žemėlapi, kur kreiptis pagalbos metant rūkyti ir kt.

- [www.kaveikiavaikai.lt](http://www.kaveikiavaikai.lt) – asociacijos „Mentor Lietuva“ sukurta, o nuo 2020 m. Departamento administruojama, internetinė mokymosi programa tėvams (globėjams), kurios tikslas – padėti jiems geriau suprasti savo vaikus, stiprinti tarpusavio ryšį bei suteikti reikalingų žinių apie sveiką gyvenimo būdą ir psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevenciją. Ši mokomoji programa yra paremta užduočių principu, kurias atlikus, įgytos žinios nesunkiai pritaikomos praktikoje.

Svetainių [www.askritiskas.lt](http://www.askritiskas.lt) ir [www.nerukysiu.lt](http://www.nerukysiu.lt) viešinimui yra sukurti ir visai visuomenei prieinami patrauklūs bei šiuolaikiški vaizdo filmukai (ilgesni ir trumpesni) bei reklaminiai skydeliai.

Pažymime, jog šiose interneto svetainėse esanti informacija gali būti naudinga ne tik vaikams ir jaunimui, jų tėvams, tačiau ir švietimo įstaigų darbuotojams, dalyvaujantiems vaikų ugdymo procese bei vykdančioms psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevenciją.

Informuojame, jog Departamentas nuo 2018 m. Lietuvoje nacionaliniu mastu diegia Ankstyvosios intervencijos programą, skirtą eksperimentuojantiems ar nereguliariai vartojantiems psichoaktyvias medžiagas (išskyrus tabaką) jaunuoliams nuo 14 iki 21 m. Programos tikslas – motyvuoti jauną žmogų keisti savo elgesį, paskatinti suabejoti jau turimomis žiniomis, susijusiomis su psichoaktyviųjų medžiagų vartojimu, žala bei pasekmėmis. Jaunuoliams yra suteikiama galimybė būti išklausytiems, suprastiems, diskutuoti bendraamžių rate, suaugusiajam moderuojant šią veiklą (daugiau informacijos: <https://ntakd.lrv.lt/lt/prevencija/ankstyvoji-intervencija>).

Atkreipiame dėmesį, kad visą reikalingą informaciją apie tai, kur kreiptis pagalbos, sužinojus, jog vaikas vartoja psichoaktyvias medžiagas, galima rasti Departamento interneto svetainėje (<https://ntakd.lrv.lt/lt/reabilitacija/kur-kreiptis-pagalbos-jeigu-vaikas-vartoja-psychoaktyvias-medziagas>). Ši informacija yra itin svarbi tėvams, siekiant užtikrinti nuoseklios ir tinkamos pagalbos prieinamumą vaikams, vartojantiems psichoaktyvias medžiagas.

Departamentas kreipiasi į Jus ir kviečia bendradarbiauti formuojant neigiamą jaunų žmonių požiūrį į psichoaktyviųjų medžiagų vartojimą bei skatinant jaunos asmenis, kreiptis pagalbos, kol psichoaktyviųjų medžiagų vartojimas dar netapo gilesne problema - priklausomybe. Taip pat maloniai prašome pasidalinti šia informacija su švietimo įstaigomis ir paskatinti jas viešinti aukščiau minėtą informaciją mokyklų interneto svetainėse, skelbimų lentose, elektroniniuose dienynuose ir kt. Taip pat, esant galimybei, nemokamai transliuoti vaizdo filmukus, pristatančius interneto svetaines [www.askritiskas.lt](http://www.askritiskas.lt), [www.nerukysiu.lt](http://www.nerukysiu.lt), vaizdo ekranuose.

Reklaminius skydelius ir vaizdo filmukus galite atsisiųsti paspaudę nuorodą: <https://we.tl/t-S6unN5zI27>. Atkreipiame Jūsų dėmesį, jog **nuoroda yra aktyvi 7 dienas, t. y. iki rugsėjo 7 d.** Kilus klausimų galite kreiptis el. paštu [karolina.tichomirova@ntakd.lt](mailto:karolina.tichomirova@ntakd.lt).

Dėkojame Jums už bendradarbiavimą.

Direktorius  
Čiužas

dr. Renaldas

Karolina Tichomirova, tel. 8 7066 31 91, el. p. [karolina.tichomirova@ntakd.lt](mailto:karolina.tichomirova@ntakd.lt)