

**Serviço de Drogas para Pessoas de Raça Preta de Sheffield  
(Sheffield Black Drugs Service)**

Oferece apoio e 'Outreach' às Minorias Étnicas e de Raça Preta.

Tel.: 0114 2493700.

**FADS**

Grupo de apoio quinzenal na área de 'High Green', contacto: Pauline,

telemóvel: 07931121904.

**SHED WAM**

E eu? Oferece apoio específico a jovens que estejam a viver com irmãos ou pais que usem imprópriamente drogas, tel.: 0114 2729164

**SPIN**

Apoia os pais afectados por drogas e álcool e organiza um grupo de apoio todas as Terças-Feiras à noite, SPIN 0794 9057949 ou 0114 2314443.

**RETHINK (Re-pense)**

Apoia as famílias afectadas por problemas de doenças mentais em virtude do uso de drogas. Apoio e 'outreach'. Contacto: Elaine, tel.: 0114 2677660.

**SOLID (Sólido)**

Apoia os pais e famílias de presos. Contacto: Levi ou Vivian, tel.: 0114 2756301.

**PROJECTO DE DROGAS DE BURNGREAVE (Burngreave Drug Project)**

Oferece apoio às famílias/acompanhantes que vivem na área de Burngreave.

Contacto: Clare, tel.: 0114 2262970.

**SYPADS**

Linha telefónica directa e confidencial que o pode conduzir ao apoio à família, dar-lhe informações sobre drogas e os seus efeitos assim como informações sobre serviços de drogas. Ligue para o tel.: 0114 2788880. Há também uma linha directa separada em Urdu & Punjabi, tel.: 0114 2751575.

**SAAS**

Serviço Consultivo de apoio aos alcoólicos de Sheffield. Tel: 0114 2587553.

**SYPADS e Turning Point - Tratamento para Adultos. Consultas sem marcação (SYPADS & Turning Point Adult Treatment Drop IN)**

Apoio e acupuntura individual para todas as pessoas afectadas pelo consumo impróprio de droga pelos seus familiares e amigos. Reuniões todas as Segundas-Feiras à tarde e Terça-Feira à noite. Contacto: Ann, tel.: 0114 2755973 ou Madge 0114 2767954 ou 01709 304806.

**RODA**

Oferece grupos de apoio em diferentes locais e horas a famílias, também oferece apoio 'outreach', outros serviços oferecidos são: N.O.D.S. (N.S. PAIS) - não só para pais - apoio específico para homens afectados por drogas, contacto: Apoio SPACE 2 - para famílias de pessoas que faleceram em virtude do uso de drogas. Apoio aos Avós - para mais detalhes acerca destes serviços contacte: RODA, tel.: 0114 2314443.

**CROP**

Apoio a pais e famílias afectados por Exploração Sexual, tel.: 0113 2403060 ou 07956235341.

**WAM TURNING POINT SPIN RETHINK etc.**

A Equipa de Acção Contra Drogas de Sheffield (The Sheffield Drugs Action Team), oferece oportunidades às famílias para apresentarem a sua OPINIÃO... no desenvolvimento dos serviços e planos de tratamento.

Contacto: Tracey, tel.: 0114 2736851

Telemóvel: 07813309021

E-mail: Tracey.ford@sheffieldpct.nhs.uk

## **CONHECE ALGUÉM QUE ESTEJA A TOMAR DROGAS?**

Se a sua resposta for **SIM**...

então use e tire vantagem do apoio e conselhos

que se encontram à sua disposição e que lhe podemos oferecer.

### **SHEFFIELD**

Family & Friends Alliance (Aliança de Famílias e Amigos)

O Grupo Aliança de Famílias e Amigos de Sheffield (Sheffield Family & Friends Alliance Group) trabalham em conjunto para assegurar que as necessidades das Famílias, Amigos e Acompanhantes sejam satisfeitas.

**Culpa**  
**Frustração**  
**Desespero**  
**ZANGA**  
**Confusão**  
**Abandono**  
**VERGONHA**

**E a lista continua...**

Estes são apenas alguns dos sentimentos que as Famílias/Amigos/Acompanhantes sentem e têm de enfrentar.

O uso/dependência na droga afecta todos os membros da família:

Avós, Filhos/as, Irmãos, Irmãs, Pais, Acompanhantes e Amigos.

A reacção mais comum é obter tratamento e apoio para a pessoa que está a usar drogas!

Mas muitas famílias também têm de ir a extremos para impedir que aqueles que amam e estimam usem drogas incluindo:

- Comprando drogas para aqueles/as que amam e estimam... para impedir que cometam crimes!
- Oferecendo desintoxicação em casa.
- Mudando de casa...
- Pagando as despesas de tratamento em casa e no estrangeiro.
- Financiando o uso de drogas, o que coloca um pesadelo enorme nas famílias e relações.
- Escondendo o uso de droga aos outros membros da família.

### **E a lista continua...**

Contudo, uma das últimas coisas que as famílias tendem a fazer, é procurar ajuda para elas mesmas!

Se os seus conhecimentos acerca de Drogas e Vício são limitados, como é que pode ajudar um viciado na droga eficazmente?

Há muitas maneiras de ajudar as pessoas que ama e estima que estejam a usar drogas, mas uma das primeiras coisas que tem de fazer é ajudar-se a si próprio/a ao mesmo tempo...

Há muitas maneiras de ajudar-se a si próprio/a...

- aprenda a compreender o que está a fazer e a tratar! Tente aprender o mais possível acerca de drogas, os seus efeitos e vício.
- Tente saber aonde o viciado na droga pode ir para receber tratamento.

- Tente aprender acerca do vício da droga, as diferentes estratégias de ajuda e mais importante – estratégias de ESTAR À ALTURA DO PROBLEMA!

**Pense acerca dos tipos de apoio que melhor lhe serve! É:**

- Grupo de apoio
- Apoio no telefone
- Informação
- Terapia complementar
- Serviço de Consultas sem marcação (Drop in)
- ‘Outreach’, alguém que venha visitá-lo!
- Boletins de notícias regulares
- Apoio para crianças pequenas.

**Apoio Específico:**

- Conselhos e apoio aos avós.
- Conselhos e apoio às Minorias Étnicas e de Raça Preta.
- Apoio devido ao falecimento de uma pessoa da família.

**Existe apoio disponível lá fora...**

**O apoio dá bons resultados...**

**BOLETIM DA ALIANÇA DE SHEFFIELD (SHEFFIELD ALLIANCE NEWSLETTER)**

Receba informações regulares e actualizadas acerca dos Grupos de Apoio às Famílias e Serviços de Tratamento de Sheffield GRATUITOS!

**Contacto: Lynn, tel.: 0114 2736851.**

**Na área de Sheffield...** O Grupo Aliança de Famílias e Amigos (Sheffield Family & Friends Alliance Group) trabalham em conjunto para assegurar que as necessidades das Famílias, Amigos e Acompanhantes sejam satisfeitas.

