

# ***MÓDSZERTANI MELLÉKLET***

---

*a „MIUTÁN...”  
című*

*drogprevenciós  
filmhez*

Budapest, 2005.

A módszertani füzet  
az Oktatási Minisztérium,  
az Ifjúsági és Sportminisztérium,  
és  
a Terézvárosi Művelődési Közalapítvány  
támogatásával készült

Írta:  
Szabó Gabriella  
Simonyi István

Lektor:  
Dr. Rácz József  
pszichiáter

Szerkesztette:  
PAIDEIA '99 Bt.

### *Mottó*

*„Az ember majd minden bűnre képes, csak hogy ne kelljen magát bűnösnek tudnia.”*

*„Az ember olyan kíváncsi lény, hogy nincs az a reménytelenül hosszú és kényelmetlen kötélbáncsó, amin föl ne mászna, hogy belessen egy ablakon, de ismerni nem akarjuk a másikat, azt már nem, mert annak kiszámíthatatlan következményei vannak.”*

*„A köveknek mérhető a teherbírásuk. De még a legegyszerűbb statikai mérések sem egészen megbízhatóak. Talán azért, mert a köveknek is van egyéniségük? Ráhagyással épülnek ezért a házak és a hidak, hogy össze ne omljanak.*

*Az emberek teherbírása nem mérhető és nem előre látható. Vannak emberek, akikről azt hisszük, hogy testiükben–lelkükben gyöngék, mégis elviselnek végtelen időközön át végtelen sok megpróbáltatást.*

*Aztán eljön a nap, amikor úgy mond, már minden rendben van, és valaki megkérdezi tőlük egy ismerős utcán: „Hát te túlélted?” Nincs a kérdésben semmi, de semmi. Talán csak egy kis megbökkenés, ami végül is jogos – de lehet, hogy ez lesz az a perc, amikor az ember hosszába–keresztbe–haránt megreped.”*

Ancsel Éva: Százkilencvennégy bekezdés az emberről, LXVI., VIII., VII.

## **Bevezető**

### ***Tisztelt Pedagógus és Tréningvezető Kolléga!***

***Ezt a filmet is hasonlóan a „Mielőtt...” címűhez, a tizenéveseknek készítettük, az ő életükről, az ő életükkel, az ő életükért.***

***A módszertani füzetet pedagógusoknak, drogügyi koordinátoroknak, tréningvezetőknek.***

A módszertani füzetet akkor érdemes forgatni, ha már látta a filmet. Ez azért fontos, mert akkor lesz módja:

- elemezni, értékelni a film célját, módszertanát, tartalmát, illetve az egyes történeteket
- értelmezni az ajánlásokat, kérdéssorozatokat
- a célcsoport ismeretében a foglalkozás menetét, stratégiáját kialakítani
- döntést hozni arról, hogy ki milyen szerepet vállaljon a film feldolgozásában

### ***A film felépítése***

A „Mielőtt...” című filmben megismert szereplők életét követhetjük nyomon, „Mintán...” engedtek a csábításnak és a „szereknek”. Az előzőhöz hasonlóan most sem az volt a cél, hogy előre leírt, megfogalmazott „üzenetet” mondjanak el a fiatalok, hanem olyan történetek elevenedjenek meg általuk saját és általunk közvetített élettapasztalatok alapján, amelyekkel manapság könnyen találkozhatnak, szembesülhetnek. Az egyes jelenetek célja egy adott téma felvetése, a hozzá kapcsolódó problémák megvitatása, a konszenzusra jutás, a helyes válasz együttes megtalálása. A filmbeli történetek kapcsán rámutatunk azokra a helyzetekre, amelyek figyelmeztetnek: valami baj van a társunkkal, barátunkkal. Kiknek mi lehet a felelőssége? Kitől, kiktől várhatunk segítséget hasonló helyzetben? A kortársak, felnőttek szerepének, felelősségének hangsúlyozása.

A videofilm azokat a valós életből merített helyzeteken keresztül azt kívánja kidomborítani, milyen kiszámítható és kiszámíthatatlan következményei lehetnek a drogfogyasztásnak.

Ezek a következők:

- **Élhetsz így?**  
*Mit tehetünk, milyen lehetőségeink vannak, ha valakiről kiderül: „anyagozzik”*
- **Tudod mit csinálsz?**  
*A problémák megoldásában nem biztos, hogy a legjobb barát, a legjobb tanácsadó. Az „cuccozás” esetleges következményei*
- **A közös tű**  
*„Csak kipróbáltam...” hová vezethet, ha nincs megállás*
- **Nem menekülhetsz!**  
*A „dealerkedés” árnyoldalai*
- **Az utolsó lehetőség**  
*Hová és kikhez fordulhatunk, ha támaszt keresünk, ha segíteni akarunk magunkon, társainkon*

A történetek azzal a határozott céllal készültek, hogy elősegítsék egyfajta tanár–diák, diák–diák párbeszéd kialakulását, amely e kényes téma, a drog, és drogfogyasztás körül forog. A film szándékosan nem tartalmaz teljesen hiteles elemeket, hiszen a nézők fiatalok, akik közül sokak tanáraiknál is jóval több, naprakész információval rendelkeznek e témában. Óhatatlanul előtör belőlük a kritika, hiszen ha másért nem is, de ezért megnézik a filmet, s ekkor olyan értékes információk birtokába juthatunk, amelyre egyébként nem tehetünk szert. Az információk birtokában jobban lehet odafigyelni azokra, akik a legveszélyeztetettebbek, vagy megtaláljuk annak módját, hogy a továbbiakban a megelőzés terén merre, milyen irányban folytassuk a munkát, mire helyezünk nagyobb hangsúlyt.

A film célja, hogy azok a gondolatok, félelmek, kérdések hangozzanak el a történetek kapcsán, amelyekre a fiatalok még nem tudják a választ. Ezekről az érzésekről, véleményekről szükségszerű beszélgetni, nemcsak a haverok, barátok között, hanem felnőtt segítségével, irányításával.

A történetek izgalmasak, provokálóak, indulatokat válthatnak ki, egyszerre lehetnek ismerősek és ismeretlenek, vonzóak és ijesztőek. Számatalan kérdés, dilemma és gondolat fogalmazódik meg, ezért nagyon fontos, hogy a történetek feldolgozásra, a kérdések, gondolatok, kimondásra kerüljenek. A filmben szereplő fiatalok és kortársaik az iskolapadban nem arra várnak és vágynak, hogy a drogfajtákról előadást halljanak, hiszen az információk könnyen eléri őket. Sokkal fontosabb, hogy egy laza, kötetlen beszélgetés, játék során kimondhassák, megbeszélhessék a bennük felmerült problémákat.

Ezért döntő szerepe van a pedagógusnak (trénernek) abban, mi történik az egyes epizódok után az osztályban, a diákok, fiatalok között, mi zajlik a fejükben, lelkükben, belső világukban.

Reményeink szerint a filmmel, módszertani füzettel végzett foglalkozások elmélyíthetik a tanár–diák viszonyt, illetve a tanulók jobb megismeréséhez is hozzájárulnak.

Hisszük, hogy a megelőzésben azok a szakemberek tehetik a legtöbbet, akik jól ismerik ezt a korosztályt, és szívesen foglalkoznak gyermekekkel, fiatalokkal.

Izgalmas, hatékony munkát kívánunk!



## ***Feldolgozás***

A következő néhány sorban a feldolgozásra vonatkozóan szeretnénk átismételni azokat az alapokat, amelyek alkalmazására a foglalkozások során szükségük lehet.

### **I. A feldolgozás célja**

1. A történetek kapcsán keletkezett érzések, gondolatok kimondása, feldolgozása
2. Kérdések megfogalmazása, válaszkeresés
3. Nem az igazság keresése, hanem alternatívák felállítása, érvek összegyűjtése
4. Saját élmények, tapasztalatok megbeszélése, félelmek, dilemmák megfogalmazása
5. A fiatalok témára való motiválása, azoknak a fiataloknak az aktiválása, akik más módszer alkalmazásával (pl.: előadás) passzívak maradnak
6. Az érintett fiatalok megszólítása, nyitott, biztonságos helyzet kialakítása a téma feldolgozásához
7. Diákok és pedagógusok együttműködése, az iskolai egészség és drogstratégia kialakításában való közös szerep megtalálása

### **II. A pedagógus és a tréner szerepe a feldolgozásban**

1. Csoportvezetői szerep  
Lehetővé teszi az egyes történetek után szituációs játékok, helyzetgyakorlatok levezetését és azok megbeszélését
2. Moderátori szerep  
Objektivitással s irányítással segíti a vélemények, gondolatok kifejeződését, kicserélődését, a tapasztalatok megbeszélését, az eltérő álláspontok megvitatását.  
Minősítések és kritikák nélkül hozzájárul ahhoz, hogy a fiatalok a témával kapcsolatba kerüljenek és gondolataikat elmondják. A moderátor összefoglal, kérdéseket tesz fel, irányít, betartatja a megállapodásokat (időkeret, szabályok), a szakmai kérdéseket megfelelő szinten kezeli.

### **III. Mit lehet tenni az egyes történetek után?**

#### **1. A megbeszélés**

A történetek után kérdések segítségével aktív beszélgetést lehet létrehozni (A javasolt kérdéseket az egyes történetek ismertetésénél találják meg.). A kérdésekkel a csoport hangulatának, motiváltságának, tapasztalatainak megfelelően lehet kezdeményezni beszélgetést.

Fontos szempontok:

- alternatívákat keressen a csoport, ne elégedjen meg egy befejezéssel
- hangozzanak el érzések, megfigyelések, saját tapasztalatok, élmények, következtetések
- ne legyen kötelező a megszólalás, de jó, ha be tud kapcsolódni mindenki, aki jelen van.  
Ezt segítheti a pedagógus akár egy "mit gondolsz te erről..." kérdéssel.
- ha a szakmai kérdésekben segítségre van szükség, akkor ajánljuk fel, hogy egy következő alkalomra meghívott szakember részvételével folytatjuk a feldolgozást

#### **2. A játék**

- 2.1 Lehetőség van folytatni a történetet azokkal a szerepekkel, amelyek a filmben is léteztek. Ha az osztály vagy csoport szívesen játszik, érdemes valamennyi szereplőre jelentkezőket találni és ott folytatni a történetet, ahol az első konfliktus kialakulóban van.

Fontos szempontok:

- jó, ha a jelenet egy úgynevezett színpadon zajlik, ahol a fantázia terén bármi történhet, és ami elkülönül a valóság terétől.
- akik szerepet vállalnak, világosan közlik a többiekkel, hogy ők kicsodák és éppen hol tartanak a történetben.
- célszerű, ha van rendezője a történetnek, aki pl. az ötletet hozza a folytatásra. Ő indítja a jelenetet, ő fejezi be, ő instruálja a szereplőket. Többször is el lehet játszani, egymás után más-más rendezővel és akár más-más szereplőkkel.

Nagyon fontos, hogy a játék után a résztvevők elmondják mit éltek meg a szerep megformálásakor. Ezek a megnyilvánulások ne kapjanak semmilyen minősítést, kritikát. A szerepvisszajelzés mellett ugyanolyan fontos a jelentek közben és után kialakult saját élmények elmondása. A saját élmények, történetek megbeszélése a téma feldolgozásának egyik legértékesebb része!

## 2.2 Az akciójáték konkrét keretek között működő játék

Bármelyik történet feldolgozásakor, három konkrét csoportot nevezünk meg a történet szereplői alapján.

Például a IV. történetnél, Zoli esetében, van mondjuk 3 csoport:

- a felnőttek generációja (papa, rendőr, dealerek)
- kortársak (osztálytársak, barátok)
- a téri csoport (a füvezők, iskolakerülők)

A diákok eldönthetik, melyik csoportban szeretnének játszani. Mindenki tartozik valahová, a csoportok közel azonos létszámúak legyenek. Ezután kell meghatározniuk, milyen szerepet vállalnak. Például a felnőttek csoportjában ki lesz a papa, rendőr, akár olyan felnőtt is, aki eddig nem szerepelt a filmben (pl. orvos).

Minden csoport kap 10 percet (vagy többet, ha nem szorít a tanórai 45 perc) arra, hogy végiggondolja, hogyan folytatódjon tovább Zoli története.

A 10 perc elteltével a színpadon elkezdődik a spontán, improvizatív játék. Az egyik csoport folytatja a filmet, pl.: a papa kérdőre vonja Zolit..., a többi csoport bármikor bekapcsolódhat saját szereposztásai és elképzelésük szerint, pl.: a papa és Zoli beszélgetésébe becsönget Zoli barátja és keresi őt. Tehát bármerre folytatódhat a történet a csoportok elképzelése szerint. Aki éppen nem szerepel, az a nézőtéren ül. Ha valaki olyan lép a színpadra, aki addig még nem vett részt a játékban, az mielőtt belépne a színre, közli hogy ő kicsoda. A szerepjáték előre meghatározott ideig tart (pl. 20 vagy 30 perc) és befejezése után nem maradhat el a megbeszélés:

- a csoportok röviden elmesélik, mit szerettek volna megvalósítani
- az egyes szereplők elmondják mi volt a tervük, mit képviseltek, ez hogyan sikerült, mit éltek meg a játék közben
- jó, ha a saját élmények is elhangzanak

## IV. A feldolgozás keretei

Fontos lehet, hogy közösen állapodjon meg az osztály vagy csoport a pedagógussal, trénerrel a munka kereteiről. A drogprevenációs tevékenység időtartamáról, tartalmáról, céljáról, a feldolgozás szabályairól.

Az együttműködés alapja a közös megállapodás.

A szabályok közé javasoljuk:

- ami elhangzik a foglalkozáson, azt az osztály vagy csoport és a pedagógus, tréner is bizalmasan kezeli, vagyis személyekről konkrét információt senki nem adhat, mesélhet másnak.

Ez a téma olyan saját történeteket, családi szálakat érinthet, amivel csak akkor tud jól bánni bárki, ha biztonságban érzik magukat a fiatalok.

- bármit lehet kérdezni, de semmire sem kötelező válaszolni. Ez a szabály lehetőséget ad arra, hogy a diák szabadon eldönthesse, mit mond el magáról, tapasztalatairól. Segíti őt abban, hogy bármit merjen kérdezni társaitól és a felnőttektől.
- jó, ha óvatosan bánnak a résztvevők a véleményalkotással, kritikákkal, minősítéssel, tanácsadással.

Ezekon kívül bármilyen szabály elfogadható, amit a csoport magára nézve fontosnak tart.

## I. Élhetsz így?

### Az epizód rövid tartalma:

Domí, aki sok csalódást megélt (barátnője elhagyta, kimaradt a focicsapatból, szülei csak a saját problémájukkal foglalkoznak), megismerkedik Zsuzsival, akivel boldogsága határtalan. Azonban sötét felhők lengik körül kapcsolatukat, amikor a lányról kiderül: füvezik. Szerencsére Domí – aki előtt nem ismeretlen a jelenség – helyesen reagál, tudja mi a teendő.

Vajon Önök, s Ti is tudjátok, hogy ilyen esetben mit lehet tenni? Hogyan kell kezelni az ehhez hasonló történéseket?

Érezzük át azt a tétova feszültséget, amely a Menyussal történő beszélgetés közben a levegőben van, képzeljük magunkat ebbe a „lehetetlen” szituációba! Hiszen Zsuzsi csak Domí kedvéért jött el, amit Menyus is átérez. Azonban azt is érzi, hogy most kell megnyernie a lányt ahhoz, hogy a későbbiekben is visszajárjon, beszélgessenek, amivel ráébresztheti Zsuzsit, mennyire káros a füvezés vagy bármi más anyag használata.

Tippek a film feldolgozására:

- Szerep- és szituációs játék
- Kérdés–felelet

**Javasolt feladat:** Az első rész feldolgozása során az a célunk, hogy kialakuljon egyfajta felelősségérzet a fiatalokban partnerük, társuk iránt. Ehhez szükséges annak megvitatása, hogy kinek mi a legfontosabb szempontja egy kapcsolatban. Ismereteik elegendőek-e ahhoz, hogy hasonló helyzetben megfelelően tudjanak cselekedni. Meg kell ismerniük azokat a lakóhelyük közelében működő szervezeteket, amelyekhez bátran fordulhatnak tanácsért, segítségért.

### Segítő kérdések:

1. Mit tartasz fontosnak, ha megismerkedsz valakivel?
  - mire figyelsz, mit veszel észre, mik az elvárásaid?
  - mi az, ami szimpatikus, mi az, ami nem
2. Hogyan befolyásolják fantáziáid–vágyaid kapcsolataid alakulását?



3. Hogyan befolyásolják a csalódások a kapcsolatok alakulását?
  - mi okozta a csalódást? (az eddigi tapasztalataid alapján)
  - milyen elhatározásokra, következtetésekre jutottál?
  - hogyan hatottak ezek a történések a következő kapcsolataidra?
4. Mikor és mitől alakul ki a bizalom egy kapcsolatban?
  - mit fejez ki számodra a bizalom szó?
  - mennyire tartod fontosnak egy partnerkapcsolatban? (egy tízes skálán 1-10 hány pontot kapna?)
5. Mitől függ a kölcsönös nyitottság, őszinteség kialakulása?
  - te mikor tudsz őszintén beszélgetni valakivel?
  - hány ember van az életedben, akivel igazán őszinte vagy?
6. Mit gondolsz, egy barátnak, társnak
  - mindent el kell mondani?
  - lehetnek titkaik egymás előtt?
  - szabad hazudni, félrevezetni őt?
7. Ha valami nem tetszik Neked a társad, barátod viselkedésében, nyíltan megmondod neki?  
Ha igen, ha nem, miért?
8. Hogyan lehet jól kérdezni egy nehéz, kellemetlen helyzetben?  
Milyen tapasztalataid vannak erről?
9. Mit gondolsz, Domi jó időben, jó kérdéssel tisztázta Zsuzsi füves helyzetét?
  - lehetett volna másképp?
10. Te ismersz olyan fiataalt a környezetedben, akitől szintén megkérdezhetsz: „*Te füvezel?*”
  - ha igen, rákérdeztél nála?
  - hogyan reagált a kérdésre?
  - ha nem, mi tartott vissza?
11. Van-e a környezetedben olyan segítő intézmény (mint a filmben a KÉK PONT Drogkonzultációs Központ), amit megkereshetsz, megkereshettek a kérdéseitekkel, problémáttal?
  - ismered ezt az intézményt?
  - tudod, hogy milyen esetekben lehet hozzájuk fordulni?
  - van-e velük kapcsolatban bármilyen élményed (előadás, csoportfoglalkozás, beszélgetés, stb....) ha igen, mi volt ez?
12. Milyen benyomásaid vannak a filmbeli beszélgetésről, ami Domi, Zsuzsi és a szakember, Menyus között zajlott?
13. Mit láttál, mi jellemezte:
  - Zsuzsi
  - Domi
  - Menyus viselkedését?
14. Hogyan segítette Menyus Zsuzsi megnyílását, hogy el tudja mondani, amit problémának érez?

15. Mi a véleményed arról, hogy Zsuzsi nem tartotta problémának azt, hogy időnként marihuánát szív?
16. Mi a véleményed arról, hogy Domi viszont problémának ítélte meg Zsuzsi füvezéseit?
17. Mit gondolsz, akik anyagokat kipróbálnak, például marihuánát, ismerik a marihuána tulajdonságait, hatását, mindent, ami fontos róla?  
 ezt veszélyesnek tartod, ha igen, ha nem, miért?  
 Szerinted kinek lenne a dolga, hogy információt adjon ebben a témában?
18. Ha most(anában) Téged megkínálna valaki például füves cigivel és Te elfogadnád – tudnád, hogy mi következne, mi történne veled?
19. Mi a fantáziád, Zsuzsi miért cigarettázott otthon néha, egyedül?
20. Akit ismersz a környezetedből, és tudod róla, hogy anyagozik, tudod, hogy miért próbálta ki?  
 miért használja,  
 hogyan hat rá?  
 Problémának tartja-e?  
 Vár-e segítséget?  
 Milyen gondjai vannak?  
 Milyen érzéseid vannak vele kapcsolatban?  
 Ha nincs is „anyagos” ismerősöd, Te mit válaszolnál a feltett kérdésekre?

Ötletek a feldolgozáshoz:

1. Beszélgetés

Kérdések - válaszok (ez mindegyik jelenet után javasolt)

2. Szituációs játékok

Alaphelyzetek:

1. partnerkapcsolatban, a kapcsolat elején kiderül, hogy a másik anyagozik, drogozik. Hogyan lehet erre reagálni? (párokban több lehetőséget is bemutatathatnának a fiatalok, a jelenetek végén megbeszélés)
2. a barátról kiderül, hogy drogozik. Hogyan lehet a segítséget (szakember bevonását) felajánlani, véghezvinni? (párokban több szituációt, párbeszédet előadnak, ezt követően megbeszélés)

## II. Tudod, mit csinálsz?

**Az epizód rövid tartalma:**

Mátét hajtja a kíváncsiság, szeretne mindent kipróbálni. Eleinte még igyekszik titkolni, palástolni a dolgot, hiszen barátnője nem nézi jó szemmel a dolgot. Azonban semmit sem lehet titkolni a végtelenségig, előbb-utóbb kiderülnek a hazugságok. Szonja szakít Mátéval, aki „jó barátjának” Gyula ötletének engedve próbálja feledni a történeteket. Az „anyagos” bulin ő is szippant a jóból, s a kábulat, amiből aztán meglepő helyzetben ébred inkább bonyolítja a helyzetet, mintsem megoldaná.

Ettől a ponttól fantáziánkra van bízva, milyen gondolatokat tudunk ébreszteni a tanulóknban.

Tippek a film feldolgozására:

- Szerep- és szituációs játék
- Kérdés–felelet

**Javasolt feladat:** A második rész feldolgozása során erősítenünk kell a fiatalokban azt a tudatot, hogy nem az lehet a megoldás gondjaikra, ha a problémák leküzdésére valamilyen anyaghoz nyúlnak. Logikus felvezetéssel bebizonyíthatjuk, hogy ezzel csak tovább szaporítják nehézségeiket. Feltétlenül kiemelendő az a tény, hogy sohasem tudhatják mi az, amit éppen fogyasztanak, milyen hatóanyag tartalommal, szennyeződéssel és milyen hatással számolhatnak. E résznek továbbá célja, hogy rámutathassunk: a különböző szerek hatása erősen függ az egyéntől, testi-lelkiállapottól. Szükséges megvitatni, ki hogyan reagálna, mit tenne a történet szereplői helyében az egyes konfliktus helyzetekben.

E rész kapcsán beszélni lehet a partnerkapcsolatokról, az alkalmi szexuális kapcsolatok következményeiről (nemi betegségek, nem kívánatos terhesség, HIV fertőzés, stb.).

*Segítő kérdések:*

1. Milyen érzések vannak Bennetek a jelenet levetítése után?
2. Milyen szereket ismertek, amik gátlástalanná, felszabadulttá és élvezetet keresővé tesznek?
  - van róla saját élményed, amit átéltél vagy mástól láttál?
  - kitől hallottál ezekről a szerekről?
  - tudod-e, hogy fejtik ki ezt a hatást?
3. Hogyan jellemeznéd Máté és Szonja
  - viselkedését (külön-külön)
  - kapcsolatát
  - helyzetét a kapcsolatban
  - lehetőségeit a kapcsolatban
  - történetét?
4. Mi a fantáziád, Máté miért használt drogot?
5. Mit gondolsz, Szonja miért adta ki Máté útját?
  - egyetértesz vele? Ha igen, ha nem, miért?
  - csak az „cuccozás” lehetett az oka vagy valami más is, pl.: nem illettek össze?
  - milyen más lehetőségei lettek volna?
  - mi lett volna a segítség – segítség részéről ebben a helyzetben?
6. Mi a véleményed Máté viselkedéséről?
  - Szonjával való szakítás előtt?
  - a bulin?
  - a buli után?
  - az ébredéskor (ágyában az éjszakai lánnyal)? Történt párbeszédéről,
7. Mi a véleményed az éjszakai barátnő
  - viselkedéséről?

- helyzetéről?
- ki járhat rosszabbul? Miért?

8. Mi a véleményed az „egy éjszakás kalandokról”?
  - szerinted mindenki tudja, hogy csak „egy éjszaka”?
  - első éjszakán szex, lehet: – tartós kapcsolat, vagy
  - csaldás
9. Mit tudsz arról, hogy a drogok hogyan befolyásolják a szexualitást, a szexuális élményeket, teljesítőképességet?
  - a tudásod erről honnan származik?
  - ezek az információk visszatartó erők-e számodra? Ha igen, ha nem, miért?
10. Mit gondolsz ki a felelős (fiú-lány) a védekezésért?
11. Elégedett vagy azzal a tudással, amivel rendelkezel a védekezést illetően?
12. Mit gondolsz hány éves kortól érdemes – kell – lehet elkezdni a szexuális partnerkapcsolatot?
13. Mi a véleményed a szerelem nélküli szexuális kapcsolatról?
14. Mit takar Neked az a fogalom, hogy hűség?
  - hordoz számodra értéket?
  - ki a hűtlen?
15. Kihez fordulnál, ha problémád adódna
  - a szexualitás területén?
  - a védekezéssel kapcsolatban?
  - a drogok kipróbálásával kapcsolatban?

### III. A közös tű

#### Az epizód rövid tartalma:

Gyula átlagos fiatal, akit eleinte a kíváncsisága sodor a különböző anyagok kipróbálása felé. Társai figyelmeztetik, nem lesz ez így jó! A „csak kipróbáltam...” nem biztosíték arra, hogy ennél a pontnál tud maradni, észre sem veszi, hogy elindult a droggkarierrögös útján. Jönnek az egyre keményebb dolgok, amelyek mögött egyre keményebb veszélyek rejtőzhetnek. A mindennapi anyag megszerzéséhez szükséges pénz előteremtése sem rizikómentes, de az intravénás kábítószerzés életre szóló következmények hordozója.

Tippek a film feldolgozására:

- Szerep- és akciójáték
- Kérdés–felelet

**Javasolt feladat:** Elemezni kell a társak, barátok szerepét, cselekedetük helyességét. Vajon megakadályozható lett volna az eseménysorozat, ha valamelyikük beavatkozik? A beavatkozás mikéntjének körüljárása.

Az intravénás szerhasználat, a közös tű rituáléja, az ebben rejlő veszélyek. A HIV fertőzéstől az AIDS-ig, a Hepatitisz ismertetése.

### ***Segítő kérdések:***

1. Mi a legmegdöbbentőbb számodra Gyula történetében?
2. Mi a fantáziád, Gyula miért kezdett el anyagozni?
3. Mit gondolsz, miért próbált ki új és újabb drogokat?
4. Mit gondolsz, Gyula tudta mit csinál?
  - ismerte-e az anyagokat?
  - tudta-e melyiknek milyen hatása van?
  - tudta-e mit jelent függővé válni?
  - beszélhetünk–e biztonságos cuccozásról?
5. Ha Te lettél volna Gyula barátja, adtál volna pénzt, ha kér?  
Ha igen, ha nem, miért?
6. Ismered a drogok „árlistáját”, tudod, hogy mi mennyibe kerül?
7. Mi a véleményed Gyula lopási ügyeiről?
8. Hallottál arról a fogalomról, hogy drogkarrier?
9. Mit gondolsz, Gyulának milyen drogkarrier állomásai voltak?
10. Te tudod, milyen veszélyekkel jár cuccozás közben a közös tű használata?
  - kitől hallottál erről?
11. Ismersz olyan fiataalt a környezetedben, aki rendszeresen kábítószereszik? Tudod, hogy
  - milyen szert használ?
  - kikkel anyagozik?
  - milyen gyakran?
  - akart-e már leszokni?
  - honnan veszi a pénzt az anyagra?
  - kiktől veszi a drogot?
  - mióta anyagozik?
  - segíti-e valaki?
  - került-e már rendőrséggel kapcsolatba?
12. Kínált már meg téged kábítószerrel?
  - ha igen, hogyan reagáltál?
  - ha nem, mit mondanál?
13. Mit gondolsz, a filmet látva, hogy van arányban az élvezet – a függőség és a drog utáni hajszakínlódásával?
14. Tudod mit jelent, ha valaki HIV fertőzött?
15. Hallottál az AIDS-ről? A hepatitiszről?
  - hol, milyen formában?
  - mire lennél kíváncsi?

Ötletek a feldolgozáshoz:

1. Gyula életének szereplőit ki kellene rakni a „színpadra”, és ki-ki a maga szerepében fantáziálhatna Gyuláról, Gyula életéről. (Papa, mama, testvér, barát, tanár, szerelme...)
2. Párbeszéd bemutatása  
Hogyan lehet beszélgetni, beszélgetést kezdeményezni egy droggal?
3. Hogyan lehet beszélgetni, beszélgetést kezdeményezni a drogkarrierjéről?

## IV: Nem menekülhetsz!

### Az epizód rövid tartalma:

A „Mielőtt...” című videofilmbe Zoli esetén keresztül a *dealerkedéssel* kapcsolatos jogi ismeretek felelevenítését vettük célba. Ebben a részben megelevenedett történet akár a mindennapi életben is játszódhatna. Aki kábítószer-kereskedésbe kezd, életét előbb-utóbb már mások irányítják, egy ördögi kör részévé válik, amelyből nem lehet egykönnyen kilépni. Egy biztos, büntetlenül nem ússza meg.

Tippek a film feldolgozására:

- Szerep- és akciójáték
- Kérdés–felelet

**Javasolt feladat:** Fontos erősíteni a kortársak felelősségét, rámutatni az előre kiszámítható események folyamatára. Alternatívák keresése az adott helyzetekre, konfliktusokra, megoldás javaslatok állítása. A bűnüldöző szerveken túl, milyen lehetőségek jöhetnek számításba az ügy megoldására. A Btk. kábítószerekre vonatkozó részének megvitatása.

*Segítő kérdések:*

1. Mit gondolsz, kiből lesz kábítószer kereskedő?
2. Mi a véleményed, Zoli miért kezdett el anyagot árulni?
3. Mit gondolsz, a dealerek használnak kábítószert?
4. Tudod-e, melyik anyag mennyibe kerül?
5. Ismered-e, hogy a magyar törvények hogyan rendelkeznek
  - a kábítószer-fogyasztóval és
  - a kábítószer kereskedővel kapcsolatban?
6. Mit gondolsz, Zoli tudta-e, hogy a kereskedői hálózat, amiben benne van, hogyan működik?
7. Szerinted Dani első lépése (telefonálni Zoli apjának) segítette-e Zolit?  
Ha igen, ha nem, miért?
8. Ha Te vagy Dani, mi az első lépésed? Mi a második?
9. Ha Te vagy Zoli többi barátja az osztályból, mit kellene tennetek?

10. Mi a fantáziád, mennyi pénzt mozgatott meg Zoli két hét alatt?
11. Mit gondolsz Dani második lépéséről? (felkereste rendőrhadnagy barátját)
12. Szerinted hogyan lehet beszélni, beszélgetést kezdeményezni olyan fiatalal, aki kábítószer árul?
  - ismerkedés céljából
  - drogvásárlás céljából
  - helyzetének, problémájának elemzése céljából
  - a kereskedés befejezése céljából
13. Mit gondolsz, ki lehet-e szállni ebből a kereskedői szerepből?
14. Hogyan hat - Rád a rendőrhadnagy viselkedése, hozzáállása?
  - Zolira?
  - Danira?
15. Van-e a környezetben olyan fiatal, aki drogot árul?
  - kitől – hogyan tudtad meg ezt az információt?
  - ha nem tudod. Kik ők, mit gondolsz, meg tudod szerezni ezt az információt?

Ötletek a feldolgozáshoz:

1. Bárki kipróbálhatná a kereskedő szerepét és reagálhatna a kérdésekre. (Van aki drogot vesz, van, aki csak beszélget...)
2. Több kiscsoport dolgozik külön, a csoportok Zoli baráti társaságát jelentik. Arról beszélnek, arról kell dönteniük, hogy mit tegyenek Zoli ügyében, Zoliért. Bizonyos idő elteltével mindegyik csoport elmondja, hogy mire jutott.
3. Lejátszható jelenet – ötlet – alap  
Zoli, aki kereskedő (nem verik meg) magabiztosan árul a saját helyén. Meglátogatja őt Dani. Kettejük párbeszédét mutatja be több diák.

## V. Az utolsó lehetőség

**Az epizód rövid tartalma:**

Líviát látjuk viszont, aki megjárta a „poklot”. Saját maga meséli el és éli át újra a kínok kínját, az elvonást, ahhoz, hogy ismét normális életet élhessen. De ehhez sok-sok segítségre van szüksége, mert egyedül nem megy, mert nagyon nehéz talpon maradni. Szerencsére vannak, akik átérzik a helyzetet, vannak, akik hasonló cipőben járnak, akik szintén segítségre szorúlnak. Ez a társaság az Anonim Anyagosok klubja, ahol mindenki egyenlő, ahol azért jönnek össze, hogy megértő füleknek mondják el örömeiket, bánataikat, problémáikat. Nekik ez a biztos pont a reményt jelenti, a lehetőséget a tiszta életre.

Tippek a film feldolgozására:

- Szerep- és szituációs játék
- Kérdés–felelet

**Javasolt feladat:** Éreztessük Lívia történetén keresztül a drogfogyasztás beláthatatlan következményeit. Kérdezzünk rá, vajon tudják-e tanulóink a függőségből van-e kiút, ahhoz, hogy valaki „lejöjjön a cuccról” mire, kikre van szükség. Egyszerű a megoldás vagy annál összetettebb? A drogosnak milyen szerepe van a tisztulásban? Kinek van nagyobb ráhatása a drogbetegre: a szülőnek, kortársának, drogosnak, volt drogosnak, orvosnak, rendőrnek, stb.

Tovább kell erősíteni a segítő szervezetek ismeretét, elérhetőségüket, telefonos, internetes szolgálatokat, ahonnan segítséget kaphatnak.

**Segítő kérdések:**

1. Mit gondolsz, mit jelent az, ha valaki azt mondja magáról, hogy „drogos vagyok”?
2. Milyen érzéseid vannak Líviával, Lívia történetével kapcsolatban?
3. Mi a fantáziád, Lívia miért kezdett el anyagozni? (*Emlékszel a „Mielőtt...” című filmre”?*)
4. Mit értettél – láttál a filmben, Lívia hogyan sodródott – került egyre beljebb a kábítószerelésbe?
5. Mit gondolsz, miben segített Líviának az a csoport (a KÉK PONT Drogkonzultációs Központban)?
6. Vannak-e ismereteid arról mit jelent drogfüggővé válni? Lehet-e mástól is, mint a kábítószerektől?
7. Tudod-e mit jelentenek az elvonási tünetek? Milyen testi – lelki terhet, gyötrődést jelentenek?
  - hogyan láttad ezt a filmben?
  - Van-e tapasztalatod máshonnan? (más film, életből?)
8. Mit jelent az, ha valaki „koszos drogot” használ?
9. Tudod-e mi történik Líviával a kórházban?  
Hogyan válik „tisztává”?
10. Mit gondolsz, kinek lett volna dolga – lehetősége Líviával törődni, miután kikerült a kórházból?
11. Te éreztél már valaha „ürességet, közömbösséget”, amiről Lívia beszél a filmben?
  - ha igen, mihez kötődik ez az élmény? Mi váltotta ki?
  - mi oldotta fel? Mitől múlt el?
  - ki segített Neked ebben?
12. Mi a véleményed Józsi szerepéről Lívia életével kapcsolatban?
  - hogyan segített?
  - mivel jellemeznéd a személyiségét, a viselkedését?
  - mi az, ami segítette őt a segítségben?
  - ha Te vagy az ő helyében egy barátoddal kapcsolatban, el tudod magad képzelni hasonló helyzetben?



13. Mi a véleményed Lívia szüleinek reakciójáról?
14. Kik a „biztos pontok” egy fiatal életében?  
 – ki a biztos pont a Te életedben?  
 – te kinek vagy a biztos pontja?
15. Mi segítheti Líviát abban, hogy absztinens (leszokott drogos) maradjon?
16. Mi történne, ha Józsival megszakadna a kapcsolata?

Ötletek a feldolgozáshoz:

1. Egy „csokrot” lehet csinálni a színpadon Lívia életének szereplőiből, akik megszólalhatnak (fantáziájuk szerint), érzékeltetve, hányan állnak mellette, hányan és kik támogatják, hogyan segítik. Mindenki, aki szerepet vállal, felmegy a képzeletbeli színpadra, megmondja, hogy ő kicsoda, milyen szerepet vállalt eddig Lívia életében és miben segíthetne ezentúl.
2. A fiatalok párban beszélgethessenek arról, hogy kik azok, akik segítik őket, aki(k)nek bármit elmondhatnak, akikkel bármit megosztanak. Nem kell az egész osztály előtt, hanem párokban.-
3. Értékvásárt lehet rendezni, ami az élet értékeiről szól. Mindenkinek azonos számú zsetonja van, mondjuk 100, és van egy vezető (tanár vagy diák is lehet), aki az élet értékeit egyenként árverésre, licitálásra bocsátja. Aki a legmagasabb összeget adja, azé az érték. (Lehetnek külön kártyákon, a táblára felírhatjuk előre.)  
 Értékek pl. tisztesség, hatalom, bizalom, erény, boldogság, harmónia, házasság, együttműködés, tánc, szerelem, idő, béke, barátság, pénz, munka, öröm, fegyelem, tisztaság, önállóság, magány, szabadság, ...- nem csak pozitív).
4. Ez a jelenet már az utolsó alkalom. Lehet hangsúlyt adni annak, hogy sok mindenről volt szó és mindenki elmondhatná röviden, hogy hol tart ebben a dologban, mit gondol – érez most a droggal kapcsolatban. Érez-e változást a drogokkal, drogosokkal kapcsolatban?

Jó, ha körben ül az osztály, mindenki lát mindenkit. Van egy komolysága ennek a feladatnak, kinyilvánítani a véleményt, ahhoz általában tartja magát az ember.

## **A legfontosabb tudnivalók az AIDS-ről és a Hepatitisről**

HIV = HUMAN IMMUNODEFICIENCY VÍRUS

AIDS = ACQUIRED IMMUNODEFICIENCY SYNDROME  
 (szerzett immunhiányos tünetegyüttes)

### **A FERTŐZÉS TERJEDHET :**

- a. az ondó közvetítésével :  
 - homo-, vagy heteroszexuális érintkezés;  
 - mesterséges megtermékenyítés révén.
- b. a hüvelyváladék közvetítésével :  
 - heteroszexuális (kivételesen homoszexuális) érintkezés révén;

- vérrel együtt a szülés folyamán újszülöttre

- c. a vér közvetítésével :
- véráttömllesztés;
  - vérkészítmény adagolása;
  - bőr, vagy nyálkahártya felületi kontaminációja;
  - bőr, vagy nyálkahártya áthatoló sérülése;
  - kábítószer-élvezők közös tű- és fecskendőhasználata;
  - szerv-, szövet-, sejtátültetés;
  - *in utero* magzatra, perinatálisan újszülöttre jutás révén (vertikális terjedés)
- d. anyatej közvetítésével (vertikális terjedés)
- szoptatás révén újszülöttre, csecsemőre.

## A HIV FERTŐZÉSTŐL AZ AIDS-IG

- I. MEGFERTŐZŐDÉS
- II. "ABLAK" PERIÓDUS (4-6 HÉT)
- III. TŰNETMENTES FERTŐZÖTT (8-10 ÉV)
- IV. TŰNETES FERTŐZÖTT, AIDS (1-2 ÉV)
- V. ARC (AIDS RELATED COMPLEX, HALÁL)

### A fertőzés átvitele

A HIV-vírus átviteléhez fertőzött sejteket vagy vírusrészecskéket tartalmazó testnedvvel kell érintkezni, ilyen a vér, sperma, hüvelyi váladék, agy-gerincvelői folyadék és az anyatej. A HIV-vírus ugyanakkor a könnyben, vizeletben és a nyálban is jelen van, de sokkal kisebb koncentrációban.

A HIV- fertőzés az alábbi módokon következhet be:

Fertőzött egyénnel történt nemi kapcsolat, melynek során a szájüreg, hüvely és a végbél nyálkahártyája fertőzött testnedvekkkel kerül kapcsolatba.

Fertőzött vér injekciója vagy infúziója, amint az véráttömllesztésnél, közös tűhasználatnál vagy fertőzött tűvel történő véletlen megszuráskor fordul elő.

A vírus átvitele fertőzött anyáról gyermekére szülés előtt, alatt vagy az anyatejjel.

A HIV- fertőzés valószínűsége megnő a bőr vagy a nyálkahártya szakadása vagy sérülése esetén, így például erőteljes hüvelyi vagy végbéli közösülés esetén. Számos tanulmány kimutatta, hogy a HIV- fertőzés valószínűsége nagyobb, ha bármelyik partnernek herpesze, szifilisz vagy egyéb olyan nemi úton terjedő betegsége van, mely a bőr folytonosságát megszakíthatja.

A vírus azonban úgy is átvihető hüvelyi vagy végbéli közösüléssel a fertőzött egyénről az egészségesre, ha egyik félnek sincs egyéb nemi úton terjedő betegsége, vagy nyilvánvaló bőrsérülése. A fertőződés orális szexuális kapcsolat során is megtörténhet, ennek azonban sokkal kisebb a valószínűsége, mint közösülés esetén.

A nemzőképes korban levő nők fertőződése nagyon sok gyermek megbetegedését okozta. A vírus a magzatra a terhesség korai szakában a méhlepényen keresztül, vagy szülés alatt a szülési csatornán való áthaladáskor vihető át. A vírus szoptatáskor az anyatejjel is átvihető.

A HIV nem terjed alkalmi érintkezéssel, vagy akár közeli, nem szexuális kapcsolattal a munkahelyen, iskolában vagy otthon. Nincs tudomás köhögéssel vagy tüsszentéssel, esetleg szúnyogcsípéssel fertőződött betegekről.

**A HIV csak három úton terjed, illetve adható át:**

- **fertőzött személlyel folytatott védekezés nélküli nemi közösüléssel,**
- **fertőzött vérrel, illetve vérkészítmények útján,**
- **fertőzött anyától a magzatra a születés előtt, illetve röviddel utána a szoptatás során.**

Az AIDS- betegség a HIV- fertőzés végső stádiuma. Felnőtteknél átlagosan 8 - 10 év alatt alakul ki. A HIV.- fertőzött személy évekig egészségesnek látszik és egészségesnek érzi magát, ennek ellenére másnak átadhatja a vírust.

A HIV szexuális úton való terjedésének leghatékonyabb megelőzési módja a monogám párkapcsolat kialakítása, illetve a kockázat jelentősen csökkenthető a biztonságos szex szabályainak betartásával és az óvszer használatával.

A vér útján való fertőződést meg lehet akadályozni a vér és vérkészítmények ellenőrzésével és az egyszer használatos eszközök alkalmazásával. Magyarországon a transzfúziós véreket és vérkészítményeket 1986 óta szűrik.

**Fontos tudni, hogy a HIV miként nem terjed!**

- **Nem terjed mindennapi munka vagy iskolai kapcsolat útján, kézfogással, vagy öleléssel.**
- **Nem terjed élelmiszerrel, közös használatú evőeszközök útján, illetve cseppfertőzéssel.**
- **Nem terjesztik a vérszívó rovarok, illetve háziállatok.**

*Ez azt jelenti, hogy a mindennapi társas kapcsolatok útján való fertőződés veszélye nem áll fenn !*

**A HIV olyan vírus, amely életben maradni csak az emberi szervezetben belül képes.**

### **Májgyulladás (hepatitisz)**

Minden életkorban előfordulhat, még újszülötteknél is, de a leggyakoribb a gyermekeknél és fiatal felnőttkorban. Igen sokfajta kóroka és kórokozója lehet (vírusok, baktériumok, gombák, protozoonok, férgek, mérgezések, alkoholizmus).

Az egyszerűség kedvéért és a terjedés módja szerint két nagy csoportra lehet osztani a vírusos májgyulladásokat:

1. A tápcsatornán keresztül fertőző megbetegedés.

A *bélfertőzésekhez* hasonlóan a székletben ürült kórokozó a rossz higiénés viszonyok, a kézmosás hiánya miatt az ételbe kerülhet.

Ezt a kórokozót nevezik *Hepatitisz A-vírusnak* (rövidítve *HAV*). Újabban fedezték fel a Hepatitisz E-vírust (*HEV*), mely kisebb járványokat okoz. A fentiek alapján elsősorban élelmiszerekkel, ivóvízzel terjed. Többnyire, akár 75%-ban is, tünetmentesen zajlik le a gyulladás és csak egy későbbi szűrővizsgálat során derül ki, hogy már átesett ezen a fertőzésen valaki.

Lappangási ideje 2-6 hét, és már ebben az időszakban is ürül a széklettel a kórokozó. A betegség hirtelen fellépő magas *lázszal, étvágytalansággal*, rossz közérzettel indul, s csak később jelentkezik a máj néha fájdalmas megnagyobbodása és *a sárgaság*, melynek első jelei legkorábban a szemfehérjénél észlelhető. Biztos diagnózist a laboratóriumi vizsgálatok és a kórelőzmény adnak. Specifikus kezelése nincs, 1-2 hónap alatt maradéktalanul gyógyul.

(Fontos tudni, hogy főleg csecsemőkorban azoknak a babáknak, akik sok sárgarépat, sütőtököt esznek, szintén sárga lesz a bőr - elsősorban a tenyerén és a talpon -, de a szeme fehérje ilyenkor nem sárga!)

Megelőzésében rendkívüli jelentősége van a megfelelő ivóvízellátásnak és a kielégítő kulturális, szociális, higiénés viszonyoknak. Gyermekeknél fel kell hívni kézmosás jelentőségére a figyelmet, az éttermekben, közétkeztetésben dolgozóknál pedig a higiénés rendszabályok szigorú és következetes ellenőrzése, betartatása szükséges.

2. *Véráramba kerülés útján terjedő ún. szérum-hepatitisz*. Vérvészítményekkel, fertőzött injekciós tűkkel - kábítószeresek! - és szexuális úton terjed. Kórokozója *a Hepatitisz B-vírus (HBV)*. Újabban felfedezték még *a HCV*, HDV-típust is.

Lappangási ideje hosszabb, mint az A-vírus okozta betegségnek: 6 hét-1/2 év is lehet. A betegség lefolyása hasonló, mint az A típusú májgyulladásnál, de a kimenetele, gyógyulása sokkal rosszabb, bizonytalanabb. Igen gyakran alakul ki krónikus májgyulladás, s ez komoly problémát okoz a későbbiekben.

A fertőzött kismama a magzatot is fertőzheti, ezért az újszülött májgyulladással is születhet, vagy már lappang benne a betegség. Ma éppen ezért a terheseknél kiszűrjük e betegséget, s a veszélyeztetett babát már az újszülött osztályon beoltják a betegség ellen.

Megelőzésében a vérvészítmények és a véradók szigorú ellenőrzése nagyon fontos.

Egyéb káros következményei miatt is igen lényeges *a kábítószeresek* elleni hatékony küzdelem - a kábítószeresek szúrják magukat az egymás kezéből kikapkodott, közösen használt tűkkel és a figyelem következetes felhívása a szexuális szabadosság, az igénytelen, gyakori partnercsere veszélyeire.

Mind a HA-, mind a HB-vírussal szemben létezik már védőoltás. A B-vírussal szembeni oltás elsősorban az egészségügyben dolgozók számára fontos, hiszen ők kerülnek kapcsolatba az ilyen betegek vérével.

## **A betegségről**

Miből gondolhat az egyén arra, hogy hepatitisz B vírus fertőzése van? Nem könnyű válaszolni. A betegségnek ugyanis igen hosszú a lappangási ideje (30-180 nap) és nem mindig emlékszik már a beteg arra, hogyan is történhetett a fertőzés. Sajnálatos módon a fertőzések jelentős része tünetmentesen zajlik, vagy a jelentkező tünetek nem utalnak feltétlenül a májgyulladás folyamatára.

A leggyakoribb tünetek között a fáradtság, kimerültség, álmoság, étvágytalanság, hányinger és a sötét színű vizelet szerepel. Ezek közül talán csak a legutóbbi az, ami orvoshoz viszi az embert. Jelentkezhet hőemelkedés, viszont nem jellemző a hidegrázás. Előfordulhat egyértelmű fájdalom a has jobb felső negyedében is, de gyakoribb a szétterjedő fájdalommal járó hasi panasz. Ezek a panaszok rázkódás közben, lépcsőjárásakor vagy gépkocsivezetés idején felerősödhetnek. A

bőrviszketés gyakori panasz, de ritkán erőteljes. Hasmenés csak az esetek kis részében fordul elő. A betegek mintegy fele izom- és ízületi fájdalmakra panaszodik, melyek a sárgaság megjelenése után csökkennek. A sárgaság - ami a sárgás bőrszint és a szem fehérjéjének elszíneződését jelenti, csak az esetek mintegy egyharmadában jelentkezik. A máj megnagyobbodik, és nyomásra érzékennyé válik.

A hepatitisz B vírusfertőzés a májsejtekben gyulladási folyamatot indít el. Ez azt jelenti, hogy az immunrendszer a vírussal fertőzött sejtet idegentestként kezeli és azokat a vírussal együtt elpusztítja. Ha ez a védekező reakció eredményes, akkor megszűnik a vírus további szaporodása, a máj regenerálódik, és a teljes gyógyulás is bekövetkezik. A folyamat azonban hetekig, sokszor hónapokig is eltarthat, és a gyógyult szervezet továbbra sem tolerálja az alkoholt például ugyanúgy, mint a betegség előtt. Szerencsére azonban a gyógyulás az esetek 90%-ában bekövetkezik.

Ritkán, az esetek kb. 1%-ában, sajnálatos módon általában fiatal, egyébként egészséges emberek esetén a betegség olyan gyorsan zajlik, a májsejtek olyan nagy mértékben pusztulnak, hogy a beteg néhány nap alatt meghalhat.

A megbetegedések néhány százalékában a szervezet védekező reakciója nem bizonyul elegendőnek ahhoz, hogy a vírus szaporodását megállítsa. Ha ez hat hónap alatt sem jön létre, akkor krónikus vírushordozás alakul ki. A vírushordozó egyén egész életében fertőző marad a többi ember számára, és azzal is számolni kell, hogy a májban a gyulladás időnként újra és újra fellángol. Az ismétlődő gyulladások évek múltán májzsugorhoz, esetleg májrákhoz vezethetnek. Az orvosi terápia arra irányul, hogy megállítsák ezt a folyamatot, de ma még ez csak az esetek 50%-ában sikerül és igen hosszú kórházi ápolással jár.

A hepatitisz B vírus okozta heveny megbetegedés hazánkban évente jelenleg csupán néhány száz embert érint, de a felmérések szerint a lakosság kb. 1%-a (100.000 ember) krónikusan hordozza a vírust és terjeszti a kórt. Ezért érdemes élni a lehetőséggel és a bárki számára elérhető védőoltással megelőzni a hepatitisz B vírus okozta fertőzést.

## **A terjedésről**

E fertőző betegség kapcsán mindenkiben felmerül: hogyan fertőződhet az ember? A hepatitisz B vírus természetes és majdnem kizárólagos gazdaszervezete az ember. Ez azt jelenti, hogy csak az emberek közvetítik egymásnak, de egyúttal azt is, hogy a betegség felszámolható. A megoldás: a széles körben alkalmazható, a fertőzés megelőzésére szolgáló védőoltás.

A hepatitisz B vírus a szervezetből a vérrel és a vérrel kevert testváladékokkal kerül ki a külső környezetbe, ahol akár napokig is megőrzi fertőzőképességét. Fertőződni a legnagyobb valószínűséggel a fertőzött vérrel szennyezett használati tárgyak közvetítésével lehet. Ilyenek: az olló, különös tekintettel a körömolló, a borotva, a fogkefe, de gondolni kell a fertőzés lehetőségére, ha nem steril tűvel történik a füllyukasztás, a tetoválás, vagy az akupunktúrás kezelés. Az egészségügyi ellátás során mind a beteg, mind az egészségügyi dolgozó ki van téve a fertőzés veszélyének. Az előbbi az esetleges higiénés hiányosságok következtében, míg az utóbbi a napi munkája során adódó véletlen balesetek folytán (például a vérvétel vagy az injekció beadását követően véletlen tűszúrásos balesetekkel). A fogorvosi ellátás szintén rizikót jelent mindkét fél részére. Ritkán gondolunk rá, de a mosodai dolgozók is naponta érintkeznek a különböző testváladékokkal szennyezett textíliákkal.

Kissé meglepően hangzik bizonyára a szexuális úton való terjedési mód, hiszen ez eddig csak a nemi betegségek esetén jött szóba. A hepatitisz B vírus azonban, mivel nagy mennyiségben van jelen a vérben, a hüvelyváladékhoz keveredve már létrehozhatja a fertőzést. A vírus egyébként kimutatható az ondóból is. Érdekes módon a szexuális úton való fertőződés a legvalószínűbb az alacsonyan fertőzött országokban (pl. Nyugat-Európa országai, közte hazánk). A legnagyobb veszélyben azok a szexuális életet kezdő fiatalok vannak, akik partnerüket gyakran változtatják.

Életvezetésük miatt különösen veszélyeztetettek a prostituáltak, a homoszexuálisok és az intravénás módszert használó kábítószeresek.

A fertőzés egyik lehetséges módja az, amikor a hepatitisz B vírust hordozó édesanya a szülés folyamán fertőzi meg újszülöttjét. A szülőcsatornában az apró sérüléseken keresztül az édesanya fertőzött vére bekerülhet az újszülött szervezetébe. (A placentán keresztüli fertőződésnek nincs jelentősége ebben a kórképben.) A szüléssel történő terjedési mód kiemelt szerepet játszik a magasan átfertőzött országokban, így az ázsiai és az afrikai országok többségében. Magyarországon az alacsony gyakoriság ellenére még ezt a kockázatot is minimálisra sikerült csökkenteni azzal a programmal, amely 1995-ben indult el. Az összes - terhes gondozáson megjelenő - várandós édesanyánál a terhesség első felében szűrővizsgálatot végeznek. A vírus hordozó édesanyák újszülöttjei a születést követően védőoltást kapnak.

Fokozott odafigyeléssel minimálisra lehet csökkenteni az egyes terjedési módok kockázatát, azonban a véletlenek ellen ily módon nem lehet küzdeni. A biztonságot a védőoltás nyújtja.

## A megelőzésről

A megelőzés hangsúlyozása az utóbbi években került előtérbe, de a súlypont a nem fertőző betegségekre helyeződött. (Például mit kell tenni a magas vérnyomás megelőzésére, az erek rugalmasságának megőrzése érdekében, stb.) Sokkal többet beszélünk a helyes táplálkozás vagy a fizikai aktivitás fontosságáról, mint néhány évvel ezelőtt. Ma már egyre szélesebb körben említik a vegyi anyagokkal szennyezett környezetkárosító hatását, vagy azt, mit jelent a dohányzás az egyénnek és környezetének. Szinte természetessé vált, hogy a fertőző betegségek jelentősége csökkent, és már csak a nagymamák tudnak a torokgyík vagy a gyermekbénulás súlyos következményeiről mesélni. Ez - a hazánkban igen kedvező helyzet - a kötelező gyermekkori oltásoknak köszönhető, melynek eredményei nemzetközileg is elismertek.

Hogy mikor és milyen oltások kerülnek a kötelező oltási programba, azt az dönti el, hogy az a bizonyos betegség mekkora jelentőséggel bír a világon, az adott országban, és milyen biztonságos és egyben hatásos védőoltás áll rendelkezésre a betegség kifejlődésének megelőzésére. Az Egészségügyi Világszervezet legutóbbi ajánlásai már tartalmazzák a védőoltást a hepatitisz B ellen. A nagymértékben átfertőzött országoknak (pl. Ázsia) 1995-ig javasolták, hogy vegyék fel ezt az oltást a nemzeti kötelező programba, a többi országnak pedig 1997 az irányév. Természetesen a kötelező bevezetést nagyban befolyásolja az adott ország gazdasági helyzete is.

Magyarországon a hepatitisz B vírusfertőzés megelőzését célzó programok már a 80-as évek végétől - ha szűk csoportok körében is -, megkezdődtek. Jelenleg a legjobban veszélyeztetett csoportok részére, így az egészségügyi dolgozóknak, a gyakori transfúzióban részesülő betegeknek az oltást az Egészségügyi Minisztérium ingyenesen biztosítja. Országos szűrőprogram indult el, mely során a várandós kismamákat a terhesség első 16 hetében szűrik hepatitisz B vírus hordozásra. Amennyiben valaki vírus hordozó, akkor újszülöttje még a kórházban védőoltásban részesül, majd ez a kezelés a házi gyermekorvosnál térítésmentesen folytatódik. Ezzel egyidejűleg szűrik a hepatitisz B vírus hordozó kismama családját is, és ha még nem vírus hordozók, ők is igénybe vehetik a térítésmentes védőoltást.

Természetesen a jelenleginél sokkal szélesebb az a kör, akiknek javasolni lehet a védőoltást, hiszen bárki, aki a munkája, vagy életvitele során vérrel, vagy vérrel kevert testváladékokkal érintkezik, ki van téve a fertőzés lehetőségének, valamint aki gyakran változtatja szexuális partnereit. A fertőzést elkerülni nem egyszerű, de megelőzése könnyű. A védőoltás bárkinek elérhető, orvosi vényre a gyógyszertárakban beszerezhető. Az alapimmunizálás három oltásból áll, amit hat hónap alatt kell a felkar vagy - csecsemő esetén - a comb izomzatába beadni. A jelenleg forgalomban lévő vakcina egyedülállóan biztonságos, mivel az előállítás technológiája során először alkalmazták a génszűrés technikát, kizárva ezzel azt a kockázatot, amit a korábbi emberi vérből készült oltóanyagok jelenthettek. Mellékhatások általában az oltás helyén várhatóak, ami az esetek többségében bőrpír, duzzanat, esetleg fájdalom.

## Kábítószerügyi Egyeztető Fórumok (KEF)

Polgármesteri Hivatal	Dunaújváros	Városháza tér 1.	2400	25/411-628	25/403-582	20/982-1541	<a href="mailto:szemenyei@pmh.dunanet.hu">szemenyei@pmh.dunanet.hu</a>
Családsegítő és Gyermekjóléti Szolgálat	Pápa	Fő u. 7.	8500	89/318-046; 89/313-607	89/318-046		
Polgármesteri Hivatal	Tatabánya	Fő tér 6.	2800	34/515-724	34/311-283	30/63-06-559	<a href="mailto:tromposch.agnes@tatabanya.hu">tromposch.agnes@tatabanya.hu</a>
Tata Város Önkormányzata	Tata	Kossuth tér 1.	2890	34/588-660	34/587-090		
Székesfehérvár MJV Önkormányzata	Székesfehérvár	Városház tér 1-2.	8000	22/537-196	22/340-530	30/235-1325	<a href="mailto:civil@pmhiv.szekesfehervar.hu">civil@pmhiv.szekesfehervar.hu</a> <a href="mailto:angyal@fehervar.hu">angyal@fehervar.hu</a>
Ifjúsági Információs és Tanácsadó iroda	Veszprém	Diófa u. 2.	8200	88/327-631	88/327-631	20/31-42-565	<a href="mailto:weber.laszlo@veszprem.hu">weber.laszlo@veszprem.hu</a>
Polgármesteri Hivatal	Veszprém	Óváros tér 9.	8200	88/425-222/106			<a href="mailto:jkomuves@gov.veszprem.hu">jkomuves@gov.veszprem.hu</a>
Oroszlány Városi Gyámhivatal	Oroszlány	Rákóczi út 78.	2840	34/361-444/124m.	34/361-444/125 m.	-	<a href="mailto:marko@oroszlany.hu">marko@oroszlany.hu</a> ; <a href="mailto:marko.ibolya@oroszlany.hu">marko.ibolya@oroszlany.hu</a>
Várpalota Város Önkormányzata	Várpalota	Gárdonyi G. u. 39.	8100	88/592-660/163 m.	88/592-676		<a href="mailto:palotaph@mail.datanet.hu">palotaph@mail.datanet.hu</a>
Polgármesteri Hivatal	Mosonmagyaróvár	Fő u. 11.	9200	96/215-055	96/217-406		<a href="mailto:darinka@mmovar-ph.hu">darinka@mmovar-ph.hu</a>
Városi Önkormányzat	Keszthely	Fő tér 1.	8360	83/505-520	83/505-501	30/365-5601	<a href="mailto:miso@keszthely.hu">miso@keszthely.hu</a>
Egészségügyi Alapellátási Intézmény	Nagykanizsa	Eötvös tér 16.	8800	93/500-823/824	93/500-823		<a href="mailto:alapellatas@nagykanizsa.hu">alapellatas@nagykanizsa.hu</a>
	Győr	Kodály Z. u. 7.	9023		96/500-559	70 2518129	<a href="mailto:mariakis@freemail.hu">mariakis@freemail.hu</a>
Polgármesteri Hivatal	Zalaegerszeg	Kossuth L. u. 17-19.	8901	92/502-177	92/502-101	30/47-46-137	<a href="mailto:vinczene@ph.zalaegerszeg.hu">vinczene@ph.zalaegerszeg.hu</a>
Polgármesteri Hivatal	Szombathely	Kossuth L. u. 1-3.	9700	94/520-219	94/520-112		<a href="mailto:livia.kiss@szombathely.hu">livia.kiss@szombathely.hu</a>
Polgármesteri Hivatal	Sopron	Fő tér 1.	9400	99/515-242	99/515-207		<a href="mailto:afarkas@sopron-ph.hu">afarkas@sopron-ph.hu</a>
Megyei Önkormányzat	Győr	Árpád út 32.	9021	96-522-205	96/522-205		<a href="mailto:firtl.matyas@gymsmo.hu">firtl.matyas@gymsmo.hu</a>
Budavári Családsegítő és Gyermekjóléti Szolgálat	Budapest	Attila út 89.	1012	06-1-356-8363		06-30/960-4048	<a href="mailto:budavarcssk@chello.hu">budavarcssk@chello.hu</a> ; <a href="mailto:krizsan_i@budavar.hu">krizsan_i@budavar.hu</a>
II. kerületi Gyermekjóléti Szolgálat	Budapest	Szász Károly u.2.	1027			06-30/685-8972	<a href="mailto:centgraf@msn.com">centgraf@msn.com</a>
Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat	Budapest	Fő tér 3.	1033	06-1/437-8509	06-1/437-8884	06-30/530-5738	<a href="mailto:peto.gyorgy@obuda.hu">peto.gyorgy@obuda.hu</a>
Pedagógiai Szolgáltató Központ Újbuda 11.	Budapest	Szt. Gellért tér 3.	1111	06-1/279-1250	06-1/279-1251	06-30/251-8933	<a href="mailto:ujbuda@interware.hu">ujbuda@interware.hu</a>
	Budaörs	Pozsonyi u. 14/2.	2040	23/416-606	23/428-056		<a href="mailto:molnart@axelero.hu">molnart@axelero.hu</a>
Érd Város Önkormányzata	Érd	Alsó u. 1.	2030	23/365-132	23/365-340	30/274-9154	
Polgármesteri Hivatal	Szentendre	Városház tér 1-3.	2001	26/503-336	26/312-905		<a href="mailto:jakab@ph.szentendre.hu">jakab@ph.szentendre.hu</a>
Dunakeszi Polgármesteri	Dunakeszi	Fő út 25.	2120	27/341-855/134		-	<a href="mailto:kiangela@hotmail.com">kiangela@hotmail.com</a>

Hivatal Művelődési Osztály	Nagykőrös	Árpád u. 8.	2750	53/351 922	53/351 922	20/567 0432	<a href="mailto:tuzeszviz@freemail.hu">tuzeszviz@freemail.hu</a>
Szigetszentmiklósi Családsegítő szolgálat	Szigetszentmi klós	Losonczi u. 9a.	2310	24/443 367	24/466 065		<a href="mailto:szkokani@freemail.hu">szkokani@freemail.hu</a>
Gyál Városi Önkormányzat Polgármesteri Hivatala	Gyál	Kőrösi út 12-114.	2360	29/540 952		70334 6564	<a href="mailto:mailbox@angyalkata.hu">mailbox@angyalkata.hu</a>
Polgármesteri Hivatal Népjóléti Iroda	Gödöllő	Szabadság tér 7.	2100	28/420 446	28/410 186		<a href="mailto:tmarti@godollo.hu">tmarti@godollo.hu</a>
Újpest Önkormányzatának Polgármesteri Hivatala Gyermek és Ifjúsági Iroda	Budapest	István út 14.	1041	231 3298	231 3151		<a href="mailto:ifjusagi_iroda@ujpest.hu">ifjusagi_iroda@ujpest.hu</a>
Budapest Józsefvárosi Önk. Polg. Hivatala Okt., Közműv. Ifj. és Sport Oszt.	Budapest	Baross u. 65-67.	1082	459 2218	459 2138	30/234 5989	<a href="mailto:sunyovszkya@jozsefvaros.hu">sunyovszkya@jozsefvaros.hu</a>
XV. kerületi Önkormányzat	Budapest	Bocskai út 1-3.	1153.	3053154		70/6315 191	
Iránytű Ifjúsági és Tanácsadó Iroda	Budapest	Pannónia u. 34.	1136	339 3700	339 3700	20/325 9892	<a href="mailto:iranytu@mail.datanet.hu">iranytu@mail.datanet.hu</a>
Budapest-Zugló Polgármesteri Hivatal	Budapest	Pétervárad u. 2.	1145	467 2303	467 2326	30/370 6591	<a href="mailto:csaniga@zuglo.hu">csaniga@zuglo.hu</a>
Budapest Főváros XVI. Kerületi Önkormányzat Művelődésügyi Osztály	Budapest	Havashalom u. 43.	1163	401 1528			
XVIII. kerület Polgármesteri Hivatal Okt. Közm. Sport és Ifj. Iroda	Budapest	Városház u. 16.	1181	296 1337	296 1461		<a href="mailto:upappk@bp18.hu">upappk@bp18.hu</a> Koordinátor
Csepeli Családsegítő Szolgálat	Budapest	Kiss János altábornagy u.54.	1211	276 8332	276 8332		<a href="mailto:szalaizsoka@freemail.hu">szalaizsoka@freemail.hu</a>
Polgármesteri Hivatal	Baja	Szentháromság tér 1.	6500	79/424-825	79/424- 825	70/333- 6094	
	Békés	Petőfi u. 2.	5630	66/411-011	66/411- 230		
Egészségügyi Alapellátási Intézmény	Gyula	Béres sugárút 39.	5700	66/466-877	66/463- 284		
Polgármesteri Hivatal	Békéscsaba	Szent István tér 7.	5600	66/454-154			
Polgármesteri Hivatal	Kalocsa	Szent István király út 35.	6300	78/461-166	78/462- 375		
Kecskemét Város Önkormányzata	Kecskemét	Kossuth tér 1.	6000	76/513-594	76/481- 457		
Városi Önkormányzat	Kiskunfélegy háza	Kossuth u. 1.	6100	76/461-255	76/462- 252		<a href="mailto:muvelodes@kiskunfelegyhaza.hu">muvelodes@kiskunfelegyhaza.hu</a>
Gyermekjóléti Szolgálat	Kiskunhalas	Báthori u. 1.	6400	77-422-848	77/423- 290		
Városi Önkormányzat	Orosháza	Szabadság tér 4- 6.	5900	68/413-022	68/411- 545	30/965- 1211	<a href="mailto:petroczyg@oroshaza.hu">petroczyg@oroshaza.hu</a>



Szeged MJV Önkormányzata	Szeged	Szerb u. 21.	6771	62/564-188	62/564-409		
Családsegítő Központ	Szentes	Csallány Gábor part 1.	6600	63/561-510, 63/560-450			
Polgármesteri Hivatal	Hódmezővás árhely	Kossuth tér 1.	6800	62/530-103	62/530-140		
DMJV Polgármesteri Hivatal Kulturális Osztály	Debrecen	Kálvin tér 11.	4026	06-52/517-706	06-52/517-703		<a href="mailto:kef@ph.debreceen.hu">kef@ph.debreceen.hu</a>
ÁNTSZ Megyei Intézete	Nyíregyháza	Árok u.41.	4400	06-42/438-316	06-42/434-037	06-70/265-3578	<a href="mailto:sdettike@freemail.hu">sdettike@freemail.hu</a>
Egészségvédelmi Osztály							
Polgármesteri Hivatal Humán Közszolgáltatások Főosztálya	Szolnok	Kossuth tér 9.	5000	06-56/503-460	06-56/503-484	06-30/372-7318	<a href="mailto:szkef@freemail.hu">szkef@freemail.hu</a>
Sillye Gábor Művelődési Központ és Közösségi Ház	Hajdúböször mény	Bocskai tér 4.	4220	06-52/229-799	06-52/229-799	06-20/971-3334	<a href="mailto:sgmk@axelero.hu">sgmk@axelero.hu</a>
Erzsébet Kórház Gonozóháza	Jászberény	Szabadság tér 17.	5100	06-57/412-213		06-30/974-9288	<a href="mailto:dr.peto.katalin@vnet.hu">dr.peto.katalin@vnet.hu</a>
Egyesített Szociális Intézmények	Mátészalka	Kazinczy u. 3.	4700	06-44/500-117	06-44/311-336		<a href="mailto:bolcsode@externet.hu">bolcsode@externet.hu</a>
Polgármesteri Hivatal	Karcag	Kossuth tér 1.	5300	06-59/500-675	06-59/311-998	06-20/957-9465	<a href="mailto:szepi.csilla@freemail.hu">szepi.csilla@freemail.hu</a>
Polgármesteri Hivatal	Törökszentmi klós	Kossuth Lajos út 135/a	5200	06-59/590-427	06-56/590-437		<a href="mailto:torokph@externet.hu">torokph@externet.hu</a>
Ózd Városi Önkormányzat	Ózd	Városház tér 1.	3600	48/574-172; 48/473-647		20/482-3300	<a href="mailto:toth.veronika@ozd.hu">toth.veronika@ozd.hu</a>
Polgármesteri Hivatal Szociális És Egészségügyi Iroda	Tiszaújváros	Bethlen G. út 7.	3580	49/548-034	49/548-001	70/333-7415	<a href="mailto:kovacsik@tujvaros.hu">kovacsik@tujvaros.hu</a>
Kazincbarcika Város Önkormányzata	Kazincbarcika	Fő tér 39.	3700	48/514-771; 48/315-914; 48/512-632			<a href="mailto:laszlo.erezsebet@kazincbarcika.hu">laszlo.erezsebet@kazincbarcika.hu</a>
Miskolc MJV Polgármesteri Hivatal	Miskolc	Városház tér 8.	3525	46/512-700/1335 m.	46/347-825	30/625-4180	<a href="mailto:bunmegelozes@chello.hu">bunmegelozes@chello.hu</a>
JAMK-Ifjúsági Információs és Tanácsadó iroda	Salgótarján	Fő tér 5. Pf.:193.	3100	32/411-777	32/411-777	30/619-4626	<a href="mailto:sitis@elender.hu">sitis@elender.hu</a> <a href="mailto:godo@webmail.hu">godo@webmail.hu</a> <a href="mailto:godo@kefnet.hu">godo@kefnet.hu</a>
Művelődési és Ifjúsági Bizottság	Hatvan	Grassalkovich- kastély Pf.: 15.	3000			20/421-7622	<a href="mailto:grassmk@axelero.hu">grassmk@axelero.hu</a>
Eger MJV Polgármesteri Hivatala	Eger	Dobó tér 2.	3300	36/410-803		30/9088-432	<a href="mailto:kadrienn@ph.eger.hu">kadrienn@ph.eger.hu</a>
Vadas Jenő Erdészeti és Vadgazdálkodási Szakképző Iskola Felnőtt Ideggondozó RÉV	Gyöngyös	Bethlen G. u. 10/2.	3200	37/300-608 37/520-242			<a href="mailto:civil1515@mail.datanet.hu">civil1515@mail.datanet.hu</a> <a href="mailto:sport@hivatal.gyongyos.hu">sport@hivatal.gyongyos.hu</a>
Szenvedélybeteg- segítő Szolgálat	Dombóvár	Népköztársaság u. 56	7200	74/465-516	-	30/387-9549	-
	Szekszárd	Munkácsy u. 7/a.	7100	74/413-037, 511-586	-	30/491-7937	<a href="mailto:rev-szekszard@mail.datanet.hu">rev-szekszard@mail.datanet.hu</a>

Pécs MJV. Polgármesteri Hivatala	Pécs	Széchenyi tér 1.	7621	72/533-930	72/215-662	30/600-7468	<a href="mailto:dora_endrei@hotmail.com">dora_endrei@hotmail.com</a>
Fejér Megyei Önkormányzati Hivatal	Székesfehérvár	Szent István tér 9.	8000	22/522-534, 22/312-449	22/316-592		<a href="mailto:ipallag@fejer.hu">ipallag@fejer.hu</a>
Polgármesteri Hivatal	Kiskunmajsa	Fő út 82.	6120	77/481-144			
Polgármesteri Hivatal	Paks	Dózsa Gy. u. 55-61.	7030	75/421-551	75/500-594	20/365-8213	<a href="mailto:Pmh.dki@axelero.hu">Pmh.dki@axelero.hu</a> <a href="mailto:borzalom@freemail.hu">borzalom@freemail.hu</a>
Óvoda	Komló	Sallai u. 1.	7300	72/482-122	72/482-122	-	-
(DREKEF) - regionális	Pécs	Szendrey J. u. 6.	7623	72/315-083	72/332-600	70/225-1154	<a href="mailto:posta.janos@drekef.hu">posta.janos@drekef.hu</a>
Családsegítő Központ	Siófok	Batthyány u. 4-6.	8600	84/313-856	-	-	<a href="mailto:haasz.sandor@freemail.hu">haasz.sandor@freemail.hu</a>
Siklói Családsegítő és Gyermejjóléti Szolgálat	Siklós	Váralja 69.	7800	72/579-198	72/579-197	30/276-14-75	<a href="mailto:csaladsz@siklos.hu">csaladsz@siklos.hu</a>
	Mohács	Eötvös u. 6.	7700	69/510-283	69/510-283	20/486-4126	<a href="mailto:tomline@freemail.hu">tomline@freemail.hu</a>
VÖME - kistérségi	Györe	Petőfi S. u. 3.	7352	74/459-985	74/459-985	70/339-2836	-
	Kaposvár	Arany János tér 7.	7400	82/502-709	-	30/214-5580	<a href="mailto:jakodanejendrekzsuzsanna@axelero.hu">jakodanejendrekzsuzsanna@axelero.hu</a>
Pest Megyei Önkormányzat	Budapest	Városház u. 7/a	1052	1/485-6860			<a href="mailto:vegvari.tamas@pestmegye.hu">vegvari.tamas@pestmegye.hu</a>
Békés Megyei Önkormányzat	Békéscsaba	Derkovits sor 2.	5600	66/441-141			<a href="mailto:gabriella.pardi@bekesmegye.hu">gabriella.pardi@bekesmegye.hu</a>
Erzsébetvárosi Önkormányzat	Budapest	Erzsébet körút 6.	1073	1/462-3281			<a href="mailto:eu@erzsebetvaros.hu">eu@erzsebetvaros.hu</a>
Polgármesteri Hivatal	Budapest	Bakáts tér 14.	1092	1/216-3207			<a href="mailto:ferencvh@elender.hu">ferencvh@elender.hu</a>
Polgármestri Hivatal	Budapest	Egészség ház u. 3.	1173	253-59-17		30/393-5326	<a href="mailto:egeszseg@axelero.hu">egeszseg@axelero.hu</a>
Vasvári Pál Középiskola	Tiszavasvári	Petőfi u.1.	4440				
Polgármesteri Hivatal	Szarvas	Klucsjár u.34.	5540				<a href="mailto:groland@rmwt.hu">groland@rmwt.hu</a>
Polgármesteri Hivatal	Százhalombatta	Szent István tér 3.	2440	23/542-108	23/542-113		<a href="mailto:polghiv@mail.battanet.hu">polghiv@mail.battanet.hu</a>
Polgármesteri Hivatal	Budapest	Városház tér 13.	1221	229-2611/220			