

# WARNING SIGNS & EARLY INTERVENTION FOR SUBSTANCE ADDICTION

Addiction often starts small. Recognizing early warning signs can prevent serious harm and support recovery sooner.

## BEHAVIORAL SIGNS

Sudden secrecy or lying

Withdrawal from family/friends

Neglecting responsibilities (work, school)

Unexplained financial problems

## PHYSICAL SIGNS

Bloodshot eyes or pinpoint pupils

Sudden weight loss/gain

Poor hygiene  
Unusual sleep patterns

## EMOTIONAL SIGNS

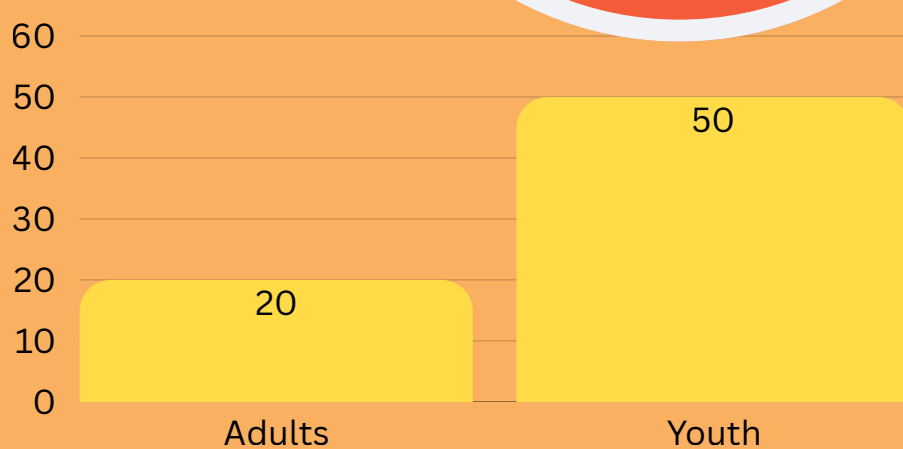
Mood swings or irritability

Anxiety, depression, paranoia

Lack of motivation

Risk-taking behavior

*The sooner help is sought, the better the chance of recovery*



One Year Later: Treatment Success Rates



# MADDE BAĞIMLILIĞINA YÖNELİK UYARI İŞARETLERİ VE ERKEN MÜDAHALE

Bağımlılık genellikle küçük başlar. Erken uyarı işaretlerini fark etmek, ciddi zararları önleyebilir ve daha hızlı iyileşmeye yardımcı olabilir.

## DAVRANIŞSAL İŞARETLER

Ani gizlilik veya  
yalan söyleme

Aileden  
/arkadaşlardan  
çekilme

Sorumlulukları  
ihmal etmek (iş,  
okul)

Açıklanamayan  
finansal sorunlar

## FİZİKSEL BELİRTİLER

Kan çanağı gözler  
veya iğne ucu  
büyüklüğünde göz  
bebekleri

Ani kilo kaybı/alımı

Kötü hijyen  
Olağandışı uyku  
düzenleri

## DUYGUSAL İŞARETLER

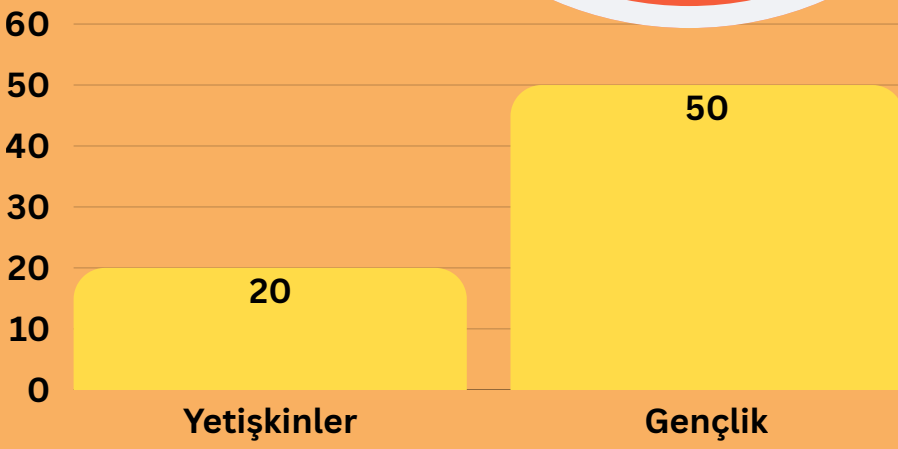
Ruh hali  
değişiklikleri  
veya sinirlilik

Kaygı,  
depresyon,  
paranoya

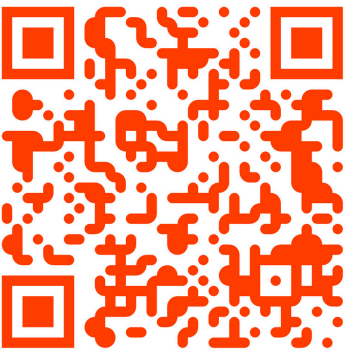
Motivasyon  
eksikliği

Risk alma  
davranışı

Ne kadar erken  
yardım alınırsa  
iyileşme şansı o  
kadar artar.



Bir Yıl Sonra: Tedavi Başarı Oranları



YARDIM  
ALIN

# ПРЕДУПРЕДУВАЧКИ ЗНАЦИ И РАНА ИНТЕРВЕНЦИЈА ЗА ЗАВИСНОСТ ОД СУПСТАНЦИИ

Зависноста често започнува мала. Препознавањето на раните предупредувачки знаци може да спречи сериозна штета и да помогне во побрзото закрепнување.

## ЗНАЦИ НА ОДНЕСУВАЊЕ

Ненадејна тајност или лажење

Повлекување од семејството/ пријателите

Занемарување на одговорностите (работа, училиште)

Необјаснети финансиски проблеми

## ФИЗИЧКИ ЗНАЦИ

Крвави очи или прецизни зеници

Нагло губење/ зголемување на телесната тежина

Лоша хигиена  
Невообичаени модели на спиење

## ЕМОЦИОНАЛНИ ЗНАЦИ

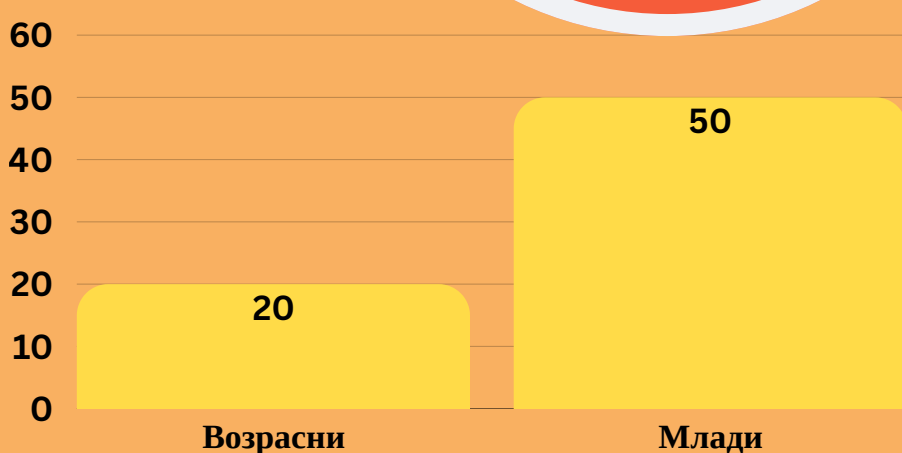
Промени во расположението или раздразливост

Анксиозност, депресија, параноја

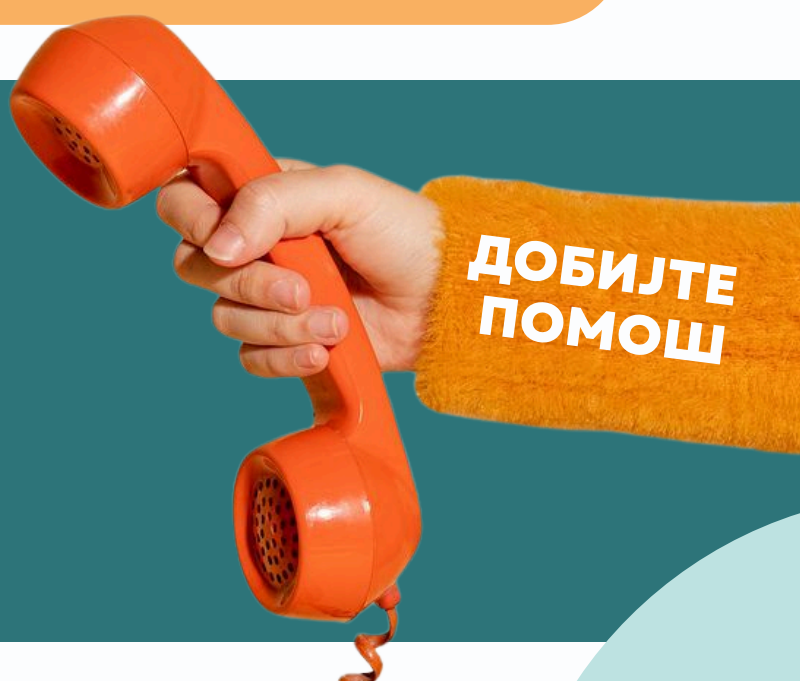
Недостаток на мотивација

Однесување кон ризик

Колку побрзо се побара помош, толку се поголеми шансите за закрепнување



Една година подоцна: Стапки на успех во третманот



# ZNAKOVI UPOZORENJA I RANA INTERVENCIJA ZA OVISNOST O SUPSTANCAMA

Ovisnost često počinje lagano. Prepoznavanje ranih znakova upozorenja može spriječiti ozbiljnu štetu i podržati brži oporavak.

## ZNAKOVI PONAŠANJA

Iznenadna tajnovitost ili laganje

Povlačenje od obitelji/prijatelja

Zanemarivanje obveza (posao, škola)

Neobjašnjivi financijski problemi

## FIZIČKI ZNAKOVI

Krvave oči ili uske zjenice

Nagli gubitak/dobitak težine

Loša higijena  
Neobični obrasci spavanja

## EMOCIONALNI ZNAKOVI

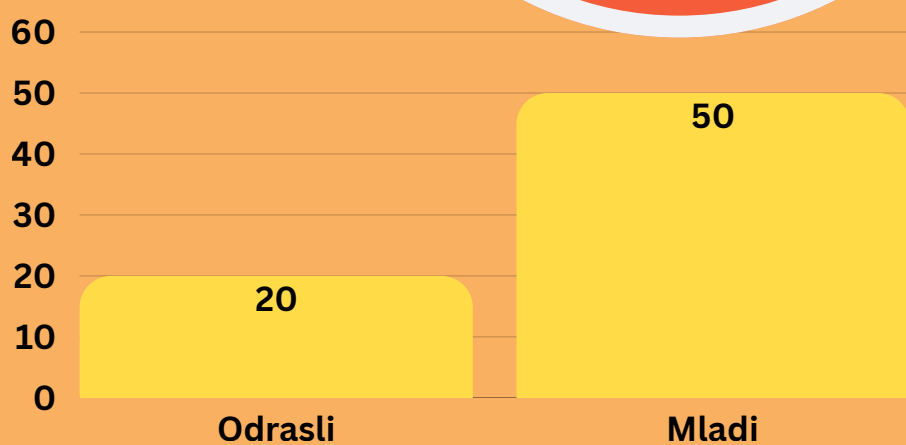
Promjene raspoloženja ili razdražljivost

Anksioznost, depresija, paranoja

Nedostatak motivacije

Rizično ponašanje

Što se prije potraži pomoć, veće su šanse za oporavak



Godinu dana kasnije: Stope uspješnosti liječenja



POTRAŽITE POMOĆ

# 5

## STAGES OF ADDICTION DEVELOPMENT – FROM FIRST USE TO DESTRUCTION



### 01. Experimentation

#### Trying out substances to see the effect

- Curiosity or peer pressure
- Perception of fun or relief

#### Establishing a pattern of use

- Weekend or daily habits
- Substance becomes part of routine

### 02. Regular Use



### 03. Risky Use / Misuse

#### Consequences begin to appear

- Decline in school/work performance
- Strained relationships
- Early health problems

#### Loss of control, strong cravings

- Physical and psychological need
- Withdrawal symptoms without substance
- Priorities shift to substance use

### 04. Dependence



### 05. Addiction

#### Destruction and loss of control

- Severe health consequences
- Breakdown of social, family and work life
- Often requires professional treatment

“Addiction is not a choice – it’s a progressive condition that can be prevented and treated with timely support.”



Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union



Erasmus K210 project - 2024-1-TR01-KA210-YOU-000255753

Public-NGO Cooperation in Combating Addiction in Time of Crisis and Disaster

# 5 ФАЗИ НА РАЗВОЈ НА ЗАВИСНОСТ – ОД ПРВА УПОТРЕБА ДО УНИШТУВАЊЕ



## 01. Експериментирање

Пробување супстанции за да се види ефектот.

- Љубопитност или притисок од врсници.
- Перцепција на забава или олеснување.

Воспоставување шема на употреба

- Викенд или дневни навики
- Супстанцата станува дел од рутината

## 02. Редовна употреба



Последиците почнуваат да се појавуваат

- Пад во училишните/ работните перформанси
- Затегнати односи
- Рани здравствени проблеми



## 03. Ризична употреба / Злоупотреба

Губење на контрола, силна желба за храна

- Физичка и психолошка потреба
- Симптоми на апстиненција без супстанции
- Приоритетите се префрлаат на употреба на супстанции

## 04. Зависност



Уништување и губење на контролата

- Тешки здравствени последици
- Распаѓање на социјалниот, семејниот и работниот живот
- Честопати бара професионален третман



## 05. Зависност

„Зависноста не е избор – тоа е прогресивна состојба што може да се спречи и лекува со навремена поддршка.“



# 5

## BAĞIMLILIK AŞAMALARI - İLK KULLANIMDAN YIKIMA KADAR



### 01. Deneysellik

Etkisini görmek için maddeleri denemek

- Merak mı yoksa akran baskısı mı?
- Eğlence veya rahatlama algısı

Bir kullanım modeli oluşturma

- Hafta sonu veya günlük alışkanlıklar
- Madde rutinin bir parçası haline gelmesi

### 02. Düzenli kullanım



### 03. Riskli kullanım / Kötüye kullanım

Sonuçları ortaya çıkmaya başlaması

- Okul/iş performansında düşüş
- Gergin ilişkiler
- Erken sağlık sorunları

Kontrol kaybı, yemeğe karşı güçlü istek

- Fiziksel ve psikolojik ihtiyaç
- Madde bağımlılığından kaynaklanan yoksunluk belirtileri
- Önceliklerin madde kullanımına kayması

### 04. Bağımlılık



### 05. Bağımlılık

Yıkım ve kontrol kaybı

- Ciddi sağlık sonuçları
- Sosyal, aile ve iş yaşamının parçalanması
- Genellikle profesyonel tedavi gerektirir

"Bağımlılık bir tercih değil,  
zamanında destekle  
önlenebilen ve tedavi  
edilebilen ilerleyici bir  
durumdur."



# 5

## FAZE RAZVOJA OVISNOSTI – OD PRVE UPOTREBE DO UNIŠTENJA



### 01. Eksperimentiranje

Isprobavanje supstanci kako bi se vidjeli njihovi učinci

- Znatiželja ili pritisak vršnjaka?
- Percepcija zabave ili opuštenosti

Izrada modela korištenja

- Vikend ili dnevne navike
- Supstanca postaje dio rutine

### 02. Redovita upotreba



### 03. Riskantna upotreba / Zloupotreba

Rezultati se počinju pokazivati.

- Smanjeni školski/radni učinak
- Napeti odnosi
- Rani zdravstveni problemi

Gubitak kontrole, jaka žudnja za hranom

- Fizičke i psihičke potrebe
- Simptomi odvikavanja od zlouporabe droga
- Prioriteti se prebacuju na zlouporabu droga

### 04. Ovisnost



### 05. Ovisnost

Uništenje i gubitak kontrole

- Ozbiljne zdravstvene posljedice
- Fragmentacija društvenog, obiteljskog i poslovnog života
- Obično zahtijeva profesionalni tretman

"Ovisnost nije izbor, to je progresivno stanje koje se može spriječiti i liječiti pravovremenom podrškom."



# Recovery & Resilience After Crisis



**Recovery is not a single event—it's a long-term journey.**

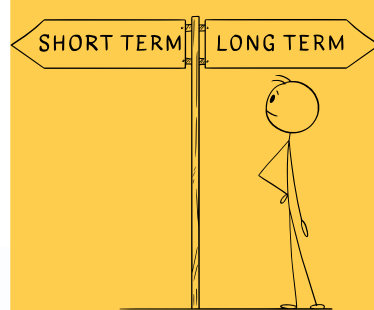
After the initial response fades, individuals and communities need structured, ongoing support to rebuild lives and prevent relapse.

01

## Long-Term Interventions:

02

- Structured rehabilitation programs
- Peer-support & youth mentoring
- Community-based resilience workshops
- Integration of mental health into disaster recovery plans



## Why it matters

- Prevents relapse once the crisis passes
- Helps rebuild healthy, resilient communities
- Youth in trauma-informed programs are 2x more likely to complete rehabilitation

03

Recovery doesn't end with disaster relief

It continues with long-term support



Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union



Erasmus K210 project - 2024-1-TR01-KA210-YOU-000255753

Public-NGO Cooperation in Combating Addiction in Time of Crisis and Disaster

# Закрепнување и отпорност по криза



## Закрепнувањето не е еднократен настан - тоа е долгорочно патување.

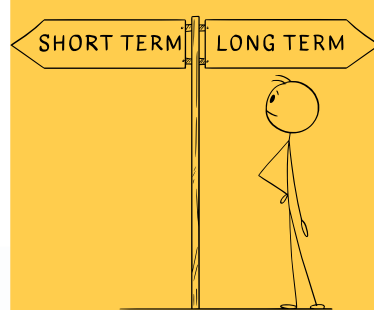
Откако ќе исчезне почетниот одговор, на поединците и заедниците им е потребна структурирана, континуирана поддршка за да ги обноват животите и да спречат рецидив.

01

## Долгорочни интервенции:

- Структурирани програми за рехабилитација
- Врсничка поддршка и менторство на млади
- Работилници за отпорност во заедницата
- Интеграција на менталното здравје во плановите за опоравување од катастрофи

02



## Зошто е важно

- Спречува рецидив откако ќе помине кризата
- Помага во обновата на здрави, отпорни заедници
- Младите во програмите информирани за траума имаат 2 пати поголема веројатност да ја завршат рехабилитацијата

03

Закрепнувањето не завршува со помош по катастрофи

продолжува со долгорочна поддршка



Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union



Erasmus K210 project - 2024-1-TR01-KA210-YOU-000255753

Public-NGO Cooperation in Combating Addiction in Time of Crisis and Disaster

# Kriz Sonrası İyileşme ve Dayanıklılık



**İyileşme tek bir olay değildir; uzun vadeli bir yolculuktur.**

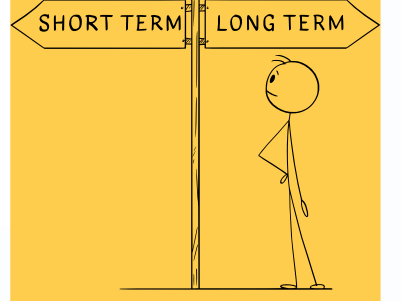
İlk tepkiler zayıfladıktan sonra, bireylerin ve toplumların hayatlarını yeniden inşa etmek ve tekrarlamayı önlemek için yapılandırılmış, sürekli desteğe ihtiyaçları vardır.

01

## Uzun Vadeli Müdahaleler:

02

- Yapılandırılmış rehabilitasyon programları
- Akran desteği ve gençlere rehberlik
- Topluluk temelli dayanıklılık atölyeleri
- Afet kurtarma planlarına ruh sağlığının entegre edilmesi



## Neden önemli?

- Kriz geçtikten sonra tekrarlamayı önler
- Sağlıklı ve dirençli toplulukların yeniden inşasına yardımcı olur
- Travma konusunda bilgilendirilmiş programlara katılan gençlerin rehabilitasyonu tamamlama olasılığı 2 kat daha fazladır

03

**Kurtarma çalışmaları afet yardımlarıyla bitmiyor**

**uzun vadeli destekle devam ediyor**



Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union



Erasmus K210 project - 2024-1-TR01-KA210-YOU-000255753

Public-NGO Cooperation in Combating Addiction in Time of Crisis and Disaster

# Oporavak i otpornost nakon krize



## Oporavak nije jednokratni događaj - to je dugoročno putovanje.

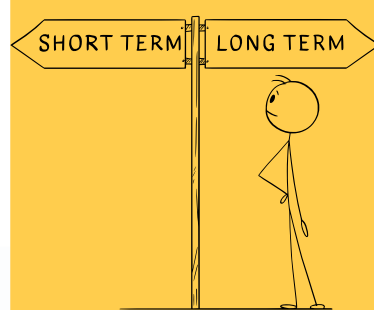
Nakon što početni odgovor izbljedi, pojedincima i zajednicama potrebna je strukturirana, kontinuirana podrška kako bi obnovili živote i spriječili recidiv.

01

## Dugoročne intervencije:

- Strukturirani programi rehabilitacije
- Vršnjačka podrška i mentorstvo mladih
- Radionice o otpornosti u zajednici
- Integracija mentalnog zdravlja u planove za oporavak od katastrofa

02



## Zašto je važno

- Sprječava recidiv nakon što kriza prođe
- Pomaže u obnovi zdravih, otpornih zajednica
- Mladi u programima usmjerenim na traumu imaju dvostruko veću vjerojatnost da će završiti rehabilitaciju

03

Oporavak ne završava ublažavanjem posljedica katastrofe

nastavlja se s dugoročnom podrškom



Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union



Erasmus K210 project - 2024-1-TR01-KA210-YOU-000255753

Public-NGO Cooperation in Combating Addiction in Time of Crisis and Disaster

# Combating Addiction Joint Effort

## Strong Cooperation, Healthy Future

Times of crisis and disaster weaken individuals' psychological resilience and increase the risk of dependency. During these periods, cooperation between public institutions and civil society organisations forms the basis for producing sustainable and effective solutions.

### Joint Intervention Areas

#### Accessible Support

Increasing access to rehabilitation and counselling services

#### Youth-Focused Approach

Developing peer support and guidance systems





#### Social Resilience

Implementing protective programmes at local level




#### Crisis Planning

Integrating mental health and prevention into disaster plans

### Why is it critical?

-  Even if the effects of crises subside, the risk of dependency may persist.
-  Joint action shortens the intervention period.
-  Recovery increases in young people receiving trauma-focused support
-  Collaboration enables the community to regain its strength.

### The effect?

-  Faster Response
-  Stronger Young People
-  A More Resilient Society

The most effective way to combat the increased risk of dependency during times of crisis is for the public and civil society to act together. Collective wisdom and community-based approaches strengthen both individual recovery and social resilience.

# We are stronger together for public health.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Erasmus K210 project - 2024-1-TR01-KA210-YOU-000255753

Public-NGO Cooperation in Combating Addiction in Time of Crisis and Disaster

# Борба против зависноста - заеднички напор

## Силна соработка, здрава иднина

Времињата на криза и катастрофи ја ослабуваат психолошката отпорност на поединците и го зголемуваат ризикот од зависност. Во овие периоди, соработката меѓу јавните институции и организациите на граѓанското општество претставува основа за производство на одржливи и ефикасни решенија.

Заеднички области на интервенција

### Пристапна поддршка

Зголемување на пристапот до услуги за рехабилитација и советување

### Социјална отпорност

Спроведување на заштитни програми на локално ниво





### Пристап фокусиран на младите

Развивање системи за врсничка поддршка и водство




### Планирање во кризни ситуации

Интегрирање на менталното здравје и превенцијата во плановите за катастрофи

#### Зошто е критично?

-  Дури и ако ефектите од кризата се намалат, ризикот од зависност може да продолжи.
-  Заедничкото дејствување го скратува периодот на интервенција.
-  Закрепнувањето се зголемува кај младите луѓе кои добиваат поддршка фокусирана на траума.
-  Соработката ѝ овозможува на заедницата да ја поврати својата сила.

#### Ефектот?

-  Побрз одговор
-  Посилни млади луѓе
-  Поотпорно општество

Најефикасниот начин за борба против зголемениот ризик од зависност во време на криза е јавноста и граѓанското општество да дејствуваат заедно. Колективната мудрост и пристапите базирани на заедницата го зајакнуваат и индивидуалното закрепнување и социјалната отпорност.

## Заедно сме посилни за јавното здравје.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Erasmus K210 project - 2024-1-TR01-KA210-YOU-000255753

Public-NGO Cooperation in Combating Addiction in Time of Crisis and Disaster

# Zajednički naponi u borbi protiv ovisnosti

## Snažna suradnja, zdrava budućnost

Vremena krize i katastrofe slabe psihološku otpornost pojedinaca i povećavaju rizik od ovisnosti. Tijekom tih razdoblja, suradnja između javnih institucija i organizacija civilnog društva čini osnovu za stvaranje održivih i učinkovitih rješenja.

### Zajednička područja intervencije

#### **Pristupačna podrška**

Povećanje pristupa rehabilitacijskim i savjetodavnim uslugama

#### **Pristup usmjeren na mlade**

Razvoj sustava vršnjačke podrške i usmjeravanja





#### **Socijalna otpornost**

Provedba zaštitnih programa na lokalnoj razini




#### **Planiranje za krizne situacije**

Integriranje mentalnog zdravlja i prevencije u planove za katastrofe

### Zašto je to važno?

-  Čak i ako učinci kriza popuste, rizik ovisnosti može i dalje postojati.
-  Zajedničko djelovanje skraćuje razdoblje intervencije.
-  Oporavak mladih koji primaju podršku usmjerenu na traumu se ubrzava.
-  Suradnja omogućuje zajednici da ponovno ojača.

### Učinak?

-  Brži odgovor
-  Jači mladi ljudi
-  Otpornije društvo

**Najučinkovitiji način borbe protiv povećanog rizika ovisnosti tijekom kriznih vremena jest zajedničko djelovanje javnosti i civilnog društva. Kolektivna mudrost i pristupi utemeljeni na zajednici jačaju i individualni oporavak i društvenu otpornost.**

# Zajedno smo jači za javno zdravstvo.



Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union



Erasmus K210 project - 2024-1-TR01-KA210-YOU-000255753

Public-NGO Cooperation in Combating Addiction in Time of Crisis and Disaster

# Bağımlılıkla Mücadelede Ortak Güç

## Güçlü İş Birliği, Sağlıklı Gelecek

Kriz ve afet dönemleri, bireylerin psikolojik dayanıklılığını zayıflatır ve bağımlılık riskini artırır. Bu süreçlerde kamu kurumları ile sivil toplum kuruluşlarının birlikte hareket etmesi, sürdürülebilir ve etkili çözümler üretmenin temelini oluşturur.

### Ortak Müdahale Alanları

#### ✦ Erişilebilir Destek

Rehabilitasyon ve danışmanlık hizmetlerine erişimi artırmak

#### 🏠 Toplumsal Dayanıklılık

Yerel düzeyde koruyucu programlar uygulamak

#### 👥 Gençlik Odaklı Yaklaşım

Akran desteği ve rehberlik sistemleri geliştirmek

#### 📋 Kriz Planlaması

Ruh sağlığı ve önlemeyi afet planlarına entegre etmek

### Neden Kritik?

- ⚠️ Krizlerin etkisi geçse bile bağımlılık riski sürebilir
- 🕒 Ortak hareket, müdahale süresini kısaltır
- 🤝 Travma odaklı destek alan gençlerde iyileşme artar
- 🤝 İş birliği, toplumun yeniden güçlenmesini sağlar

### Etkisi?

- Daha Hızlı Müdahale
- Daha Güçlü Gençler
- Daha Dayanıklı Toplum

Kriz dönemlerinde artan bağımlılık riskine karşı en etkili yol, kamu ve sivil toplumun birlikte hareket etmesidir. Ortak akıl ve toplum temelli yaklaşımlar, hem bireysel iyileşmeyi hem de toplumsal dayanıklılığı güçlendirir.

# Toplum sağlığı için birlikte daha güçlüyüz.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Erasmus K210 project - 2024-1-TR01-KA210-YOU-000255753

Public-NGO Cooperation in Combating Addiction in Time of Crisis and Disaster

# A Strong Community in Difficult Times

## Joint intervention brings lasting improvement



### Problem

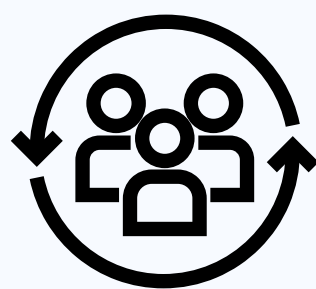
- Disasters and economic fluctuations increase stress and uncertainty.
- Psychological resilience weakens, and the tendency towards harmful habits increases.
- During a crisis, the solution requires social coordination.

### Why is it important?

*+%30 risk*

- A marked increase in dependency tendencies may be observed following a crisis.
- Community support accelerates the recovery process.

*2X FASTER recovery*



### How to Intervene?



#### Early Risk Detection

Early detection of vulnerable groups through monitoring systems



#### Digital Psychosocial Support

Online counselling and helplines



#### Local Solidarity

Coordination with NGOs, young people and volunteers



#### Integration into Crisis Plans

Incorporating a mental health component into disaster plans

### Objectives



- Early warning
- Accessible support
- Solidarity networks
- Integrated planning

**Crises test mental resilience.**

**The steps we take together today build more resilient societies for tomorrow.**



Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

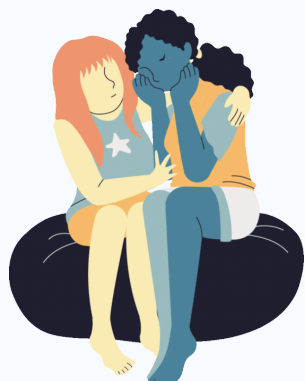


Erasmus K210 project - 2024-1-TR01-KA210-YOU-000255753

Public-NGO Cooperation in Combating Addiction in Time of Crisis and Disaster

# Силна заедница во тешки времиња

## Заедничката интервенција носи трајно подобрување



### Проблем

Катастрофите и економските флукуации го зголемуваат стресот и неизвесноста.

Психолошката отпорност слабеа, а тенденцијата кон штетни навики се зголемува.

За време на криза, решението бара социјална координација.

### Зошто е важно?

**+%30  
РИЗИК**

- Може да се забележи значително зголемување на тенденциите за зависност по кризата.
- Поддршката од заедницата го забрзува процесот на закрепнување.



**2 ПАТИ ПОБРЗО  
закрепнување**

### Како да се интервенира?



Рано откривање на ризик

Рано откривање на ранливи групи преку системи за следење



Дигитална психосоцијална поддршка

Онлајн советување и телефонски линии за ПОМОШ



Локална солидарност

Координација со невладини организации, млади луѓе и волонтери



Интеграција во кризни планови

Вклучување на компонента за ментално здравје во плановите за катастрофи

### Цели



Рано предупредување

- Достапна поддршка
- Мрежи на солидарност
- Интегрирано планирање

**Кризите ја тестираат менталната отпорност.**

**Чекорите што ги преземаме заедно денес градат поотпорни општества за утре.**



Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union



Erasmus K210 project - 2024-1-TR01-KA210-YOU-000255753

Public-NGO Cooperation in Combating Addiction in Time of Crisis and Disaster

# Snažna zajednica u teškim vremenima

## Zajednička intervencija donosi trajno poboljšanje

### Problem



Katastrofe i ekonomske fluktuacije povećavaju stres i neizvjesnost. Psihološka otpornost slabi, a sklonost štetnim navikama se povećava.

Tijekom krize, rješenje zahtijeva društvenu koordinaciju.

### Zašto je to važno?

+30%  
rizika

- Nakon krize može se uočiti značajan porast tendencija ovisnosti.
- Podrška zajednice ubrzava proces oporavka.

2X BRŽE  
oporavak



### Kako intervenirati?



#### Rano otkrivanje rizika

Rano otkrivanje ranjivih skupina putem sustava praćenja



#### Digitalna psihosocijalna podrška

Online savjetovanje i linije za pomoć



#### Lokalna solidarnost

Koordinacija s nevladinim organizacijama, mladima i volonterima



#### Integracija u krizne planove

Uključivanje komponente mentalnog zdravlja u planove za katastrofe

### Ciljevi



#### Rano upozorenje

- Pristupačna podrška
- Mreže solidarnosti
- Integrirano planiranje

**Krize testiraju mentalnu otpornost. Koraci koje danas poduzimamo zajedno grade otpornija društva za sutra.**



Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union



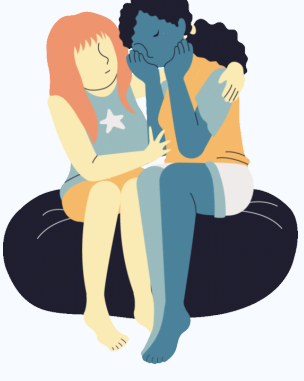
Erasmus K210 project - 2024-1-TR01-KA210-YOU-000255753

Public-NGO Cooperation in Combating Addiction in Time of Crisis and Disaster

# Zor Zamanlarda Güçlü Toplum

**Birlikte müdahale, kalıcı iyileşme getirir**

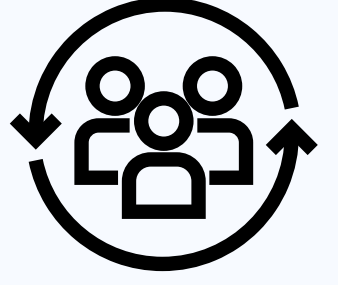
## Sorun



- Afetler ve ekonomik dalgalanmalar stres ve belirsizliği artırır.
- Psikolojik direnç zayıflar, zarar verici alışkanlıklara yönelim artar.
- Kriz döneminde çözüm, toplumsal koordinasyon gerektirir.

## Neden Önemli? *+%30 risk*

- Kriz sonrası bağımlılık eğilimlerinde belirgin artış gözlenebilir.
- Toplum destekleri iyileşme sürecini hızlandırır. *2X DAHA HIZLI toparlanma*



## Nasıl Müdahale Edilir?



### Erken Risk Tespiti

İzleme sistemleriyle kırılgan grupların erken saptanması



### Dijital Psikososyal Destek

Online danışmanlık ve destek hatları



### Yerel Dayanışma

STK'lar, gençler ve gönüllülerle koordinasyon



### Kriz Planlarına Entegrasyon

Afet planlarına ruh sağlığı bileşeninin eklenmesi

## Hedefler



- Erken uyarı
- Erişilebilir destek
- Dayanışma ağları
- Entegre planlama

**Krizler ruhsal dayanıklılığı test eder.  
Bugün attığımız ortak adımlar, yarının daha dirençli toplumlarını inşa eder.**



Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union



Erasmus K210 project - 2024-1-TR01-KA210-YOU-000255753

Public-NGO Cooperation in Combating Addiction in Time of Crisis and Disaster

# A strong society in difficult times

## Joint steps in the fight against addiction

01

### In difficult times, solidarity is the first step towards healing.

Crises, whether economic, social, or disaster-related, test the psychological resilience of individuals. During these times, stress, uncertainty, and trauma can significantly increase the risk of addiction.

Therefore, in times of crisis, the fight against addiction becomes not only an individual, but also a social responsibility.

## Strategic areas of intervention

02

- Creating monitoring systems to identify risk groups.
- Transferring psychosocial support and counseling services online.
- To mobilize local communities, volunteers and NGOs in a coordinated manner.
- Incorporating mental health and addiction prevention components into disaster and crisis management plans.

## Goals

\* Early warning and prevention

\* Available support lines

\* Community solidarity networks

\* Integration into crisis planning

03

## Why it's important?

- The post-crisis trend towards addiction could increase by up to 30%.
- Community-based support programs double the speed of individuals' recovery process after a crisis.
- Collaboration between the public and non-governmental organizations ensures efficient use of resources and lasting improvement.

04

## Conclusion

Crises test not only physical, but also psychological resilience.

Therefore, steps taken in times of crisis to combat addiction shape a more resilient society of the future.

When we work together, we can overcome not only today, but tomorrow.

**Fighting addiction:  
Shared responsibility, shared future.**

05

# Силно општество во тешки времиња

## Заеднички чекори во борбата против зависноста

01

### Во тешки времиња, солидарноста е првиот чекор кон заздравување.

Кризите, без разлика дали се економски, социјални или поврзани со катастрофи, ја тестираат психолошката отпорност на поединците. Во овие периоди, стресот, неизвесноста и траумата можат значително да го зголемат ризикот од зависност.

Затоа, во време на криза, борбата против зависноста станува не само индивидуална, туку и општествена одговорност.

02

### Стратешки области на интервенција

- Создавање системи за следење за идентификување на ризични групи.
- Префрлање на услугите за психосоцијална поддршка и советување преку интернет.
- Да се мобилизираат локалните заедници, волонтерите и невладините организации на координиран начин.
- Вклучување на компоненти за ментално здравје и превенција од зависности во плановите за управување со катастрофи и кризи.

### Цели

\* Рано предупредување и превенција

\* Достапни линии за поддршка

\* Мрежи за солидарност во заедницата

\* Интеграција во планирањето во кризи

03

### Зошто е важно?

- Посткризниот тренд кон зависност може да се зголеми до 30%.
- Програмите за поддршка базирани во заедницата ја дуплираат брзината на процесот на закрепнување на поединците по кризата.
- Соработката меѓу јавноста и невладините организации обезбедува ефикасно користење на ресурсите и трајно подобрување.

04

### Заклучок

Кризите ја тестираат не само физичката, туку и психолошката отпорност.

Затоа, чекорите преземени во време на криза во борбата против зависноста обликуваат поотпорно општество на иднината.

Кога работиме заедно, можеме да го надминеме не само денес, туку и утре.

**Борба против зависност:  
Споделена одговорност, споделена иднина.**

05

# Snazno društvo u teškim vremenima

## Zajednički koraci u borbi protiv ovisnosti

### 01 U teškim vremenima, solidarnost je prvi korak ka ozdravljenju.

Krize, bilo ekonomske, društvene ili povezane s katastrofama, testiraju psihološku otpornost pojedinaca. Tijekom tih razdoblja stres, neizvjesnost i trauma mogu značajno povećati rizik od ovisnosti.

Stoga, u kriznim vremenima, borba protiv ovisnosti postaje ne samo individualna odgovornost već i društvena.

### 02 Strateška područja intervencije

- Stvaranje sustava praćenja za identifikaciju rizičnih skupina.
- Premještanje usluga psihosocijalne podrške i savjetovanja na internet.
- Mobilizirati lokalne zajednice, volontere i nevladine organizacije na koordiniran način.
- Uključivanje komponenti mentalnog zdravlja i prevencije ovisnosti u planove upravljanja katastrofama i krizama.

### Ciljevi

\* Rano upozorenje i prevencija

\* Pristupačne linije za podršku

\* Mreže solidarnosti u zajednici

\* Integracija u krizno planiranje

### 03 Zašto je važno?

- Sklonost ovisnosti nakon krize može se povećati i do 30%.
- Programi podrške u zajednici udvostručuju brzinu procesa oporavka pojedinaca nakon krize.
- Suradnja javnog sektora i nevladinih organizacija osigurava učinkovito korištenje resursa i trajna poboljšanja.

### 04 Zaključak

Krize testiraju ne samo fizičku već i psihičku otpornost.

Stoga, koraci poduzeti tijekom kriznih vremena u borbi protiv ovisnosti oblikuju otpornije društvo budućnosti.

Kada radimo zajedno, možemo prevladati ne samo danas, već i sutra.

**Borba protiv ovisnosti:  
Zajednička odgovornost, zajednička budućnost.**

05

# Zor Zamanlarda Güçlü Toplum

## Bağımlılıkla Mücadelede Ortak Adımlar

01

### Zorluk anlarında dayanışma, iyileşmenin ilk adımıdır.

Krizler; ekonomik, toplumsal veya afet kaynaklı olsun, bireylerin psikolojik direncini zorlar. Bu dönemlerde stres, belirsizlik ve travma; bağımlılık riskini önemli ölçüde artırabilir.

Bu nedenle, kriz dönemlerinde bağımlılıkla mücadele sadece bireysel değil, toplumsal bir sorumluluk haline gelir.

## Stratejik Müdahale Alanları

02

- Risk gruplarını tespit eden izleme sistemleri oluşturmak
- Psikososyal destek ve danışmanlık hizmetlerini çevrimiçi ortama taşımak
- Yerel toplulukları, gönüllüleri ve STK'ları koordineli biçimde harekete geçirmek
- Afet ve kriz yönetimi planlarına ruh sağlığı ve bağımlılık önleme bileşenlerini dahil etmek

## Hedefler

\* Erken Uyarı ve Önleme

\* Erişilebilir Destek Hatları

\* Toplum Dayanışma Ağları

\* Kriz Planlamasında Entegrasyon

03

## Neden Hayati?

- Kriz sonrası bağımlılık eğilimi %30'a kadar artabiliyor.
- Toplum temelli destek programları, bireylerin kriz sonrası toparlanma sürecini iki kat hızlandırıyor.
- Kamu-STK işbirliği, kaynakların etkili kullanımını ve kalıcı iyileşmeyi sağlıyor.

04

## Sonuç

Krizler, yalnızca fiziksel değil, psikolojik dayanıklılığı da test eder.

Bu nedenle, bağımlılıkla mücadelede kriz dönemlerinde atılan adımlar, geleceğin daha dirençli toplumunu şekillendirir.

Birlikte hareket ettiğimizde, sadece bugünle değil; yarınla da başa çıkabiliriz.

**Bağımlılıkla mücadele:  
Ortak sorumluluk, ortak gelecek.**

05

# Cooperation in the fight against addiction

## Let's build the future together.

Although the risk of addiction increases in times of crisis, coordinated intervention by public and civil society organizations plays a key role in social recovery. This collaboration allows for the creation of not only individual support, but also systemic and sustainable solutions.

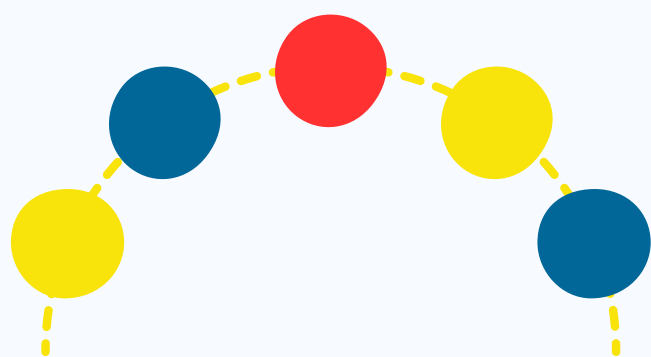


### Corporate Action Headlines

Expanding access to rehabilitation services  
Establishing peer support networks and mentoring systems for young people.  
Implementing community-based resilience-building programs  
Integrating mental health and addiction prevention components into disaster and crisis plans.

### Why is it important?

The risk of addiction may continue long-term after the crisis.  
Sharing common sense and resources speeds up the intervention process.



Young people who receive trauma-informed support have twice the rate of completing rehabilitation.  
Cooperation between the public and non-governmental organizations contributes to the reconstruction of society and strengthening its capacity for resilience.

### In conclusion

Crises increase the risk of addiction; collaboration between the public and non-governmental organizations is an effective way to mitigate this risk. Collaborative and community-based approaches strengthen social healing and resilience to crises.



## Together we are stronger for public health.



Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union



Erasmus K210 project - 2024-1-TR01-KA210-YOU-000255753

Public-NGO Cooperation in Combating Addiction in Time of Crisis and Disaster

# Соработка во борбата против зависноста

## Да ја градиме иднината заедно

Иако ризикот од зависност се зголемува во време на криза, координираната интервенција од страна на јавните и граѓанските организации игра клучна улога во општественото закрепнување. Оваа соработка овозможува да се создаде не само индивидуална поддршка, туку и системски и одржливи решенија.



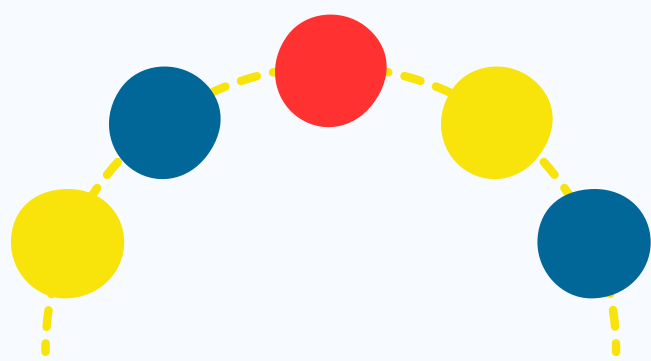
### Наслови за корпоративно дејствување

Проширување на пристапот до услуги за рехабилитација  
Воспоставување мрежи за врсничка поддршка и системи за менторство за млади луѓе.  
Имплементирање програми за градење отпорност базирани на заедницата  
Интегрирање на компоненти за ментално здравје и превенција од зависности во плановите за катастрофи и кризи.

### Зошто е важно?

Ризикот од зависност може да продолжи долгорочно по кризата.

Споделувањето на здравиот разум и ресурсите го забрзува процесот на интервенција.



Младите луѓе кои добиваат поддршка базирана на траума имаат двојно поголема стапка на завршување на рехабилитацијата.  
Соработката меѓу јавноста и невладините организации придонесува за реконструкција на општеството и зајакнување на неговиот капацитет за отпорност.

### Како заклучок

Кризите го зголемуваат ризикот од зависност; соработката меѓу јавноста и невладините организации е ефикасен начин за ублажување на овој ризик. Заедничките и пристапите базирани на заедницата го зајакнуваат општественото заздравување и отпорноста на кризи.



**Заедно сме посилни за јавното здравје.**



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Erasmus K210 project - 2024-1-TR01-KA210-YOU-000255753

Public-NGO Cooperation in Combating Addiction in Time of Crisis and Disaster

# Suradnja u borbi protiv ovisnosti

## Izgradimo budućnost zajedno

Iako se rizik od ovisnosti povećava tijekom kriznih vremena, koordinirana intervencija javnosti i organizacija civilnog društva igra ključnu ulogu u oporavku društva. Ova suradnja omogućuje stvaranje ne samo individualne podrške već i sistemskih i održivih rješenja.

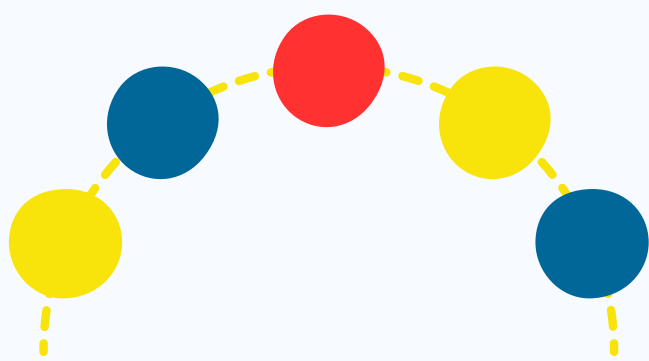
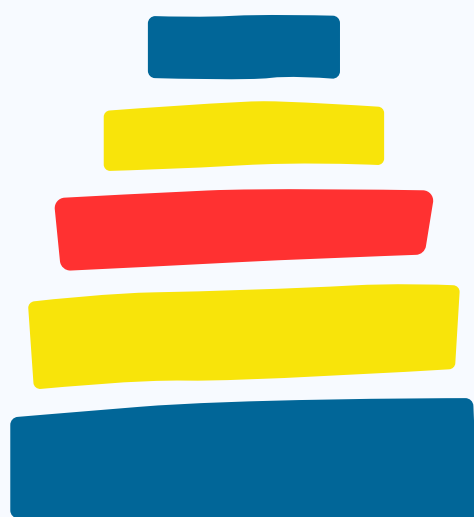


### Naslovi korporativnih akcija

Proširenje pristupa rehabilitacijskim uslugama  
Uspostavljanje mreža vršnjačke podrške i mentorskih sustava za mlade.  
Provedba programa izgradnje otpornosti u zajednici  
Integriranje komponenti mentalnog zdravlja i prevencije ovisnosti u planove za katastrofe i krize.

### Zašto je to važno?

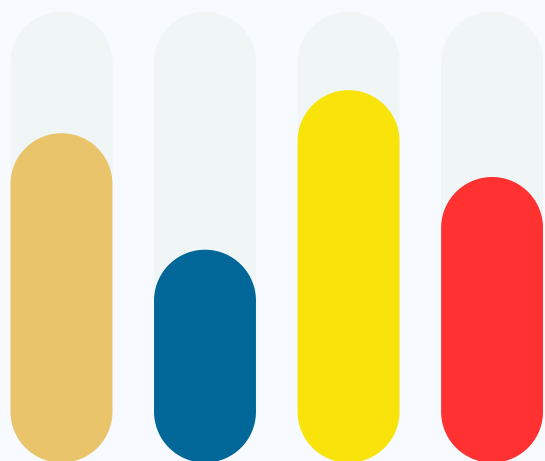
Rizik od ovisnosti može trajati dugoročno nakon krize.  
Dijeljenje zdravog razuma i resursa ubrzava proces intervencije.



Mladi ljudi koji primaju podršku temeljenu na traumi imaju dvostruko veću stopu završetka rehabilitacije. Suradnja javnog sektora i nevladinih organizacija doprinosi obnovi društva i jačanju njegove otpornosti.

### Zaključno

Krize povećavaju rizik od ovisnosti; suradnja javnosti i nevladinih organizacija učinkovit je način ublažavanja ovog rizika. Suradnički i pristupi utemeljeni na zajednici jačaju društveno ozdravljenje i otpornost na krize.



**Zajedno smo jači za javno zdravstvo.**



Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

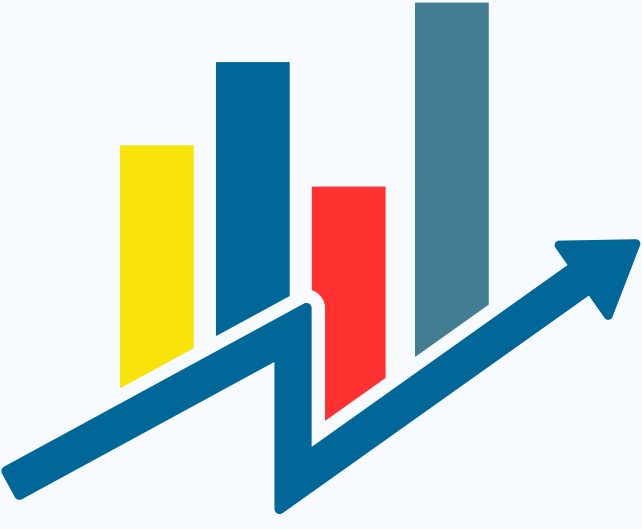


Erasmus K210 project - 2024-1-TR01-KA210-YOU-000255753

Public-NGO Cooperation in Combating Addiction in Time of Crisis and Disaster

# Bağımlılıkla Mücadelede İşbirliği Geleceği Birlikte İnşa Et

Kriz dönemlerinde bağımlılık riski artarken, kamu ve sivil toplum kuruluşlarının koordineli müdahalesi toplumsal iyileşme için kritik rol oynar. Bu işbirliği, sadece bireysel destek değil, aynı zamanda sistematik ve sürdürülebilir çözümler üretmeyi mümkün kılar.

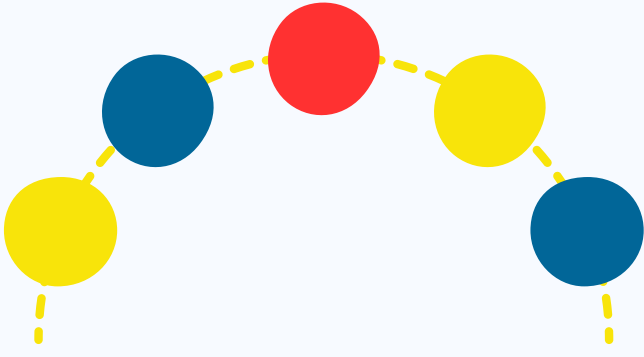
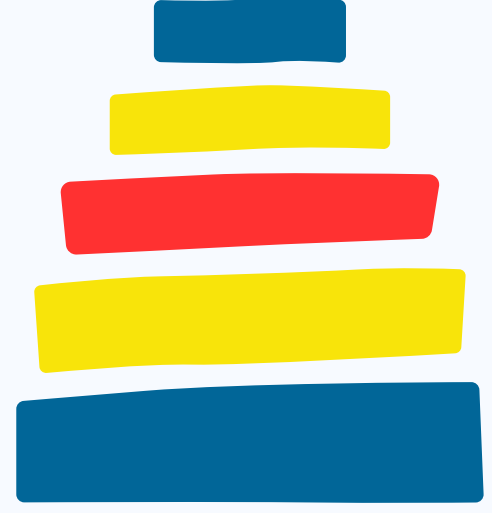


## Kurumsal Eylem Başlıkları

- Rehabilitasyon hizmetlerinin erişimini yaygınlaştırmak
- Gençler için akran destek ağları ve rehberlik sistemleri kurmak
- Toplum temelli dayanıklılık geliştirme programları uygulamak
- Afet ve kriz planlarına ruh sağlığı ile bağımlılık önleme bileşenlerini entegre etmek

## Neden Önemli?

- Kriz sonrası bağımlılık riski uzun vadede devam edebilir.
- Ortak akıl ve kaynak paylaşımı, müdahale sürecini hızlandırır.



- Travma temelli destek alan gençlerin rehabilitasyonu tamamlama oranı iki kat artar.
- Kamu-STK işbirliği, toplumun yeniden yapılanmasına ve direnç kapasitesinin güçlenmesine katkı sağlar.

## Sonuç Olarak

Krizler bağımlılık riskini artırır; kamu ve STK işbirliği ise bu riski azaltmak için etkili bir yoldur. Ortak akıl ve toplum temelli yaklaşımlar, toplumsal iyileşmeyi ve krizlere karşı dayanıklılığı güçlendirir.



**Toplum sağlığı için birlikte daha güçlüyüz.**



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Erasmus K210 project - 2024-1-TR01-KA210-YOU-000255753

Public-NGO Cooperation in Combating Addiction in Time of Crisis and Disaster