

Obsah

Úvod	1
Jak být sám sebou	2
Droga	3
Tabák je také droga	4
Alkohol	5
Marihuana, hašiš	5
Opiáty	6
Stimulační látky	7
Halucinogeny	8
Těkavé látky	9
Léky	10
Opium pro miliony	11
Jak se drogy dostanou do Evropy	12
Mezinárodní legislativa	12
V chemické laboratoři	16
Doping	18
Císař nebo otrok	20
Seznamte se s literaturou o drogách	22
Krajina za zrcadlem	23
Samota	24
Parta	25
Když se drogy stanou součástí života	26
Krátká zamyšlení	28
Sociální hry	30
Vnitřní svět	35
Cvičíme koncentraci	36
Relaxační cvičení	37
Hathajóga	37
Slovníček pojmů	39
Doporučená literatura	40

Obrázek kazety označuje místo určení pro zařazení hudební ukázký z kazety, která doplňuje tuto učebnici.



Sám sebou
Sám sebou 3.
Zdena Kašparová, Tomáš Houška. - 2. vydání. - Praha:
Tomáš Houška, 1996 (Příbram: PB tisk, 1996).
- 40 stran. -
ISBN 80-86065-02-2

Učebnici schválilo MŠMT pod čj. 22 288/96-22 dne 15. 8. 1996 k zařazení do seznamu učebnic pro základní školy.

Sám sebou 3. (pro 8 třídu ZŠ – tercii osmiletých gymnázií)
dr. Zdena Kašparová, dr. Tomáš Houška a kol.

Na textu o dopingu a práci v chemické laboratoři spolupracovala doc. ing. Renata Štablová, CSc.

© Zdena Kašparová, Tomáš Houška, Renata Štablová, 1996

© foto Tomáš Houška, 1996

Recenzovali:

Mgr. Alena Brožová,
MUDr. Jan Cimický, CSc.,

Mgr. Ivan Chalaš,
RNDr. Ludmila Poláková, CSc.,

Mgr. Hana Šnajderová,
PhDr. Helena Vrbková

Motto převzato z rozhovoru Josefa Rauvolfa
s Ozzy Osbournem v Reflexu 8/96

Básničky na s. 24 převzaty z Sucht-und Drogenprevention,
K. A. Noack, K. Kollehn, W. Schill, K. Engler. Herausgegeben
von der Bundeszentrale für gesundheitliche
Aufklärung, Köln, © 1994, Ernst Klett Schulbuchverlag GmbH
u. Co. KG, Stuttgart 1994.

Obálka Tomáš Houška

Litografie obálky Papyrus s.r.o., Nuselská 12, Praha 4

Vytiskl PB tisk Příbra

Vydal Tomáš Houška, Václavkova 2, 160 00 Praha 6,
tel /fax 02 320 745

Druhé vydání 1996

40 stran

ISBN 80-86065-02-2

Objednávky na adrese vydavatele:

Tomáš Houška

Václavkova 2

160 00 Praha 6

Doporučená prodejní cena včetně DPH 49,- Kč