

## Электронные сигареты могут взрываться!

Взрыв вэйпа возникает из-за воспламенения жидкостно-паровой смеси. Причиной взрыва вейпа является литиевая батарейка.

Последствия от взрыва электронной сигареты отличаются пугающей зрелищностью: это тяжёлые химические ожоги, разрывы мягких тканей и проникающие ранения. Вы можете остаться без носа, без уха, без пальцев или даже лишиться жизни!

Нет «слабого», «лёгкого» никотина! Есть наркотик и яд — никотин!

Нет «слабого», «лёгкого» алкоголя! Есть наркотик и яд — алкоголь!

1 банка энергетика содержит 5-6 стаканов крепкого кофе, который тоже является веществом, вызывающим зависимость - наркотиком!

**Помните: никотин — это яд для насекомых и наркотик, вызывающий сильную зависимость!**

Скажи себе: я — не насекомое, чтобы себя травить, я бросаю курить!



Чтобы вам не употреблять психически активные вещества (алкоголь, никотин, энергетика, наркотики), вам необходимо вырабатывать у себя

- позитивное мышление,
- умение справляться со стрессами,
- умение расслабляться,

- делать ежедневные медитации, релаксации, заниматься йогой, цигун или восточными единоборствами, любыми видами спорта.

## Электронные сигареты могут взрываться!

Взрыв вэйпа возникает из-за воспламенения жидкостно-паровой смеси. Причиной взрыва вейпа является литиевая батарейка.

Последствия от взрыва электронной сигареты отличаются пугающей зрелищностью: это тяжёлые химические ожоги, разрывы мягких тканей и проникающие ранения. Вы можете остаться без носа, без уха, без пальцев или даже лишиться жизни!

Нет «слабого», «лёгкого» никотина! Есть наркотик и яд — никотин!

Нет «слабого», «лёгкого» алкоголя! Есть наркотик и яд — алкоголь!

1 банка энергетика содержит 5-6 стаканов крепкого кофе, который тоже является веществом, вызывающим зависимость - наркотиком!

**Помните: никотин — это яд для насекомых и наркотик, вызывающий сильную зависимость!**

Скажи себе: я — не насекомое, чтобы себя травить, я бросаю курить!



Чтобы вам не употреблять психически активные вещества (алкоголь, никотин, энергетика, наркотики), вам необходимо вырабатывать у себя

- позитивное мышление,
- умение справляться со стрессами,
- *умение расслабляться, делать ежедневные медитации, релаксации, или заниматься йогой, цигун или восточными единоборствами, любыми видами спорта.*

### ***Границы безопасности.***

1. Не трогать руками наркотики, сигареты и алкоголь (ПАВ) - «чистые руки».
2. Не участвовать в компаниях , где пьют, курят и употребляют наркотики.
3. Не смотреть на алкоголь, табак, наркотики
4. Не общаться с людьми, которые употребляют алкоголь, табак, наркотики.
5. Не носить с собой большие суммы денег, чтобы не было соблазна купить ПАВ.
6. Запрет на тусовки, застолья с алкоголем, на дискотеки и клубы, где употребляют алкоголь.
7. Не слушать разговоры о выпивке, наркотиках, курении. Сразу уходить.

### ***Границы безопасности.***



**ЗНАЕШЬ, НИКОТИН  
ЭЛЕКТРОННЫЙ,  
А КАШЕЛЬ-ТО  
АНАЛОГОВЫЙ.**



Электронные  
сигареты  
ничем не лучше.  
Бросай  
и не парься.



1. Не трогать руками наркотики, сигареты и алкоголь (ПАВ) - «чистые руки».
2. Не участвовать в компаниях , где пьют, курят и употребляют наркотики.
3. Не смотреть на алкоголь, табак, наркотики
4. Не общаться с людьми, которые употребляют алкоголь, табак, наркотики.
5. Не носить с собой большие суммы денег, чтобы не было соблазна купить ПАВ.
6. Запрет на тусовки, застолья с алкоголем, на дискотеки и клубы, где употребляют алкоголь.

7. Не слушать разговоры о выпивке, наркотиках, курении. Сразу уходить.