

Так говорят все наркоманы:
нужно только вовремя бросить».
никому этого еще не удавалось.



аркомания в России ежегодно
уносит 30 000 жизней.
БЕРЕГИ СЕБЯ.



ПОМНИ!

Лучший способ не попасть
в зависимость от наркотиков –
никогда их не пробовать!

Я ВЫБИРАЮ
ЖИЗНЬ!

Просто скажи «Нет!»

- Правильно мотивируй причину отказа: «Мне это не нужно», «Я не хочу вредить здоровью», «Это опасно для меня».
- Всегда будь готов к давлению, умей противостоять и отказаться. Распространители наркотиков очень изощрены, их задача – получить прибыль, вовлекая все больше людей.
- Умей развлечь себя другим способом. Например, спорт – лучше, чем наркотики.
- Умей выбирать друзей: настоящие друзья не предложат наркотики.
- Можно просто сказать «НЕТ» и уйти.
- Не бойся показаться самостоятельным в выборе решения.



НАРКОТИКИ – это уже не круто

Сегодня модно
БЫТЬ ЗДОРОВЫМ!



Так говорят все наркоманы:
«нужно только вовремя бросить».
никому этого ещё не удавалось.



наркомания в России ежегодно
уносит 30 000 жизней.
БЕРЕГИ СЕБЯ.



ПОМНИ!

Лучший способ не попасть
в зависимость от наркотиков -
никогда их не пробовать!

Эти простые приемы помогут тебе
ОТКАЗАТЬСЯ!

Давление

- Хочешь попробовать?
- Почему не хочешь?
- Давай попробуем!
- Если бы ты был крутым, ты бы попробовал!
- Вам предлагают наркотик
- Места, где возможно давление
- Если приходится посещать такие места

Тактика отказа

- Вежливо отказаться
- Придумать причину (сдаю аналгзы)
- Сменять тему
- Надавить со своей стороны (а если бы ты был крутым...)
- Не проявлять интереса, пройти мимо
- Избегать таких мест и ситуаций
- Идти вместе с тем, кто не употребляет наркотики

74% подростков становятся наркоманами сразу после **ПЕРВОГО** употребления психотропных веществ. **НЕ ПРОБУЙ!**

- Физическое привыкание к наркотику у взрослого может развиваться долго, а у ребёнка - в считанные недели.
- 25% закуривших в детском возрасте сохраняют эту привычку и 20 лет спустя. А от 85% до 95% наркозависимых - страстные курильщики.
- Молодые люди врут, что «спайс» - не наркотик, и что это легальная продукция, к которой нет привыкания. Это неправда! Он в десятки раз токсичнее наркотиков растительного происхождения и амфетаминового ряда.
- В 1,8 раза стало больше смертельных отравлений наркотическими средствами и психотропными веществами.
- На 68% увеличилось количество лиц, совершивших преступления в состоянии наркотического опьянения.



НАРКОТИКИ - это уже не круто!

**Сегодня модно
БЫТЬ ЗДОРОВЫМ!**



Что же такое телефон доверия?



При звонке на этот номер в любом населенном пункте Российской Федерации со стационарных или мобильных телефонов дети, подростки и их родители могут получить экстренную психологическую помощь, которая оказывается специалистами действующих региональных служб, подключенных к единому общероссийскому номеру.

Телефон доверия – это служба, куда может анонимно обратиться абсолютно любой человек, чтобы обсудить отношения с друзьями, близкими, семейные и школьные отношения.



8-800-2000-122

8-800-2000-122

Дети звонят

- ◆ Если поссорились с другом;
- ◆ Когда остаются дома одни, и им становится страшно;
- ◆ Хотят завести дома животное, но не могут договориться с родителями;
- ◆ Когда получат в школе двойку и боятся идти домой;
- ◆ Когда обижают сверстники, а взрослые говорят: «Разбирайся сам».

Подростки обращаются

- ◆ По поводу влюблённости и неразделенной любви;
- ◆ Конфликтов с учителями;
- ◆ Ссор с родителями;
- ◆ Подростковой беременности;
- ◆ Их волнуют взаимоотношения с противоположным полом;
- ◆ Место, которое они – занимают в группе (классе, подростковой компании);
- ◆ Они обеспокоены своей внешностью;
- ◆ Подростки часто жалуются на

Что в жизни нет не решаемых проблем

И если есть что-то,
чём ты не можешь
поделиться с
родными и друзьями,
или у тебя есть
вопрос, который ты
не решаешься им
задать

Звони на Телефон
Доверия и поделись
тем, что происходит
у тебя

- ◆ Отрыгивается;
- ◆ Поздно возвращается домой или вообще не приходит ночевать;
- ◆ Начал курить, употреблять алкоголь или наркотики;
- ◆ Связался с плохой компанией;
- ◆ Отказываетесь учиться. Иногда они чувствуют:
- ◆ Что к их ребенку не вполне справедливо призываются учителя и советуются как поступить;
- ◆ Звонят по поводу взаимоотношений между взрослыми членами семьи, особенно в период развода или после него.
- Звонят бабушки и дедушки,
- ◆ На чьи плечи родители перекинули ответственность за собственных детей, а также опекуны и приемные родители
- ◆ Сталкивающиеся с трудностями воспитания неродного ребенка.

8-800-2000-122

Позвони нам!

**ЕСЛИ
ТРУДНО -
ПРОСТО
ПОЗВОНИ!**



8·800·2000·122

**ТЕЛЕФОН
ДОВЕРИЯ**
для детей, подростков
и их родителей

ЭТО ДОЛЖЕН ЗНАТЬ КАЖДЫЙ:

УПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИКОВ ПРИВОДИТ
К НЕОБРАТИМЫМ ПОСЛЕДСТВИЯМ...

НЕГАТИВНОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ЗДОРОВЬЕ:

- РАСТРОЙСТВА психики, плохо поддающиеся медицинскому лечению, полная ДЕГРАДАЦИЯ личности, ПОНХОЗЫ, вплоть до шизофрении и слабоумия;
- ГАЛЮЦИНАЦИИ, бредовые идеи, состояния паники, депрессии;
- ЗАРАЖЕНИЕ крови и болезнь сосудов;
- ИЗМЕНЕНИЕ ДНК;
- ПОРАЖЕНИЕ внутренних органов, истощение почек, легких, нарушения сердечной деятельности;
- РИСК ЗАРАЖЕНИЯ гепатитами и ВИЧ-инфекцией;
- ОТСТАВАНИЕ в умственном развитии, НЕОБРАТИМЫЕ нарушения памяти, РАССЕИВАНИЕ внимания, СНИЖЕНИЕ уровня интеллекта;
- ИМПОТЕНЦИЯ, БЕСПЛОДИЕ;
- в результате употребления наркотических веществ ПЕРЕСТАЮТ вырабатываться естественным путем гормоны, отвечающие за чувство радости и удовлетворения, а рецепторы, реагирующие на них, постепенно ОТМИРАЮТ;
- ИСТОЩЕНИЕ защитных сил организма, ПОТЕРЯ иммунитета;
- СМЕРТЬ от передозировки наркотиков.



СОЦИАЛЬНЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ:

- ПОТЕРЯ близких, разрушение отношений в семье;
- ПОТЕРЯ друзей, разрыв дружеских отношений;
- ПОТЕРЯ учебы, ПОТЕРЯ работы;
- Люди, употреблявшие наркотики НЕ МОГУТ устроиться на хорошую работу;
- Лишение возможности иметь здоровых детей;
- ПОТЕРЯ уважения, ПОТЕРЯ смысла жизни;
- ПОТЕРЯ интереса ко всему окружающему, ОДИНОЧЕСТВО.
- ТЮРЬМА (употребление наркотиков вынуждает воровать как у близких, так и у чужих людей, занимать деньги без отдачи, заниматься мошенничеством и проституцией, совершать разбойные нападения, насилие, убийства. Часто всё это совершается ради одной дозы);
- САМОУБИЙСТВА...



ПРАВОВЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ:

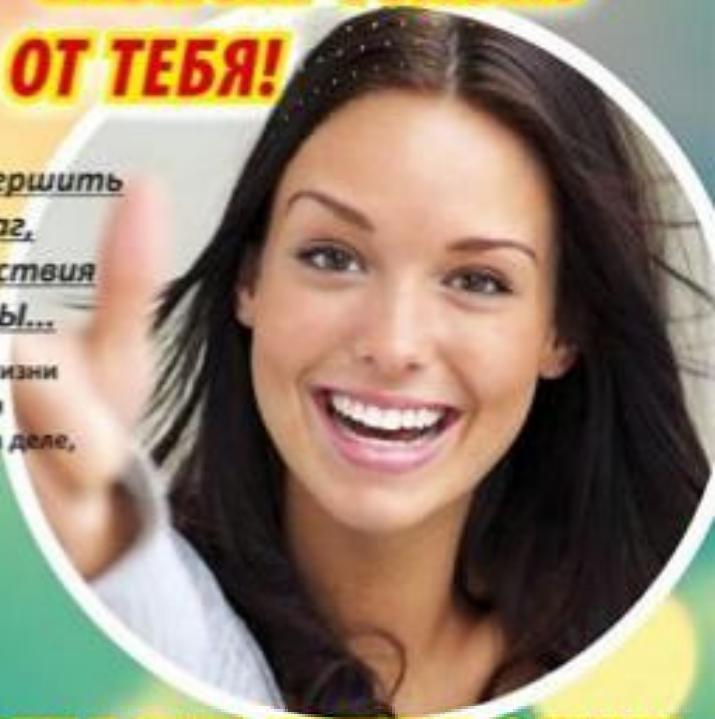
За употребление наркотических средств, в том числе марихуаны, налагается штраф от 4 тысяч до 5 тысяч рублей или административный арест на срок до 30 суток.

ПОМНИ, ПРИВЫКАНИЕ К НАРКОТИКАМ
МОЖЕТ ВОЗНИКНУТЬ УЖЕ С ПЕРВОГО
РАЗА УПОТРЕБЛЕНИЯ!..

**ТВОЁ БУДУЩЕЕ
ЗАВИСИТ ТОЛЬКО
ОТ ТЕБЯ!**

Прежде, чем совершить
необдуманный шаг,
ЗНАЙ, что последствия
будут НЕОБРАТИМЫ...

Найди свое место в этой жизни
среди друзей, в окружении
близких людей, в любимом деле,
учебе, работе, хобби,
спорте, музыке, испытывай
положительные эмоции
от любви, дружбы, общения.
Сейчас у тебя есть будущее,
стремись к своим целям,
к исполнению мечты!



ЦЕНИ СВОЮ ЖИЗНЬ! ОНА У ТЕБЯ ОДНА!

Фондом борьбы с наркоманией «Путь к жизни» было разработано информационное письмо для родителей и педагогов. Письмо распространяется на 2014-2015 год учебного года бесплатно. Составлено в 2014 году. Издательство: ООО «Лига Спорта». Адрес: г. Москва, Малый Садовнический пер., д. 10, стр. 1. Автор: Юрий Тарасов. Иллюстрации: Мария Красильщикова.

«Тот, кто не умеет сказать нет, должен быть назван рабом». (Н. Шамфор)

Нам угрожает беда. Эта беда—наркомания. Это болезненное непреодолимое пристрастие к наркотическим средствам,



вызывающим нарушение психики, галлюцинации, бред, разрушение всех органов и систем человеческого организма, преждевременная смерть—вот последствия для здо-

«Не дай сделать из себя раба!»

Тебе нравится такая жизнь?



Наркотикам—нет,
твой единственный
ответ!



Ты хочешь
сделать свою
жизнь яркой,
полной радости,
общения, смеха,
любви?

Ты хочешь жить?

Тогда скажи...

