

НЕ ПОТЕРЯЙ СЕБЯ



Наркомания - тяжёлое психическое заболевание, возникающее при систематическим употреблении наркотиков.

Девять из десяти наркоманов практически неизлечимы. Многие не доживают и до 40 лет.



Последствия употребления наркотиков: разрушение клеток мозга, шизофрения, слабоумие, поражение внутренних органов. Люди, употребляющие наркотики намного чаще заражаются вирусными гепатитами, ВИЧ-инфекцией и другими смертельными болезнями. Часто люди погибают от передозировок.



 Если в компании, в интернете, на улице возле школы тебе предлагают просто таблеточку; просто "травку"; просто дыхнуть пару раз из пакетика; просто разок колынуться или ещё что-нибудь подобное, **СРОЧНО ВКЛЮЧАЙ ГОЛОВУ И ГОВОРИ "НЕТ"**

Скажи: "Нет. Это не для меня" — и точка.

 Если ты знаешь о том, что кто-то продаёт или распространяет наркотики, обязательно сообщи об этом взрослым;

 Не бери из рук незнакомых людей угощения.

 Если предлагают "легкий заработок - побыть курьером за огромные деньги", нужно немедленно отказываться от такой работы, поскольку закончиться она рано или поздно в тюрьме.



Обязательно помни, в каких бы сейчас ты не был жизненных обстоятельствах (проблемы с родителями, потери родных и дорогих людей, финансовые проблемы) - **ТЫ САМ**, своим трудом, упорством, не смотря на окружающих **МОЖЕШЬ ВСЕ ПРЕОДОЛЕТЬ, У ТЕБЯ ВСЕ ОБЯЗАТЕЛЬНО ПОЛУЧИТСЯ!**

Принимая наркотики и алкоголь ты теряешь **СЕБЯ, САМОГО ВАЖНОГО ЧЕЛОВЕКА В СВОЕЙ ЖИЗНИ..** Эти зависимости **НИКОГДА** не выведут тебя из непростых ситуаций. **УСТРОИТЬ СВОЮ ЖИЗНЬ МОЖЕШЬ ТОЛЬКО ТЫ САМ.**



ЗАЩИТИМ НАШИХ ДЕТЕЙ ОТ НАРКОТИКОВ



В борьбе с наркоманией среди молодежи наиболее эффективными мерами являются профилактические меры. Многие зависят, прежде всего, от родителей, педагогов, медицинских работников.



ЧТО ЖЕ МОГУТ СДЕЛАТЬ ВЗРОСЛЫЕ, ЧТО БЫ ЗАЩИТИТЬ СВОИХ ДЕТЕЙ?

ПОДАВАТЬ ИМ ЛИЧНЫЙ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЙ ПРИМЕР.

Стимулировать их самостоятельность и независимость, укреплять уверенность в себе.

Приобщать детей и подростков к занятиям физкультурой и спортом, активному культурному отдыху в свободное время.

Учить ребенка умению противостоять негативным соблазнам, справляться с неудачами.

Давать информацию о причинах, формах и реальных последствиях употребления наркотических средств.

Формировать у ребенка навыки анализа и критической оценки информации и умение принимать правильные решения.



Будьте бдительны в отношении друзей Вашего ребенка. Узнайте о них как можно больше. Постарайтесь увидеть или познакомиться с их родителями. В любом случае не стесняйтесь говорить с детьми о проблемах, с которыми может столкнуться человек, потребляющий наркотики.



Наблюдайте за поведением своего ребенка. Резкие изменения в его поведении должны насторожить вас. Проверьте, нет ли других объективных признаков употребления наркотиков. Лучше подстраховаться. Это поможет вам своевременно заметить проблему, когда еще можно поправить положение.



ПОМНИТЕ: ЗАКРЫТЬ ГЛАЗА НА ПРОБЛЕМЫ НАРКОМАНИИ НЕ УДАСТСЯ, А ВАШЕ БЕЗДЕЙСТВИЕ МОЖЕТ ОБОРНУТЬСЯ ТЯЖЕЛОЙ ТРАГЕДИЕЙ ДЛЯ ВСЕХ.

