

Нам угрожает беда. Эта беда – **наркомания**. Что это такое? Наркомания – это болезненное, непреодолимое пристрастие к наркотическим средствам, лекарствам, таблеткам. Организм, привыкший к наркотикам, испытывает такую сильную боль без наркотика, что человек идет на все: обман, воровство, даже на убийство, лишь бы достать наркотики. Наркотики – безжалостный палач, который требует: «Укради, убей, достань очередную дозу, прими ее, иначе я Подвергну тебя жуткой пытке».

Почему люди становятся наркоманами?

Разве их заставляют? Нет! К наркомании принуждают! Тут кроется ужасный обман.

Наркотики очень дорого стоят. Люди, распространяющие их, получают огромную прибыль. А продавцам нужны покупатели, то есть несчастные, привыкшие к наркотикам, готовые отдать за них любые деньги. Поэтому новичкам предлагают эту отраву почти бесплатно, уговаривая: «Попробуй, это приятно. Это интересно». Или «Наркотики – для смелых, ты же не трус? Нет? Так попробуй!». Но никакой смелости тут нет. Наоборот, смелым может считать себя лишь тот, кто не идет на поводу и отказывается от яда.

- Правда ли, что можно сказать наркотикам **НЕТ**?

- Да, но только один раз. . . **В первый!!!**

- Правда ли, что «лёгкие» наркотики менее вредны ?

- **Нет, все наркотические вещества одинаково опасны!!!**

- Ну, подумаешь, попробую разок...

- **Все(!) наркотические вещества вызывают зависимость даже после однократного применения!!!**

Сумей вовремя Остановиться!



Восемь способов сказать «НЕТ!!!»

1. Говори: «Нет, спасибо».

2. Объясни причину отказа.

3. Повтори несколько раз свой отказ («заезженная пластинка»).

4. Уйди.

5. Смени тему разговора.

6. Избегай критических ситуаций (порой предвидя их). *Тебе знакомы места, где пробуют наркотики, ведут себя недостойно. Лучше не ходи туда, избегай таких мест.*

7. Используй так называемый «холодный душ».

– Ты чего вчера сбежал, побоялся выпить, покурить? Пойдем сегодня, попробуешь. Не обращая на него внимания, игнорируй его, уходи.

8. Сила в коллективе и в друзьях.

Дружи и встречайся с теми, кто тебя понимает, кто поможет тебе в трудный момент, кто придет к тебе на помощь и поддержит тебя.



**НЕ БРАТЬ И НЕ ТРОГАТЬ!
НЕ ПРИКАСАТЬСЯ И НЕ ПРОБОВАТЬ!**

1. Прежде, чем взять в руки наркотик, подумай: а зачем тебе это надо? Кроме дополнительных проблем ничего хорошего не получишь.

2. Допустим, в силу обстоятельств, в твои руки попал наркотик. Будь мужественным, избавься от него немедленно.

3. Если, попробовав наркотик, тебе захотелось повторить, знай, ты - в начале пути к своей безвременной смерти. Но еще до ее прихода ты испытаешь такие муки и страдания, какие не пожелаешь своему злейшему врагу.

4. Наркодилеры хитры и коварны. Они могут подстергать тебя в школе, на дискотеке, даже в подъезде дома. Они - враги! Будь бдителен.



Итак, где бы, в какой ситуации ни оказался - скажи сам себе твердо решительно:



Что ты знаешь о наркомании?

Н — на игле

А — аморальность

Р — рабство

К — кокаин

О — опий

М — морфин

А — антисанитария

Н — нестерильность

И — инфантильность

Я — яд

30% школьников уже пробовали наркотики, в стране более 10 млн. наркоманов, большинство из них не достигло 21 года.

В двадцати случаях из ста наркоман становится ВИЧ-инфицированным.

Сможешь ли ты пройти этот тест о наркотиках?

1. Существуют плохие и хорошие наркотики.
2. Некоторые наркотики не вредят вашему разуму.
3. Никто не знает, что заставляет людей принимать наркотики.
4. К большинству наркотиков не привыкают.
5. Алкоголь не является наркотиком.
6. Марихуана не вредна.
7. Экстази безопаснее других наркотиков.
8. Наркотики способствуют творчеству.
9. Наркотики увеличивают силу.
10. Наркотики держатся в организме один день.

Все десять утверждений не верны!

Остановись и подумай, хочешь ли ты такой жизни?

Отказываясь от наркотиков, ты выбираешь жизнь!

Жизнь – это то, что никто не вправе губить.

Жизнь – это шанс и очень большие возможности, которые человеку надо разумно использовать.

Жизнь – это обязательно что-то красивое: небо, солнце, лес и цветы, люди, наконец. И всем этим надо восхищаться.

Жизнь – это большая любовь, которую надо принять как подарок. И это мечта, к которой надо идти всю жизнь.

Жизнь – это всегда борьба за что-то, а для многих и за здоровье.



Составитель:

методист ЦБС Н.А.Малушко

Наши координаты:

357340, г. Лермонтов, ул. Ленина, 20.
2 этаж Детской библиотеки.

Тел.: 8 (87935) 3-12-03

Наш сайт: lerm-cbs.ru

Мы ВКонтакте:

<https://vk.com/club31726858>

<https://vk.com/club86534285>



Муниципальное казённое учреждение

города Лермонтова
«Централизованная библиотечная система»
Инновационно-методический сектор



Памятка подросткам

г.Лермонтов, 2020г.