



# Протяни руку: помоги своему ребёнку!



Ест много сладкого  
и пьёт много воды



Кожа становится бледной,  
измождённой, повреждения  
на коже долго не заживают



Из дома пропадают  
деньги и вещи



Непривычный блеск глаз.



Зрачки вне зависимости  
от освещения постоянно  
или расширены, или  
размером с маленькую точку



Становится  
раздражительным,  
неконтактным



Старается уединиться  
в своей комнате  
как будто что-то утаивает



Замолкает во время  
разговора по телефону,  
как только в комнату  
входят другие люди



Скрывает новые интересы  
и новых знакомых от  
близких людей



## Признаки, по которым можно определить, что человек употребляет наркотики



# Мамы и папы!

По возможности старайтесь чаще беседовать с детьми на самые различные темы, особенно на те, которые в данный момент представляют для них наибольший интерес. О чем бы вы ни говорили с детьми, постарайтесь ненавязчиво дать им хотя бы один совет из области соблюдения правил личной безопасности.

Если есть опасность приобщения к наркотикам вашего ребенка, необходимо немедленно принимать все меры против этого.

Будьте настоящим другом своему ребенку, если у него уже возникли проблемы с наркотиками, помогите ему принять решение, убедите обратиться за помощью!

Не каждый, кто пробует наркотики, обязательно станет наркоманом, но совершенно бесспорно, что каждый, кто уже привык к ним, начал с того, что однажды попробовал наркотик...



**Помощь ребенку – это не разовая акция, а большая ежедневная работа на длительный срок.**

**Будьте другом своему ребенку.**

**Общение.** Старайтесь быть инициатором, открытого доверительного общения со своим ребенком. И тогда вы сможете достичь самого главного – откровенности своего ребенка.



**Умение слушать:**

- быть внимательным к ребенку;
- уважительно относиться к его точке зрения;
- уделять внимание взглядам и чувствам ребенка.

**Важно знать, чем занят ваш ребенок.** Иногда внешнее отсутствие каких-либо нежелательных действий скрывает за собой вредное занятие.

**Проводите время вместе.** Очень важно, когда родители умеют вместе с ребенком устраивать совместный досуг. Это обязательно должно быть нечто особенное. Пусть это будет простой поход в кино, на стадион, на рыбалку, за грибами или даже совместный просмотр телевизионных передач.

**Дружите с его друзьями.** Он может испытывать очень сильное давление со стороны друзей, поддаваться чувству единения с толпой. Поэтому здесь необходим ненавязчивый контроль со стороны родителей

**Помните!  
Предотвратить беду гораздо проще, чем бороться с недугом...**



**Будьте здоровы!**

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



# Я ВЫБИРАЮ ЖИЗНЬ!

ПОМНИ!

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

Эти простые приемы помогут тебе  
**ОТКАЗАТЬСЯ!**

Наркомания в России ежегодно  
уносит 30 000 жизней.  
**БЕРЕГИ СЕБЯ.**

Давление	Тактика отказа
Хочешь попробовать?	Вежливо отказаться
Почему не хочешь?	Придумать причину (сдаю анализы)
Давай попробуем!	Сменить тему
Если бы ты был крутым, ты бы попробовал!	Надавить со своей стороны (а если бы ты был крутым...)
Вам предлагают наркотик	Не провалить интереса, пройти мимо
Места, где возможно давление	Избегать таких мест и ситуаций
Если приходится посещать такие места	Идти вместе с тем, кто не употребляет наркотики



**НАРКОТИКИ - это уже не круто.**



**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.

**Сегодня модно  
БЫТЬ ЗДОРОВЫМ!**



**ГЛАВНЫЕ ЦЕННОСТИ  
В ЖИЗНИ -**

**ЗДОРОВЬЕ**  
**СВОБОДА**  
**ЛЮБОВЬ**  
**СЧАСТЬЕ**  
**МИР С САМИМ СОБОЙ**



***Не позволяй наркотикам  
лишить себя этого!***

# Правда и мифы о наркотиках

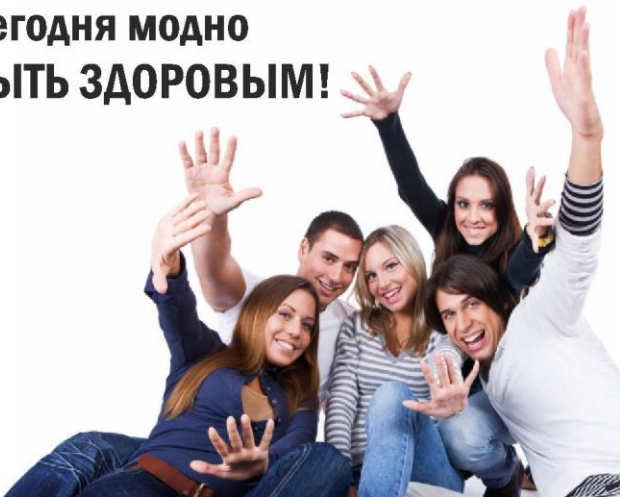
## МИФ

Наркотики раскрашивают краски серые будни, привносят в жизнь что-то новое, необычное.

## ПРАВДА

Однако это только в самом начале и очень мгновенно.... Чем дальше, тем больше жизнь перестает быть радужной картинкой. Начинаются проблемы – где взять денег, чтобы купить очередную дозу. Веселье и новизна ощущений исчезают. Приходит, озлобленность, агрессия, депрессия....

**НАРКОТИКИ - это уже не круто.  
Сегодня модно  
БЫТЬ ЗДОРОВЫМ!**



# Правда и мифы о наркотиках

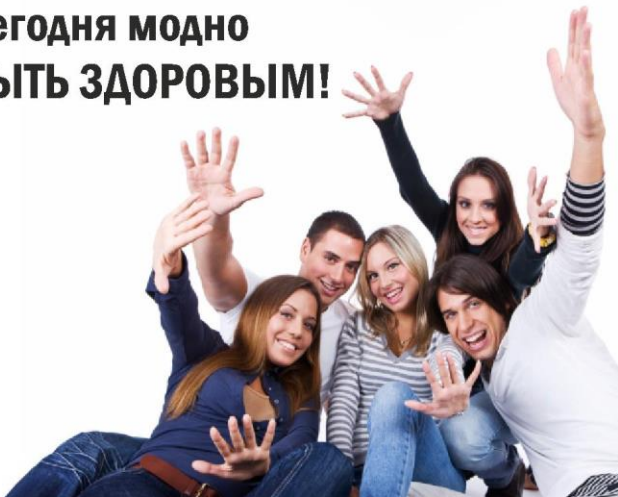
## МИФ

Наркотики помогают справиться человеку с жизненными проблемами, конфликтами с родителями, пустотой, неуверенностью в себе и в завтрашнем дне.

## ПРАВДА

Человек вместо того, чтобы решать сложные вопросы, устраняется от них, позволяя событиям развиваться самостоятельно. А в реальности еще и другие проблемы присоединяются – это как снежный ком, все к одному.... Таким образом, проблемы только усугубляются.

**НАРКОТИКИ - это уже не круто.  
Сегодня модно  
БЫТЬ ЗДОРОВЫМ!**



# Правда и мифы о наркотиках

## МИФ

Существуют «легкие» наркотики и они совершенно безопасны.

## ПРАВДА

Наркологи не разделяют наркотики по степени легкости. Тяжелые последствия для человеческого организма вызывает любое наркотическое вещество, все дело во времени. Любой наркотик вызывает привыкание и делает человека своим рабом. К тому же **срок за хранение и распространение любых наркотических средств одинаковый.**

**НАРКОТИКИ - это уже не круто.  
Сегодня модно  
БЫТЬ ЗДОРОВЫМ!**

