|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Что такое наркотик?** Наркотики – это вещества природного или искусственного происхождения, которые обладают свойствами изменять человеческое сознание. Все наркотики изменяют чувства, настроение, мышление. Человек может быть веселым и расслабленным или, наоборот, печальным и подавленным. Наркотики способные вызывать физическую и/или психическую зависимость и наносить существенный вред физическому и психическому здоровью человека.**Чем опасны наркотики?** Все наркотики без исключения – это сильнодействующие ЯДЫ, очень вредные для физического и психического здоровья!**D:\буклеты\по наркотикам\depositphotos_188361632-stock-illustration-no-drugs-allowed-drugs-marijuana.jpg** К наркотикам очень легко пристраститься, но очень сложно, чаще всего невозможно отказаться, даже если человек хочет этого сам! Употребление наркотиков грозит ВИЧ-инфицированием, заражением венерическими болезнями, вирусным гепатитом В и С, развитием психических расстройств и физических страданий, получением травм, а так же насилием, воровством и целым «букетом» различных социальных проблем. | **Что такое наркомания?** Наркоманией называется болезнь, вызванная постоянным употреблением наркотиков и проявляющаяся в физической и психической зависимости от них. Наркомания поражает всю личность человека:- уничтожаются нравственные качества;- человек становится психически неуравновешенным;- он теряет друзей и семью;- теряет профессиональные качества (из-за потери работы);- вовлекается в преступность;-приносит несчастье себе и окружающим;- разрушает своё тело.D:\буклеты\по наркотикам\1499086415.jpg**Почему подростки начинают употреблять наркотики?**- попытка доказать свою зрелость;- желание испытать неизведанное;- любопытство;- желание «словить кайф»;- от скуки и безделья;- стремление быть принятым в «крутую» компанию;- уход от неприятностей;-выражение протеста против действительности. | **ЗАПОМНИ!****Наркотики не решают возникшие проблемы,** **ОНИ ЛИШЬ СОЗДАЮТ НОВЫЕ.**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Наркоманы не доживают до среднего и пожилого возраста. Смертность среди них очень высокая. Её причины: передозировка препаратов, несчастные случаи и травмы в период действия наркотиков, психозы, частые самоубийства. |

**Скажи наркотикам –** **НЕТ!** Покурить, выпить, уколоться – это так просто! А что бы получить удовольствие без них, нужно приложить определенные усилия.Ты живешь в мире, интересном и многообразном. Чтобы твои сегодняшние желания и цели не казались несбыточными, НЕ БЕЗДЕЙСТВУЙ! Заполни своё свободное время интересными и полезными делами: займись спортом, музыкой искусством, общественной деятельностью. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **СОБЛЮДАЙ ЭТИ НЕСЛОЖНЫЕ ПРАВИЛА:**- научись радоваться каждой минуте, старайся всегда прибывать в хорошем настроении;-не акцентируй внимание на неприятностях, а сохраняй в памяти только хорошее;-не позволяйте своему сознанию увлекаться самобичеванием и прокручиванием в памяти обиды, накопленные за день;- подавляйте в себе искушение на вопрос знакомых «как дела?» отвечать «плохо»;-окружай себя полезными и нужными вещами, которыми ты можешь ежедневно пользоваться;-научись веселиться и комфортно себя чувствовать на любых вечеринках или «тусовках» без алкоголя и наркотиков.**ТЫ СМОЖЕШЬ** **УЛУЧШИТЬ КАЧЕСТВО ЖИЗНИ** **И СДЕЛАТЬ ЕЁ** **ЯРКОЙ И РАДОСТНОЙ!** | D:\буклеты\по наркотикам\nark2.jpg***Возникли проблемы? Звони!****Республиканский телефон доверия****8 (801) 100-16-11****(круглосуточно, бесплатно)**Телефон доверия в Полоцке* ***77-22-20*** *(8.00-20.00, ПН-ПТ)**Телефон доверия в Витебске****8 (0212) 61-60-60****(круглосуточно)**Телефон доверия Центр Дружественный Подросткам «Откровение»****42-76-55*** *(8.00-16.30, ПН-ПТ)**Телефон доверия ГУО «Социально-педагогический центр полоцкого района»****49-35-49*** *(8.00-17.00, ПН-ПТ)* | ***ГУО «Социально-педагогический центр Полоцкого района»******Береги*** ***себя******для ЖИЗНИ******г. Полоцк 2020 г.*** |