|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **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.*** |