* Проводите больше времени вместе. Совместные походы в театры и музеи, совместные занятия спортом, путешествия и хобби будут настраивать ребенка на то, что жизнь увлекательно и без одурманивающих веществ.
* Поддерживайте хорошие доверительные отношения с ребенком, чтобы видеть, чем он интересуется, что с ним происходит.

**Своевременное вмешательство взрослого важно потому, что:**

* Дети живут по принципу «здесь и сейчас» и не думают о будущем. о будущем должны подумать ВЫ.
* Даже если Ваш ребенок вырос и стал вполне самостоятельным он нуждается в Вашей поддержке!
* ЛУЧШИЙ ИММУНИТЕТ К НАРКОТИКАМ - АКТИВНАЯ, ЦЕЛЕУСТРЕМЛЕННАЯ ЖИЗНЕННАЯ ПОЗИЦИЯ. СФОРМИРОВАТЬ ЕЕ У РЕБЕНКА - В ВАШИХ СИЛАХ!

**!!! ПОМНИТЕ**

Если ваш ребенок попал в беду, то только своевременное обращение к специалистам поможет спасти его жизнь. И пусть Вас меньше всего волнует, что скажут окружающие.

**Главное - ребенок, его жизнь и здоровье!**

**ЕСЛИ ВЫ ЗАПОДОЗРИЛИ СВОЕГО РЕБЕНКА В УПОТРЕБЛЕНИИ НАРКОТИКОВ ОБРАЩАЙТЕСЬ ЗА КОНСУЛЬТАЦИЕЙ**

**УЗ «Полоцкая областная психиатрическая больница»**

Адрес: г. Полоцк, ул. 23 Гвардейцев, д.4А

 [77-22-](https://www.google.by/search?source=hp&ei=KJeSW5rMLOmQrgSGwr2wCg&q=%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D1%86%D0%BA%D0%B0%D1%8F+%D0%BE%D0%B1%D0%BB%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BD%D0%B0%D1%8F+%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%B8%D0%B0%D1%82%D1%80%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F+%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B8%D1%86%D0%B0+%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D1%86%D0%BA&oq=%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D1%86%D0%B0%D1%8F+%D0%BE%D0%B1%D0%BB%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BD%D0%B0%D1%8F+&gs_l=psy-ab.1.0.0i13k1.1356.9107.0.9943.25.22.2.0.0.0.275.2669.3j17j1.22.0....0...1.1.64.psy-ab..1.24.2788.3..0j0i131k1j0i10i1i42k1j0i10i1k1j0i10k1j35i39k1j0i10i30k1j0i5i10i30k1j0i13i30k1j33i160k1.102.ZxQOovkz8bU)20 (8.00-20.00, ПН-ПТ)

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА**

**Республиканский телефон доверия**

8 (801) 100-16-11 (круглосуточно, бесплатно)

**Телефон доверия в г.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»

*Отдел профилактики и комплексной реабилитации*

Смертельно Опасные Смеси:

знать, чтобы уберечь!



(Памятка для родителей)

г. Полоцк, 2020 г.

**«ПРЕДУПРЕДИТЬ - ЗНАЧИТ СПАСТИ!»**

**НОВАЯ ОПАСНОСТЬ ПОДСТЕРЕГАЕТ НАШИХ ДЕТЕЙ!**

**Курительные смеси** ("спайс", "микс" и д.р) **- это психоактивные вещества,** содержащие в своем составе **НАРКОТИК**, как бы при этом ни звучали названия, под которыми их распространяют.

**СПАЙСЫ**

Сам порошок похож на обычную соду. Его разводят разными способами и наносят (опрыскивают) на «основу», которой может служить обычная аптечная трава. Иногда для вязкости перемешивают в миксере с черносливом или табаком для кальянов. Но молодые потребители, как правило берут готовый наркотик.

Самый распространенный способ употребления курительных смесей – маленькая пластиковая бутылочка с дыркой (если такие бутылочки с прожженной дыркой находят в школьных туалетах, это самый верный признак того, что в школе употребляют наркотики). Так же смеси иногда курят через разные трубочки.

**Действие курительных смесей** может длиться от 20 минут до нескольких часов.

**Признаки употребления курительных смесей:**

* кашель (наркотик обжигает слизистую);
* сухость во рту (требуется постоянное употребление жидкости);
* помутнение или покраснение белков глаз (важный признак!);
* нарушение координации движений;
* дефекты речи (заторможенность, эффект вытянутой магнитофонной пленки);
* потеря контроля над поведением (расторможенность, повышенная двигательная активность, при сильном наркотическом трансе наблюдается застывание на месте или хождение по определенной траектории);
* тревога, чувство панического страха;
* перепады настроения, раздражительность;
* бледность покрова кожи, учащенный пульс.

**СОЛИ**

Это еще более страшные наркотики. Они продаются под разными безобидными названиями (соли для ванн, средства для опрыскивания растений и т.д). Опасность этих наркотиков заключается в их доступности и простоте употребления (нюхают, реже курят, разводят с любой жидкостью и пьют, а также колют в вену).

Самое страшное – **эти наркотики действуют на психику и разрушают личность.** При употреблении солей человек стремительно деградирует, и эта деградация имеет необратимые последствия.

Если курительные смеси можно какое-то время употреблять незаметно, то начавшего употреблять соли видно сразу.

**Признаки употребления:**

* беспокойный взгляд;
* тревожное состояние (ощущение, что за тобой следят, что кругом -враги);
* дефект речи (судорожные движения нижней челюсти, гримасы);
* отсутствие аппетита;
* галлюцинации (как правило слуховые);
* непроизвольные движения руками, ногами, головой;
* полное отсутствие сна;
* вне приема – чрезмерная сонливость (спят по несколько суток);
* сильный упадок настроения, депрессия.

Через некоторое время после начала их употребления наблюдается резкая потеря веса (за неделю до 10 кг).

**Дозу курительных смесей невозможно просчитать (разные продавцы, составы, формулы, концентрация), поэтому возможны передозировки, которые сопровождаются тошнотой, рвотой, головокружением, сильной бледностью вплоть до потери сознания и даже летального исхода. При наличии одного или нескольких признаков отравления, необходимо срочно вызвать бригаду скорой медицинской помощи! \_**

**УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!**

**Внимательно следите за тем, чем занимаются Ваши дети! Не будьте беспечны, не думайте, что это может коснуться любого, но не вас. Запомните - наркотики не выбирают, сын учительницы или дочь генерала.**

**НАРКОМАНИЮ ЛЕГЧЕ ПРЕДУПРЕДИТЬ, ЧЕМ ЛЕЧИТЬ**

*(Советы психолога)*

* Поговорить с ребенком о проблеме наркомании. Помнить, что говорить следует без конкретных названий и без описания свойств наркотических веществ.
* Ограничьтесь информацией - есть такое явление, и люди от этого погибают. Информация плюс последствия - необходимое звено любой профилактики.
* Поддерживайте увлечения ребенка.