

## 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 способны 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!

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.

**СТОП!  
НАРКОТИК!**

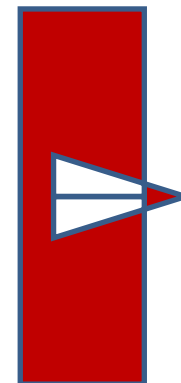


## Почему подростки начинают употреблять наркотики?

- 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, уколиться – 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!**



### **Возникли проблемы? Звони!**

Республиканский телефон доверия  
**8 (801) 100-16-11** (круглосуточно,  
бесплатно)

Телефон доверия "Для детей и  
подростков"

**8 (017) 246-03-03** (круглосуточно,  
бесплатно)

Телефон доверия Центр Дружественный  
Подросткам «Откровение»  
**42-76-55** (8.00-17.00, ПН-ПТ)

Телефон доверия ГУО «Социально-  
педагогический центр полоцкого района»  
**49-35-49** (8.00-16.30; ВТ, ПТ 8.00-18.30)

# БЕРЕГИ СЕБЯ



## для ЖИЗНИ

