



Наркомания - многоликое зло. И, что самое страшное, оно часто вовлекает в свои сети подростка, безвозвратно разрушая его здоровье, уродуя личность, порождая агрессивность и жестокость.

МЫ ПРОТИВ



НАРКОТИКОВ!



МОУ «Башкирская СОШ»

**Буклет
антинаркотической
направленности и
пропаганды ЗОЖ**



ДОРОГОЙ ДРУГ!

Сегодня многие молодые люди знают, что такое наркотики, где их можно купить и считают допустимым употребление в небольших дозах. Под влиянием друзей, фильмов, телепередач, журналов некоторые считают употребление наркотиков модными и безопасными.

ПОСЛЕДСТВИЯ ОТ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИЧЕСКИХ И ТОКСИЧЕСКИХ ВЕЩЕСТВ:

- **РЕАЛЬНАЯ ОПАСНОСТЬ ЗАРАЖЕНИЯ ВИЧ-ИНФЕКЦИЕЙ;**
 - **БЫСТРАЯ СМЕРТЬ ОТ ПЕРЕДОЗИРОВКИ НАРКОТИКОВ;**
- **ПЛОХИЕ ОТНОШЕНИЯ С ЧЛЕНАМИ СЕМЬИ И ДРУЗЬЯМИ;**
- **ПРОБЛЕМЫ В УЧЕБЕ И НА РАБОТЕ;**

НАРКОТИКИ УБИВАЮТ!



Здоровье -это твой личный ответственный Выбор

Юность -время, когда ты каждый день строишь свою будущую жизнь. Благополучие твоей жизни зависит от твоего здоровья, трудоспособности, созидательной энергии, образования и культуры.

Не разрушай своё здоровье и жизнь!



- 1.Помни: -неправильное, неполноценное питание делает жизнь короче.
- 2.Недостаток движения, физических нагрузок, очень вредны.
- 3.Откажись от курения, оно укорачивает жизнь не меньше, чем на 20 лет и делает человека больным.
4. Не употребляй психоактивных веществ, разрушающих ткани мозга и весь организм (алкоголь, наркотики)

Умей сказать «нет»!

- 1)На предложение попробовать вежливо откажитесь
- 2)Объясните причину отказа: « Это опасно для жизни»
- 3)Не проявляйте интереса. Просто пройдите мимо, не обращая внимания
- 4)Избегайте ситуации и места, где на тебя могут оказать давление
- 5)Если случайно оказался в кругу друзей, среди которых кто-то употребляет наркотики, постарайся уйти как можно скорее

