

В современном мире распространение наркомании и токсикомании приобрело характер эпидемии. По предположительным подсчетам Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) жители планеты тратят на наркотики денежных средств больше, чем на питание, одежду, образование и медицинское обслуживание вместе взятые.

Борьба с наркотиками ведется во всем мире, в том числе и в нашей стране. В 1998г. в России был принят Федеральный закон «О наркотических средствах и психотропных веществах», в котором установлен запрет на прием наркотиков без назначения врача. В стране существуют специальные структуры по борьбе с незаконным распространением наркотиков. Но пока дело по борьбе с наркотиками обстоит так: врачи лечат наркоманов, милиция ловит торговцев наркотиками, учителя учат, как избежать наркомании, а наркомания расползается, как масляное пятно, охватывая все большие слои детей и молодежи. Это происходит и потому, что люди забывают или не знают, насколько опасна первая проба наркотика. **В любой обстановке и в любых случаях жизни важно не допустить первой пробы наркотика!**

Опыт показывает, что в подростковом возрасте до поры до времени желание

принять наркотик возникает только в компании сверстников. Это может произойти на улице, на дискотеке, на концерте популярной музыкальной группы, когда хочется быть, как все, быть веселым, раскованным, забыть обо всех проблемах. Вот в такой обстановке и может возникнуть желание попробовать наркотик.

***Для тех, кто твердо решил не
попадать в зависимость от
наркотиков, о хочет следовать в
жизни правилам здорового образа
жизни, предлагаем следовать***

правилам четырех «Нет!» наркотикам.

Правило 1. Постоянно вырабатывать в себе твердое «Нет!» любым психоактивным веществам (наркотическим и токсическим средствам), в любой дозе, какой бы она не была малой, в любой обстановке, в любой компании. Всегда только «Нет!».

Правило 2. Постоянное формирование у себя умений в получении удовольствий при полезной ежедневной деятельности (хорошая учеба, занятия спортом, твердое «Нет!» безделью, скучной и неинтересной жизни, праздному времяпровождению).

Для этого можно взять себе за правило на каждый день ставить себе задачу: «Я сегодня сделаю два полезных дела, которые мне делать не хочется. Но я их сделаю, сделаю до конца и хорошо». Такая ежедневная установка для себя поможет вам формировать силу воли и избавит от скуки и безделья. Итак: «Нет!» безделью.

Правило 3. В нашей жизни большое значение приобретает умение выбирать себе друзей и товарищей среди сверстников. Третье «Нет!» – тем сверстникам и той компании, где прием наркотиков – дело обыденное. Для этого вам, возможно, придется побороть свою стеснительность. Вы должны уважать свое мнение и не поддаваться влиянию окружающих вас сверстников, которые предлагают вам попробовать наркотик. «Нет!» – компании, где употребляют наркотик.

Правило 4. Четвертое «Нет!» – своей стеснительности и неустойчивости, когда предлагают попробовать наркотик. Жизнь дороже! Трагедия наркоманов заключается в том, что они добровольно попали в рабскую зависимость от химических веществ. Добровольно пошли по пути лишения себя всех человеческих качеств.

.

Каждый человек волен сделать свой выбор, по какому пути идти:



- По пути получения удовольствий от каждодневной упорной работы по совершенствованию своих духовных и физических качеств,

- по пути укрепления своего здоровья и создания условий для благополучной жизни,



- или по ложному пути получения удовольствий от приема психоактивных веществ, а значит, по пути уничтожения своего здоровья и своего будущего благополучия.



Надеемся, что прочитав это, вы сделаете правильный выбор и найдете себе занятия, которые будете делать с удовольствием, безо всяких наркотиков. Активный отдых на природе, занятия физической культурой и спортом, расширение своих знаний, подготовка к профессиональной деятельности, к созданию прочной благополучной семьи – это лучшие средства для профилактики пристрастия к психоактивным веществам.

НАШ АДРЕС:
п. Шексна,
ул. Путейская, 39-А

т. 8(81751) 2 – 39 – 24, 2-39-40

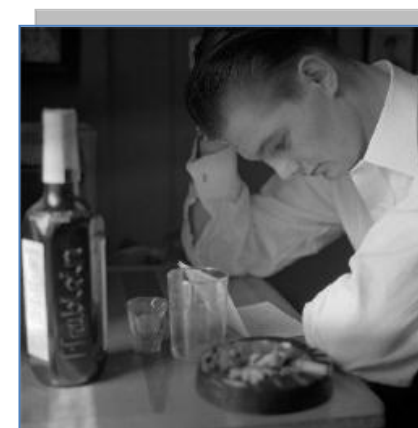


Департамент социальной защиты населения Вологодской области

БУ СО ВО «Шекснинский центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей, «Альтаир»



"НЕТ!"



НАРКОТИКАМ