

**Наркотики** - токсические вещества, вызывающие поражение многих органов, снижающие иммунитет и приводящие к смерти



### ОТКАЗАВШИСЬ ОТ НАРКОТИКОВ, ТЫ

- СБЕРЕЖЕШЬ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ
- СОХРАНИШЬ СВОИХ ДРУЗЕЙ
- НЕ ПРИЧИНИШЬ БОЛЬ СВОЕЙ СЕМЬЕ
- ОСТАНЕШЬСЯ СВОБОДНЫМ И НЕЗАВИСИМЫМ



### ЧТО НАРКОТИК МОЖЕТ СДЕЛАТЬ С ТОБОЙ:

- ИСКАЛЕЧИТЬ ТВОЕ ТЕЛО
- ЛИШИТЬ ТЕБЯ СВОБОДЫ
- СЛОМАТЬ ТВОЮ ПСИХИКУ
- ПОДЧИНИТЬ СЕБЕ
- РАЗРУШИТЬ ТВОЙ ОРГАНИЗМ
- УКРОТИТЬ ЖИЗНЬ
- ЛИШИТЬ СЕМЬИ И ДРУЗЕЙ
- СДЕЛАТЬ ТЕБЯ ПРЕСТУПНИКОМ



### Как сказать "НЕТ" наркотикам!

Спасибо, нет. Я хочу отдавать себе отчет в том, что я делаю.

Спасибо, нет. Я не хочу конфликтов с родителями.  
Спасибо, нет. Если выпью, потеряю власть над собой.

Это не в моем стиле.

**Я за здоровый образ жизни!**



**Памятка**  
**Выбирай жизнь  
без наркотиков**



## Если у тебя появилась проблема...

- Если у тебя появилась проблема, не отчаивайся, проблемы есть у всех
- Многие люди имеют сходные проблемы, ты не одинок
- Не "убегай" от проблемы большой или маленькой. Попробай её решить
- Всегда остановись и подумай о своих чувствах: за частую эмоции, а не разум, управляют нашим поведением
- Не принимай никаких решений на горячую голову. Отложи решение проблемы на какое-то время
- Не торопись! Прежде, чем принимать, какое-либо решение, продумай все варианты.

## ПОМНИ!

Покурить, выпить, уколиться - это так просто! А чтобы получить удовольствие без них, нужно приложить определенные усилия. Ты живешь в мире, интересном и многообразном. Чтобы твои сегодняшние мечты, желания и цели завтра не оказались несбыточными НЕ БЕЗДЕЙСТВУЙ! Заполни свое свободное время интересными и полезными делами: займись спортом, музыкой, искусством, общественной деятельностью.

**ВЫБЕРИ**  
  
**ЖИЗНЬ!**