



Будь свободным!

**Цени жизнь
в ярких красках!**



Кто поможет в трудной ситуации:

Региональное управление ФСКН России
по Алтайскому краю
<http://22.fskn.gov.ru/>

Телефон доверия

8-800-775-25-77

Главное управление внутренних дел
Алтайского края

Телефон доверия

(3852) 63-03-15

Алтайский краевой наркологический диспансер
(г. Барнаул, ул. Л. Толстого, 23)

телефон доверия

(3852) 63-61-15

Городской центр медико-социальной адаптации
подростков «Юникс»

(г. Барнаул, ул. Кулагина, 10)

(3852) 75-73-79

Краевая анонимная психологическая
кризисная служба

(3852) 66-86-88

(круглосуточно)

Единый круглосуточный телефон доверия
для детей, подростков и родителей

8-800-2000-122

(звонок бесплатный на всей территории
Алтайского края для всех телефонов –
и мобильных, и стационарных)




Буклет разработан в рамках ведомственной целевой
программы «Молодежь Алтая» на 2014 – 2016 годы
Официальный молодежный сайт altaimolodoi.ru

Главное управление образования
и молодежной политики Алтайского края

Региональное управление ФСКН России
по Алтайскому краю

Антинаркотическая комиссия
Алтайского края



**Выбор есть
всегда!**



Барнаул, 2015



**Жить в иллюзиях?
Не принадлежать себе?**



Знай!

По данным Министерства здравоохранения РФ в нашей стране около **2,5 миллионов наркозависимых лиц**. Основные потребители наркотиков – молодежь в возрасте от 18 до 25 лет.

Ты уже слышал о спайсах?

«Спайсы» – это курительные смеси, в состав которых входит синтетический каннабиноид, обладающий психотропным и наркотическим действием. Ядовитые вещества, содержащиеся в смесях, разрушают центральную нервную систему, мозг, сердце, легкие, способствуют развитию неврастенических расстройств.

Наркомания – это страшное заболевание, угрожающее своими масштабами, которое не только наносит ущерб психическому и физическому здоровью молодого человека, но зачастую приводит к смерти.

Ежегодно почти **75 тысяч человек впервые пробуют наркотики, а 30 тысяч - погибают вследствие их потребления.**

**Никто не хочет оказаться в их числе!
Береги здоровье!**



способов сказать «НЕТ!»

- 1 НЕТ! Я не собираюсь травить свой организм!
- 2 НЕТ! В будущем я хочу иметь здоровую семью!
- 3 НЕТ! Мне не хочется умереть молодым!
- 4 НЕТ! Я и без этого превосходно себя чувствую!
- 5 НЕТ, спасибо! Это опасно для жизни!

Будь внимателен! Не попади в ловушку!

Будь информирован, старайся узнать как можно больше о вреде наркотиков и последствиях их потребления, но помни, источник должен быть достоверным!

Если тебе предлагают наркотики – будь спокойным, четко и ясно дай понять, что ты уже для себя решил не пробовать и не употреблять наркотики!

Отказывайся, не вступая в переговоры.

Ты не должен никому давать какие-то объяснения.
Повернись и молча уйди!

Всегда помни, что наркотики:

- толкают людей на преступления
- дают фальшивое представление о счастье
- приводят к несчастным случаям
- разрушают семьи
- уничтожают дружбу
- не дают мыслить самостоятельно
- разрушают физическое и психическое здоровье
- делают человека слабым и безвольным

Поверь!

Наркотики не бывают «на какое-то время»!

- 6 НЕТ! Я за витамины - хочу быть здоровым!
- 7 НЕТ, спасибо, у меня на это аллергия!
- 8 НЕТ, спасибо, у меня и так хватает неприятностей!
- 9 НЕТ! Я спешу в кино. Хочешь, пойдём со мной!
- 10 НЕТ! Я занимаюсь спортом. Мой тренер не одобрит!

Поздравь себя! Отказ от пробы наркотика - единственный и самый надежный способ не попасть в смертельную игру, которая называется «наркозависимость».