



## **Наркомания - это болезнь хроническая, прогрессирующая, смертельная болезнь!**

Наркотик становится хозяином твоей жизни и превращает ее в ад.

Если ты не можешь справиться с проблемой в одиночку, обратись за помощью!

Кировский областной наркологический диспансер: г. Киров, ул. Преображенская, 82, ул. Советская, 41

- Телефон горячей линии 8(8332) 45-53-70 (круглосуточно, анонимно)
- Телефон доверия прокуратуры Кировской области 8(8332) 64-15-74 (круглосуточно, анонимно)
- Телефон доверия Управления Федеральной службы РФ по контролю за оборотом наркотиков по Кировской области 8 (8332) 42-02-02 (круглосуточно, анонимно)
- Телефон доверия УМВД России по Кировской области 8 (8332) 589-777 (круглосуточно, анонимно)
- Телефон доверия Администрации г. Киров 8 (8332) 760-445



## Юридическая ответственность

### Употребление наркотиков

Штраф 4-5 тыс. рублей или арест до 15 суток

### Приобретение, хранение, изготовление наркотиков

- Штраф 4-5 тыс. рублей или арест до 15 суток;
- В значительном размере: до 3 лет лишения свободы;
- В крупном размере: от 3 до 10 лет лишения свободы;
- В особо крупном размере: от 10 до 15 лет лишения свободы.

### Производство, сбыт или пересылка наркотиков

- От 4 до 8 лет лишения свободы;
- В образовательном учреждении, на объектах спорта, транспорта, в сети Интернет: от 5 до 12 лет лишения свободы;
- В значительном размере: от 8 до 15 лет лишения свободы;
- В крупном размере: от 10 до 20 лет лишения свободы;
- В особо крупном размере: от 15 до 20 лет лишения свободы либо пожизненное лишение свободы.

### Выращивание наркосодержащих растений

- Штраф 1,5-4 тыс. рублей или арест до 15 суток
- В крупном размере: до 2 лет лишения свободы;
- В особо крупном размере: до 8 лет лишения свободы либо пожизненное лишение свободы.

**! «СПАЙС» = НАРКОТИК!**

## Где получить помощь?

В Кировском областном наркологическом диспансере можно получить помощь специалистов (психолога, врача-психотерапевта, врача-психиатра-нарколога).

Детям до 18 лет помощь оказывается анонимно и бесплатно.

Адрес: ул. Преображенская, 82 здание №1  
ост. "Библиотека им. Пушкина"  
Телефоны: (код Кирова 8-83-32)  
70-80-68 (помощь детям до 18 лет)  
64-43-61 (помощь взрослым)  
с 8-00 до 18-00 (пн-пт)  
E-mail: Podrostok\_SOS@mail.ru

На прием можно записаться по электронной регистратуре:  
[www.medkirov.ru](http://www.medkirov.ru)

## ПОМОЩЬ ПО ТЕЛЕФОНУ

ГОРЯЧАЯ ТЕЛЕФОННАЯ ЛИНИЯ НАРКОДИСПАНСЕРА:  
**(8332) 45-53-70**  
(БЕСПЛАТНО, КРУГЛОСУТОЧНО)

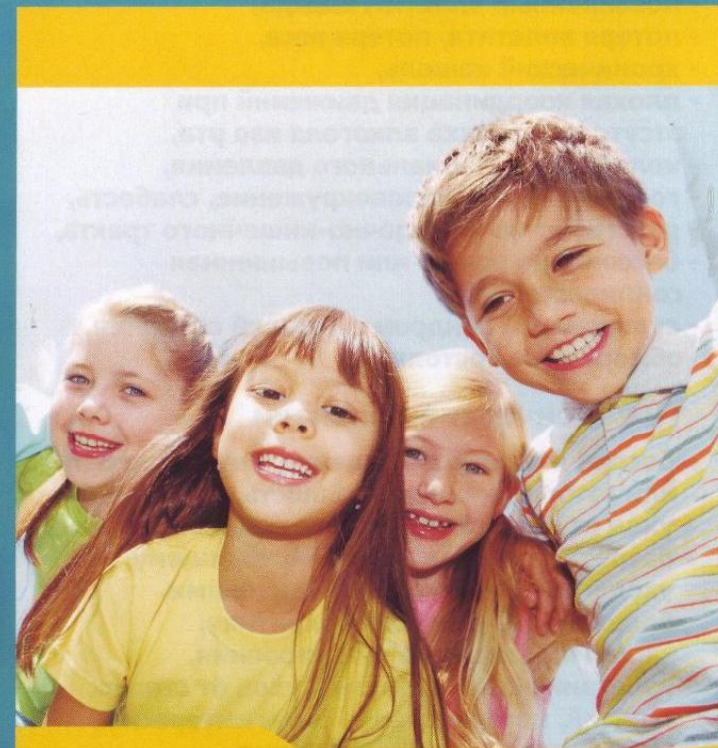
Телефон доверия прокуратуры Кировской области  
**(8332) 64-15-74**

Телефон доверия Управления Федеральной службы РФ по контролю за оборотом наркотиков по Кировской области  
**(8332) 42-02-02**

Телефон доверия УМВД России по городу Кирову  
**(8332) 519-519**

Телефон доверия УМВД России по Кировской области  
**(8332) 589-777**

# Защитите Вашего ребенка от наркотиков!





## Как понять, употребляет ли Ваш ребенок наркотики?

### Физиологические признаки

- бледность или покраснение кожи, круги под глазами,
- расширенные или суженные зрачки, покрасневшие глаза или блуждающий взгляд,
- несвязная, замедленная или ускоренная речь,
- повышенный аппетит, жажда,
- потеря аппетита, потеря веса,
- хронический кашель,
- плохая координация движений при отсутствии запаха алкоголя изо рта,
- колебание артериального давления,
- головные боли, головокружение, слабость,
- расстройство желудочно-кишечного тракта,
- бессонница ночью или повышенная сонливость днем,
- судорожный синдром с потерей сознания, обморочные состояния.

### Поведенческие признаки

- беспричинное возбуждение, неусидчивость или заторможенность, вялость,
- уход от ответов на прямые вопросы, вранье,
- безразличие ко всему происходящему,
- уходы из дома, ссоры с родителями,
- болезненная реакция на критику, частая и резкая смена настроения,
- избегание старых друзей, уход от старых занятий, которые ранее были интересны,
- ухудшение памяти и внимания,
- снижение успеваемости в школе, прогулы,
- частые просьбы денег или пропажа из дома денег, ценных вещей,
- частые телефонные звонки, СМС сомнительного характера, длительное общение в соцсетях,
- общение с неблагополучной компанией,
- склонность к совершению правонарушений,
- неопрятность внешнего вида.

## Как понять, употребляет ли Ваш ребенок наркотики?

### Очевидные признаки

- стеклянные или пластиковые трубочки ("пипетки"), обожженные или содержащие мелкие смеси трав,
- маленькие прозрачные пакетики со смесью трав или белым кристаллическим веществом,
- пузырьки, жестяные банки, пластиковые бутылки,
- капсулы, таблетки или иные медицинские препараты (глазные капли, сироп от кашля), не назначенные врачом,
- пачки лекарств снотворного или успокоительного действия,
- папиросы в пачках из-под сигарет,
- следы от уколов (особенно по ходу вен), порезы, синяки, ожоги

**НАСТОРОЖИТЕСЬ,  
ЕСЛИ ЗАМЕТИТЕ  
ПЯТЬ И БОЛЕЕ ПРИЗНАКОВ  
ИЗ РАЗНЫХ ГРУПП!**

## Последствия употребления наркотиков

### Медицинские последствия

- **Изменяется внешний вид:** вялая мимика, бессмысленный взгляд, монотонная речь, бледность, расслоение ногтей, выпадение волос, похудение. Выглядят наркоманы выглядят намного старше своего возраста.
- **Поражаются внутренние органы:**
  - **Нервная система** (особенно головной мозг): ухудшение памяти, мышления, колебания настроения, снижаются морально-этические качества, личность деградирует.
  - **Иммунная система:** организм хуже справляется с заболеваниями.
  - **Пищеварительная система:** расстраивается пищеварение, что вызывает значительную потерю массы тела и резкое истощение.
  - **Печень:** воспалительные, застойные или дистрофические процессы.
  - **Сердце:** возрастает вероятность инфаркта.
  - **Дыхательная система:** хроническое воспаление, снижение обоняния, его потеря.
  - **Репродуктивные органы:** у наркоманов-мужчин развивается импотенция, у женщин - половая холодность.
  - **Повышается склонность к самоубийствам (в 5-20 раз).**
  - **Преждевременная смертность.**

### Социальные последствия

- **Человек перестает быть частью общества.** Все, что раньше было значительным, дорогим, любимым, теряет смысл.
- Попытки родителей помочь ребенку вызывают у него **раздражение и злобу.**
- **Появляются проблемы с работой и учебой.**
- Понятия о моральных нормах становятся размытыми, что часто приводит к **конфликту с законом.**
- Зависимы медленно приспосабливает свою жизнь к тому, чтобы облегчить доступ к наркотику, вся его **социальная активность связана с наркотиком**, и как взаимодействовать с обществом без наркотика, он не знает.
- Лица, употребляющие наркотики, **теряют друзей, товарищей**, приемлемые социальные связи (потеря социального окружения). Вместо этого появляется новое окружение - зависимое от наркотиков.



Те же действия, совершенные родителями или иными законными представителями несовершеннолетних, а также лицами, на которых возложены обязанности по обучению и воспитанию несовершеннолетних, влекут наложение штрафа в размере от 4тыс.руб. до 5тыс.руб.

**Статья 20.20.** Потребление (распитие) алкогольной продукции в запрещенных местах либо потребление наркотических средств или психотропных веществ, новых потенциально опасных психоактивных веществ или одурманивающих веществ в общественных местах. Предусмотрено наложение штрафа в размере от 4тыс.руб. до 5 тыс.руб. или административный арест на срок до 15 суток.

**Статья 20.22.** Нахождение в состоянии опьянения несовершеннолетних, потребление (распитие) ими алкогольной и спиртосодержащей продукции либо потребление ими наркотических средств или психотропных веществ, новых потенциально опасных психоактивных веществ или одурманивающих веществ. Данное правонарушение влечет наложение штрафа на родителей или иных законных представителей несовершеннолетних в размере от 1,5 тыс.руб. до 2 тыс.руб.

Изменения коснулись и вопросов назначения административного наказания за совершение правонарушений о наркотических средствах, психотропных веществах и об их прекурсорах лицу, признанному больным наркоманией либо потребляющему наркотические средства

или психотропные вещества без назначения врача либо новые потенциально опасные психоактивные вещества.

Кроме того, частью 2.1 статьи 4.1 Кодекса Российской Федерации об административных правонарушениях установлено, что при назначении наказания за указанные административные правонарушения суд может возложить на такое лицо обязанность пройти диагностику, профилактические мероприятия, лечение от наркомании и (или) медицинскую и (или) социальную реабилитацию в связи с потреблением наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача либо новых потенциально опасных психоактивных веществ.



**МЫ ВЫБИРАЕМ ЖИЗНЬ**

**Телефон доверия прокуратуры Кировской области 8(8332)64-15-74**  
(круглосуточно, анонимно)

Прокуратура Кировской области



**За незаконный оборот потенциально опасных психоактивных веществ на территории Российской Федерации установлена ответственность**



Киров  
2015



**Федеральным законом от 03.02.2015 №7-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации»** внесены изменения в Федеральный закон от 08.01.1998 № 3-ФЗ «О наркотических средствах и психотропных веществах», Уголовный кодекс Российской Федерации и Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях.

Введено понятие: **новые потенциально опасные психоактивные вещества.**

**Что такое новые потенциально опасные психоактивные вещества?** Это – вещества синтетического или естественного происхождения, включенные в Реестр новых потенциально опасных психоактивных веществ, оборот которых в Российской Федерации запрещен.

**В Реестр новых потенциально опасных психоактивных веществ,** оборот которых в Российской Федерации запрещен, включаются вещества, вызывающие у человека состояние наркотического или иного токсического опьянения, опасное для его жизни и здоровья, в отношении которых уполномоченными органами государственной власти Российской Федерации не установлены санитарно-эпидемиологические требования либо меры контроля за их оборотом.

**Оборот новых потенциально опасных психоактивных веществ** – производство, изготовление, переработка, хранение, перевозка, пересылка, приобретение, использование, ввоз и вывоз на территорию Российской Федерации, а также сбыт новых потенциально опасных психоактивных

веществ (продажа, дарение, обмен либо отчуждение этих веществ другим лицам любыми способами).

Таким образом, с **15 февраля 2015 года** установлен запрет на оборот в Российской Федерации новых потенциально опасных психоактивных и потребление наркотических средств или психоактивных веществ без назначения врача либо новых потенциально опасных психоактивных веществ.

**Уголовный кодекс Российской Федерации дополнен статьей 234.1 «Незаконный оборот новых потенциально опасных психоактивных веществ».**

За незаконные производство, изготовление, переработку, хранение, пересылку, приобретение, использование, ввоз на территорию Российской Федерации в целях сбыта, а равно за незаконный сбыт новых потенциально опасных психоактивных веществ, оборот которых в Российской Федерации запрещен, **установлены следующие виды наказания:** штраф в размерах до 30тыс.руб. либо ограничение свободы на срок до 2-х лет.



За те же деяния, совершенные группой лиц по предварительному сговору либо повлекшие по неосторожности причинение тяжкого вреда здоровью человека, **предусмотрен штраф** в размере до 200тыс.руб., либо обязательные работы на срок до 480 часов, либо принудительные работы на срок до 5 лет, либо лишение свободы на срок до 6 лет.

За незаконный оборот новых потенциально опасных психоактивных веществ, совершенный организованной группой либо повлекший по неосторожности смерть человека, **предусмотрены более строгие виды уголовных наказаний:** принудительные работы на срок до 5 лет либо лишение свободы на срок до 8 лет.

**В Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях** внесены изменения в следующие статьи:

**Статья 6.9.** Потребление наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача либо новых потенциально опасных психоактивных веществ. За данное деяние предусмотрен штраф в размере от 4тыс.руб. до 5 тыс.руб. или административный арест на срок до 15 суток

**Статья 6.10.** Вовлечение несовершеннолетнего в употребление алкогольной и спиртосодержащей продукции, новых потенциально опасных психоактивных веществ или одурманивающих веществ. Данное правонарушение влечет наложение **штрафа в размере от 1,5тыс.руб. до 3 тыс.руб.**



Те же действия, совершенные родителями или иными законными представителями несовершеннолетних, а также лицами, на которых возложены обязанности по обучению и воспитанию несовершеннолетних, влекут наложение штрафа в размере от 4 тыс.руб. до 5 тыс.руб.

**Статья 20.20.** Потребление (распитие) алкогольной продукции в запрещенных местах либо потребление наркотических средств или психотропных веществ, новых потенциально опасных психоактивных веществ или одурманивающих веществ в общественных местах. Предусмотрено наложение штрафа в размере от 4 тыс.руб. до 5 тыс.руб. или административный арест на срок до 15 суток.

**Статья 20.22.** Нахождение в состоянии опьянения несовершеннолетних, потребление (распитие) ими алкогольной и спиртосодержащей продукции либо потребление ими наркотических средств или психотропных веществ, новых потенциально опасных психоактивных веществ или одурманивающих веществ. Данное правонарушение влечет наложение штрафа на родителей или иных законных представителей несовершеннолетних в размере от 1,5 тыс.руб. до 2 тыс.руб.

Изменения коснулись и вопросов назначения административного наказания за совершение правонарушений о наркотических средствах, психотропных веществах и об их прекурсорах лицу, признанному больным наркоманией либо потребляющему наркотические средства

или психотропные вещества без назначения врача либо новые потенциально опасные психоактивные вещества.

Кроме того, частью 2.1 статьи 4.1 Кодекса Российской Федерации об административных правонарушениях установлено, что при назначении наказания за указанные административные правонарушения суд может возложить на такое лицо обязанность пройти диагностику, профилактические мероприятия, лечение от наркомании и (или) медицинскую и (или) социальную реабилитацию в связи с потреблением наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача либо новых потенциально опасных психоактивных веществ.



МЫ ВЫБИРАЕМ ЖИЗНЬ

**Телефон доверия прокуратуры Кировской области 8(8332)64-15-74**  
(круглосуточно, анонимно)

Прокуратура Кировской области



## **За незаконный оборот потенциально опасных психоактивных веществ на территории Российской Федерации установлена ответственность**



Киров

2015



Федеральным законом от 03.02.2015 №7-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации» внесены изменения в Федеральный закон от 08.01.1998 № 3-ФЗ «О наркотических средствах и психотропных веществах», Уголовный кодекс Российской Федерации и Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях.

Введено понятие: **новые потенциально опасные психоактивные вещества.**

**Что такое новые потенциально опасные психоактивные вещества?** Это – вещества синтетического или естественного происхождения, включенные в Реестр новых потенциально опасных психоактивных веществ, оборот которых в Российской Федерации запрещен.

**В Реестр новых потенциально опасных психоактивных веществ,** оборот которых в Российской Федерации запрещен, включаются вещества, вызывающие у человека состояние наркотического или иного токсического опьянения, опасное для его жизни и здоровья, в отношении которых уполномоченными органами государственной власти Российской Федерации не установлены санитарно-эпидемиологические требования либо меры контроля за их оборотом.

**Оборот новых потенциально опасных психоактивных веществ** – производство, изготовление, переработка, хранение, перевозка, пересылка, приобретение, использование, ввоз и вывоз на территорию Российской Федерации, а также сбыт новых потенциально опасных психоактивных

веществ (продажа, дарение, обмен либо отчуждение этих веществ другим лицам любыми способами).

Таким образом, с 15 февраля 2015 года установлен запрет на оборот в Российской Федерации новых потенциально опасных психоактивных и потребление наркотических средств или психоактивных веществ без назначения врача либо новых потенциально опасных психоактивных веществ.

Уголовный кодекс Российской Федерации дополнен статьей 234.1 «Незаконный оборот новых потенциально опасных психоактивных веществ».

За незаконные производство, изготовление, переработку, хранение, пересылку, приобретение, использование, ввоз на территорию Российской Федерации в целях сбыта, а равно за незаконный сбыт новых потенциально опасных психоактивных веществ, оборот которых в Российской Федерации запрещен, **установлены следующие виды наказания:** штраф в размеры до 30тыс.руб. либо ограничение свободы на срок до 2-х лет.



За те же деяния, совершенные группой лиц по предварительному сговору либо повлекшие по неосторожности причинение тяжкого вреда здоровью человека, **предусмотрен** штраф в размере до 200тыс.руб., либо обязательные работы на срок до 480 часов, либо принудительные работы на срок до 5 лет, либо лишение свободы на срок до 6 лет.

За незаконный оборот новых потенциально опасных психоактивных веществ, совершенный организованной группой либо повлекший по неосторожности смерть человека, **предусмотрены более строгие виды уголовных наказаний:** принудительные работы на срок до 5 лет либо лишение свободы на срок до 8 лет.

В Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях внесены изменения в следующие статьи:

**Статья 6.9.** Потребление наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача либо новых потенциально опасных психоактивных веществ. За данное деяние предусмотрен штраф в размере от 4тыс.руб. до 5 тыс.руб. или административный арест на срок до 15 суток

**Статья 6.10.** Вовлечение несовершеннолетнего в употребление алкогольной и спиртосодержащей продукции, новых потенциально опасных психоактивных веществ или одурманивающих веществ. Данное правонарушение влечет наложение **штрафа** в размере от 1,5тыс.руб. до 3 тыс.руб.



Употребление спайсов может привести курильщика к тяжелой группе инвалидности по психическому заболеванию, в том числе с потерей памяти, затормаживанию умственной деятельности человека.

Спайсы разрушают головной мозг, вызывают нарушение детородной и сердечно-сосудистой системы.

Симптомы отравления курительными смесями происходят внезапно и резко, что может привести к остановке сердечной деятельности и поражению органов, несовместимых с жизнью.

Самостоятельно отказаться от употребления психоактивных веществ практически не возможно. Их потребление подрывает физическое и психологическое здоровье и разрушает генофонд нации.

Применение любого даже лекарственного средства при бесконтрольном применении превращается в яд!

Не позволяйте убедить себя в безопасности спайсов! Это не соответствует действительности!

Не существует наркотиков, которые легко бросить!

Не существует наркотиков, которые безопасны для здоровья и психики человека!

Не существует наркотиков, которые не меняют личность и не приводят к смерти!

Помните Ваша жизнь, здоровье и будущее в Ваших руках!



Телефон доверия прокуратуры Кировской области  
8(8332)64-15-74  
(круглосуточно, анонимно)

Телефон доверия УФСКН России  
по Кировской области 8(8332)42-02-02  
(круглосуточно, анонимно)

Телефон доверия УМВД России  
по Кировской области 8(8332)589-777  
(круглосуточно, анонимно)

Телефон горячей линии Кировского областного  
наркологического диспансера 8(8332) 45-53-70  
(круглосуточно, анонимно)

Прокуратура Кировской области



**МЫ РАССКАЖЕМ  
всю правду о СПАЙСЕ!**



**ЖИЗНЬ  
без  
наркотиков**

Киров  
2014



**Спайс** (от англ. «*spice*» — специя, пряность) — разновидность травяной курительной смеси, в состав которой входят синтетические вещества и растения с веществами психотропного действия. На первый взгляд спайс кажется безобидным.

Но это не так!

### Относится ли Спайс к наркотикам?

Да, они отнесены к разряду наркотических средств, поскольку их употребление приводит к изменению психического состояния, разрушительно воздействует на весь организм в целом, поражает внутренние органы и приводит к формированию зависимости.

Как любой наркотик, **спайс** — яд, который в человеческом организме вызывает негативные изменения на всех уровнях.

Курение спайса не оставляет в теле человека практически ни одного здорового органа, незатронутого действием химических и опасных растительных веществ.

Поскольку это курительная смесь и все вредные вещества очень быстро попадают через легкие в кровь, действие токсичных веществ оказывается на весь организм.

«Отравленная» кровь разносится по всему организму и первой удар получает печень, именно она отвечает за очищение крови от вредных веществ.

### Курительные миксы очень вредны.

Воздействие на организм ароматического дыма несёт разного рода опасности.

В результате курения спайсов возникают местные реакции организма.

Появляется кашель, осиплость горла, слезотечение. Регулярное попадание дыма на слизистую вызывает хронические воспалительные процессы в дыхательных путях, велика вероятность злокачественных опухолей дыхательных путей.



Поступление в организм сильнодействующих веществ вызывает непредсказуемые эффекты. Повышается артериальное давление, появляются судороги, учащается сердцебиение, потеря сознания и др.

### Только эти непосредственные реакции — не самое большое Зло!

Систематическое курение миксов приводит к необратимым процессам в центральной нервной системе.

Снижается внимание, ухудшается память, замедляется мыслительная деятельность, появляется склонность к депрессивному состоянию.

### Стоит всегда помнить — спайсы вызывают зависимость и привыкание!

Возникают тяжелые психозы при передозировке. Человек в таком состоянии представляет угрозу для себя и окружающих.

На почве наркотического опьянения от курительных миксов возрастает число случаев самоубийств и преступлений.



10. В доме стали пропадать деньги и вещи.

**Что делать если подтвердился факт потребления ребенком наркотиков?**

Постарайтесь выяснить какие наркотические средства он (она) принимал, сколько раз, с какой периодичностью и в какой компании.

Не пытайтесь бороться с возникшей проблемой в одиночку. Обратитесь к специалистам за помощью.

Помните в данной ситуации здоровье Вашего ребенка – главное!



Прокуратура Кировской области



**ПОМОГИ  
своему ребенку  
вовремя**

**Телефон доверия прокуратуры  
Кировской области 8(8332)64-15-74**  
(круглосуточно, анонимно)

**Телефон доверия УФСКН России  
по Кировской области 8(8332)42-02-02**  
(круглосуточно, анонимно)

**Телефон доверия УМВД России  
по Кировской области 8(8332)589-777**  
(круглосуточно, анонимно)

**Телефон горячей линии Кировского  
областного наркологического  
диспансера 8(8332) 45-53-70**  
(круглосуточно, анонимно)



Киров  
2014



## Родителям в помощь

### Вы должны знать

Наиболее вероятный возраст вовлечения в наркотическую зависимость – 9-19 лет.

Сегодня Вашему ребенку могут предложить наркотики на улице, на дискотеке и даже в школе.

Наркотическая зависимость может наступить после 2-10 инъекций героина.

### Что делать, если Вы подозреваете, что Ваш ребенок употребляет наркотики?

Не читайте ни в коем случае ему мораль, не угрожайте и не наказывайте его.

Поддержите Вашего ребенка, проявив понимание и заботу.

### При малейшем подозрении –

Поговорите с ребенком откровенно.

Приобретите в ближайшей аптеке новейшие домашние экспресс - тесты для выявления наркотических веществ в организме человека.

Тесты для одновременного выявления трех или пяти групп наркотиков используется, когда есть подозрения, но вид наркотиков неизвестен.

Экспресс-тесты для выявления наркотиков позволяют:

— анонимно выявить факт употребления наркотиков или снять необоснованные подозрения,

- достоверно разрешить неясную ситуацию и определить употребляет ли Ваш ребенок наркотические средства,

- своевременно начать лечение, осуществляя контроль в период реабилитации.

### Какие симптомы могут выдать Вашего ребенка, если он употребляет наркотики?

1. Он (она) начал частенько исчезать из дома. Причем эти исчезновения либо просто никак не мотивируются, либо мотивируются с помощью бессмысленных оговорок.

2. Он (она) начал очень часто врать. Ложь стала своеобразной. Версии обмана либо примитивны и однообразны, либо непонятны.

3. Зачастую носит одежду с длинными рукавами, даже в жару, хотя раньше предпочитал надевать футболки.

4. За короткий период времени у Вашего ребенка поменялся круг друзей.

5. Резко возросли финансовые потребности, их причины не понятны и не объяснимы.

6. Вашего ребенка полностью перестали интересовать семейные проблемы.

7. Он (она) стал недоверчивым.

8. Систематически допускает пропуск школьных занятий.

9. Вам кажется, что он (она) все чаще возвращается домой с прогулки в состоянии опьянения. Координация движений слегка нарушена, взгляд отсутствующий, пытается спрятать глаза и быстро пройти в свою комнату.



**Миф** – «Наркотики помогают решать жизненные проблемы»

**Факт** – «Они всю жизнь превращают в проблемы»

**Миф** – Наркотики как приключенческий роман – избавляют от прозы жизни»

**Факт** – «Избавляют, но только вместе с самой жизнью»

**Миф** – «Наркотики употребляют сильные и талантливые люди»

**Факт** – «Все они, даже если и были такими, очень скоро потеряли и силу свою и талант».

Помни, сильная личность способна сделать осознанный выбор и знать об ответственности, которую она за свой выбор на себя возлагает.

**Сделай правильный выбор!**

**Твое будущее в твоих руках!**



**Телефон доверия прокуратуры Кировской области 8(8332)64-15-74**  
(круглосуточно, анонимно)

**Телефон доверия УФСКН России по Кировской области 8(8332)42-02-02**  
(круглосуточно, анонимно)

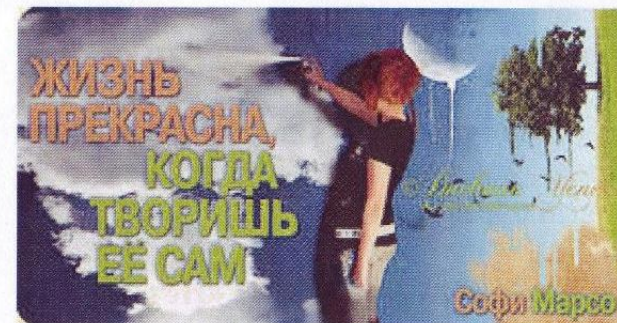
**Телефон доверия УМВД России по Кировской области 8(8332)589-777**  
(круглосуточно, анонимно)

**Телефон горячей линии Кировского областного наркологического диспансера 8(8332) 45-53-70**  
(круглосуточно, анонимно)

Прокуратура Кировской области



**Я говорю наркотикам  
– НЕТ!**





## Что нужно знать школьнику о своем здоровье?

**Здоровье** – это состояние полного благополучия, которое позволяет человеку жить счастливо и достигать целей, благополучия, которое позволяет человеку жить счастливо и достигать поставленных целей.

### Основными показателями здоровья являются:

- умение поддерживать и укреплять свое здоровье,
- строить свое поведение в обществе без ущерба здоровью и благополучия других людей
- высокая работоспособность и устойчивость к болезням,
- уверенность в себе,
- умение контролировать и управлять своими поступками, чувствами и мыслями,

Здоровье человека зависит от многих условий, но главным из них является здоровый образ жизни.

### Как научить говорить «Нет», если тебе предлагают наркотики?

Сказать «Нет» иногда бывает трудно и взрослому человеку. Важно отказывая, смотреть собеседнику в глаза. При этом голос должен быть твердым и уверенным.

Любой школьник имеет право принимать решения, говорить «Нет» и при этом не следует чувствовать себя виноватым.

1. «Нет, я не употребляю наркотики». Это ответ, который не требует объяснения и может звучать вслед за предложением любого вида наркотиков.
2. «Нет, спасибо мне надо идти на тренировку». Рациональное обоснование отказа не вызовет удивления у тех людей, которые предлагают попробовать наркотик. Этот также не вызовет них особых опасений – они убедятся, что Вы не их жертва и очень быстро потеряют интерес.
3. На вопрос «Тебе слабо?» можно ответить следующим образом: «Мне слабо сидеть на игле всю свою оставшуюся жизнь».
4. «Спасибо, нет. Это не в моем стиле».
5. «Почему ты продолжаешь давать на меня, если я уже сказал «Нет»?»
6. «Наркотики меня не интересуют».
7. Если собеседник начинает подтрунивать над отказом, нужно поддержать «Шутливую» форму разговора.
8. Если давление будет все настойчивее, нужно помнить, что всегда можно просто уйти.
9. Выбрать союзника, поискать в компании человека, который согласен с тобой.

### Что происходит после того, как ты принял решение? Сказав «Нет»:

- ты можешь хорошо к себе относиться,
- заставляешь других себя уважать за то, что ты личность;
- сохранить отношения с родителями,
- сохранить здоровье,
- оградить себя от несчастья.

### Куда можно обратиться за помощью?

Есть много людей, которые могут дать тебе хороший совет в сложной ситуации:

- проверенные друзья,
- родители, попробуйте поговорите с ними, они ведь тоже были подростками и нуждались с помощи. Спросите их, как они противостояли давлению сверстников.
- специалисты психологической службы,
- учителя.

Не бойтесь просить помощи, это в первую очередь признак силы, а не слабости.

### Мифы и факты о наркотиках.

**Миф** – «Наркотик делает человека свободным»

**Факт** – «Наркоманы абсолютно свободны от всех радостей жизни».

**Миф** – «Наркотики бывают «всерьез» и «Не всерьез» - от них всегда можно отказаться»

**Факт** – «Всерьез можно отказаться только один раз – первый. Но для всех остальных он становится последним»