ПАМЯТКА

по профилактике наркомании в подростковой среде



# Сообщи, где «продают смерть» *ПРИЗНАКИ, ПО КОТОРЫМ МОЖНО ЗАПОДОЗРИТЬ*

***ПОТРЕБЛЕНИЕ РЕБЕНКОМ (ПОДРОСТКОМ) НАРКОТИКОВ***

* следы от уколов и порезов (особенно на руках)
* наличие у ребенка ложек, шприцов, игл, капсул, таблеток, порошков, а также повышенный интерес с предметам бытовой химии
* папиросы (особенно Беломор) в пачках из-под сигарет
* расширенные или суженные зрачки, отек вокруг глаз, неестественная бледность кожи
* нарушение речи, походки и координации движений при отсутствии запаха алкоголя
* лживость, изворотливость, раздражительность
* нетерпимость, иногда плаксивость, часто - агрессивность
* нарушение сна
* «таинственные» телефонные звонки и переговоры по телефону
* изменение аппетита – от полного отсутствия до обжорства
* частый беспричинный кашель
* явное стремление избегать встреч со старшими членами семьи

***МОГУТ ЛИ РОДИТЕЛИ ПОВЛИЯТЬ НА РЕБЕНКА (ПОДРОСТКА)***

* будьте внимательными к детям, как можно больше общайтесь со своим ребенком
* расположите ребенка к себе, чтобы он доверял вам. Если не знаете как это сделать, посоветуйтесь с психологом
* подружитесь с его друзьями. Друзья имеют огромное влияние на ребенка, приглашайте их домой.
* если случилось так, что ваш ребенок уже употребляет наркотики, то ни в коем случае не кричите на него, не бейте, не ругайте - это не поможет. Постарайтесь оградить ребенка от «друзей - наркоманов», найдите ему лечащего врача
* обратитесь за помощью к тем родителям и знакомым, у кого уже есть личный опыт преодоления проблем подростковой наркомании

# «ОДИН ШАНС»

Сейчас у каждого разный способ веселиться: Кто-то любит анекдотом поделиться,

А кто-то предпочитает уколом насытиться. Я вам скажу: это короткая дорога к смерти,

Полная радости фальшивой, фальшивого веселья.

Дойдя до конца уже не повернуть назад

И ты умрёшь… Умрёшь, ничего в жизни не добившись Семьи не создав и не влюбившись.

Со шприцем в руке в подворотне, Или с бутылкой водки у дороги. Каждому даны свои дороги пути.

Каждый выбирает, по какому пути идти.

Но известно только одно -

Второго шанса человеку не дано!

***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.

Твое здоровье - в твоих руках!

Главное - это всегда ощущать свою ответственность за его сохранение и вырабатывать в себе привычки

здорового образа жизни.

Найди такого друга, который поддержит тебя, разделит твои усилия на пути к здоровью и успеху в нашей сложной жизни.

**Все препятствия на этом пути преодолимы.**

