



## ВЫБОР ЗА ТОБОЙ



## МИФЫ О НАРКОТИКАХ

Миф 1: Пробуют все. Это не так: 80% подростков никогда не пробовали наркотики.

Миф 2: Это не так: все наркотики вредны для организма и вызывают привыкание.

Миф 3: всегда можно отказаться. Это не так: даже однократное употребление может привести к зависимости.

Миф 4: наркотики дают ни с чем не сравнимое ощущение удовольствия. Это не так: Эйфория длится 3-5 минут, а остальные 1-3 часа сопровождаются бредом, тошнотой и головокружением.

Миф 5: Лучше бросать постепенно. Это не так: проще отказаться от наркотиков сразу, чем пытаться сделать это всю жизнь.

## куда можно обратиться за помощью

**8-800-2000-122 – единый номер телефона доверия (служб экстренной психологической помощи) для детей, подростков и их родителей.**



## КРУТО БЫТЬ ЗДОРОВЫМ И УСПЕШНЫМ

# СКАЖИ НАРКОТИКАМ ТВЁРДОЕ НЕТ!



Наркотики – это темная, опасная сторона жизни, которая приводит к гибели. Они уничтожают организм изнутри: сердце, легкие, печень, мозг - всё подвергается угрозе. Медленно, они стирают из нас радость жизни и заменяют её страданиями и болезненным состоянием. Наркотики отбирают у тебя возможность быть свободными уникальным, здоровым и счастливым. Они лишают тебя будущего. Взгляни на жизнь вокруг. У тебя есть столько возможностей для саморазвития, творчества, обучения. Твоё будущее – это твои мечты, твои желания и амбиции. Умей ценить все это, и не позволяй наркотикам проникнуть в твою жизнь.

Наркотики будут обещать тебе мгновенное удовольствие. Будут убеждать, что предлагают способ справиться с проблемами или избежать уныния. Но в действительности, они лишь маскируют проблемы и временно облегчают твоё состояние. В конечном итоге, ты станешь зависимыми, полностью подчинишься наркотикам и потеряешь контроль над своей жизнью.

Помимо личного разрушения, наркотики также имеют серьезные социальные последствия. Они разрушают семьи, разделяют друзей и ломают общество. Все вокруг погружаются в тьму и человек теряет надежду на лучшую жизнь.

Не позволяй наркотикам уничтожить тебя. Выбери здоровый образ жизни, полный радости и возможностей. Не дай наркотикам стать преградой на твоём пути к заветным мечтам, не дай разрушить твои планы на жизнь.

Наркотики – это смертельная ловушка, которая приводит к разрушению твоего тела и души, твоей личности и твоего будущего. Цени свою жизнь и все возможности, которые она тебе предлагает. Оставайся сильным и здоровым.

# СКАЖИ ЖИЗНИ ТВЁРДОЕ ДА!

