

О ПРОБЛЕМЕ НАРКОЗАВИСИМОСТИ ПИШУТ:

1. Иванич Ю. Наркотики и терроризм [Текст]: Паутина зла./ Ю. Иванич. – М.: Вече, 2005. – 464с.
2. Колесов Д. Антинаркотическое воспитание [Текст]: Учебное пособие – 3-е изд., доп./ Д. Колесов. – М.: Московский психолого-социальный институт, -2001. – 192с.
3. Колесов Д. Эволюция психики и природа наркотизма [Текст]:/Д. Колесов. – М.: Московский психолого-социальный институт. – 2000. – 400с.
4. Комиссаров Б. Подросток и наркотики [Текст]: Выбери жизнь! /Б. Комиссаров. – Ростов н/Д.: Феникс. – 2001. – 128с.
5. Кун С. Как уберечь детей от наркотиков и алкоголя [текст]:/Кун С. – М.: РИПОЛ КЛАССИК, - 2004. – 192с. – 160с.
6. Журнал «Нарконет»
7. Газета «Пока не поздно»

Здоровье -
это вершина, которую
каждый
покоряет сам.
Найди свой путь!



МБУК Цимлянского района
«Центральная межпоселенческая
библиотека»
Калининский отдел



В природе и человеке есть
намного больше
источников восхищения,
вдохновения и
наслаждения, чем может дать
исковерканный наркотиками
мозг. Раскрыть свой
потенциал — вот то,
к чему должен
стремиться настоящий
Человек.

Составитель: Крохина О.И.

ст. Калининская
2017 г.

Наркомания - это, безусловно, **болезнь**. Но болезнь своеобразная - духовная. Говоря о причинах наркомании следует подчеркнуть, что здоровый и психически полноценный человек не потянется к наркотикам. **Не забывай, главное, что ты человек. Ничто не должно затмить пламенное сердце и трезвый ум!**

Признаки, по которым следует заподозрить употребление наркотиков:

- следы от уколов и порезов (особенно на руках);
- папиросы (особенно «Беломор») в пачках из-под сигарет;
- расширенные или суженные зрачки;
- нарушение речи, походки и координации движений при отсутствии запаха алкоголя.
- проведение времени в компаниях асоциального типа;
- вымогательство и/или кража денег у окружающих;
- пропажа из дома ценных вещей.

ПРИМИ СВОЕ РЕШЕНИЕ!

Прежде чем попробовать наркотик, подумай: какие могут быть отрицательные последствия? Может ли это нанести вред твоему здоровью? Может ли это привести к проблемам с друзьями, родителями, учителями, милицией?

Самооценка может быть изменена! Не позволяй прошлым неудачам удерживать тебя! Тебе нужно научиться думать о себе хорошо! Не позволяй сверстникам давить на тебя. В течение всей жизни тебе придется принимать много важных решений.

Давление сверстников может затруднить принятие этих решений. Чтобы преодолеть давление, ты должен знать:

- кто ты и каковы твои жизненные ценности,
- как самостоятельно принять решение.

Для того чтобы противостоять наркомании молодое поколение должно уяснить ряд истин:

Первая истина:

наркомания (курение, употребление спиртных напитков, пива и наркотических веществ) - это не вредная привычка, а заболевание, зачастую неизлечимое, которое человек приобретает добровольно;

Вторая истина:

наркомания как заболевание начинает развиваться после первого употребления наркотического вещества;

Третья истина:

человек, предлагающий тебе наркотик, - враг твоего здоровья (исключение может составить только случай - назначение врача), так как ради своей наживы за твои же деньги отбирает у тебя здоровье.