



**Знай, что дверь захлопнется сразу,
как только ты переступишь порог!**

Основные причины употребления психоактивных веществ (ПАВ):

- из любопытства;
- не смог отказаться;
- не знал последствий.

Уже с первого приема наркотического вещества вырабатывается стойкая зависимость! Человек перестает принимать правильные решения и неспособен справляться со своими чувствами и эмоциями, развиваются психические заболевания.

Несколько причин сказать «НЕТ!» наркотикам:

- Наркотики вызывают психическую и физическую зависимость.
- Наркотики делают человека слабым и безвольным.
- Наркотики часто приводят к несчастным случаям, ранней гибели.
- Наркотики уничтожают дружбу, причиняют страдания родным и близким.
- Наркотики толкают людей на преступления.
- Наркотики являются источником многих заболеваний (гепатиты (В, С, D), ВИЧ-инфекция, СПИД).
- Наркотики приводят к рождению больных и нежизнеспособных детей.

Что делать, если предложили наркотик?

Сказать твердое: «НЕТ!». И не потому, что тебе запрещают родители, а потому, что ты не хочешь рисковать своим здоровьем, жизнью, будущим. Именно отказ от наркотиков свидетельствует о взрослости, самостоятельности, силе воли.

Некоторые примеры или сценарии отказа:

- «Нет, я не употребляю наркотики». Это ответ, который не требует объяснения, и может звучать вслед за предложением любого вида наркотиков.
- «Нет, спасибо. Мне надо идти на тренировку». Рациональное обоснование отказа не вызовет удивления у тех людей, которые предлагают попробовать наркотик. Это так же не вызовет у них особых опасений – они убедятся, что это не их жертва и очень быстро потеряют интерес.
- «Спасибо, нет. Это не в моем стиле».
- «Отстань!».
- «Почему ты продолжаешь давить на меня, если я уже сказал «НЕТ»?».
- «Наркотики меня не интересуют».
- Если давление будет все настойчивее, нужно помнить, что всегда можно просто уйти.

**Только здоровый образ жизни
откроет перспективы для роста и развития,
только здоровый человек может быть счастливым!**

**Детский телефон доверия:
8(800)2000122, круглосуточно**