

## Скажи наркотикам «Нет» (памятка для подростка)

*Опасно это или нет?  
Подумаем вместе.*

Шаг в пропасть... Опасно это или нет? Сначала ты летишь, потом разбиваешься. Первая проба наркотика- начало такого полёта. И конец будет таким же.

На продаже наркотиков зарабатывают очень много. Почему же иногда их дают бесплатно? Расчёт на то, что пойманный на наркотический крючок будет платить всю оставшуюся жизнь. Рыбе тоже червяка дают бесплатно, чтобы она не сразу заметила крючок. Кстати, а почему торговцы, которые торгуют «дурью» сами её не употребляют?

Избавиться от наркомании невозможно, просто попросив у неё прощения, как у родителей за плохой поступок. Наркомания не прощает ничего, никогда и никому! Каждый наркоман в этом уже убедился.

Начавший употреблять «дурь» становится её рабом. Не верь такому человеку: правдивым может быть только свободный, не раб. Здесь и друг может оказаться врагом!

Избегай общества потребляющих наркотики: наркотическая зараза распространяется незаметно!

### **Ты должен знать, что:**

- В подростковом возрасте зависимость может сформироваться в результате даже однократного употребления наркотического вещества.
- Одно и то же вещество по-разному действует на людей. «Слабый» наркотик- миф, и для кого-то он может быть сильнодействующим средством.
- Больные наркоманией появляются из числа тех, кто употребляет наркотики от случая к случаю.
- Систематическое употребление наркотиков есть не причина наркомании, а её следствие, её проявление, как заболевания, т.е. то состояние, при котором человек уже не может волевым усилием подавить своё пристрастие к наркотикам.

### **Можно по-разному сказать «НЕТ» на предложение «дури» и «рая на земле»**

- **Жесткое «НЕТ!»** с повышением тона голоса и решительным отстраняющим жестом.
- **Презрительно «НЕТ!»**, уходя от того, кто предлагает.
- **«НЕТ!» в форме обвинения** «Я же сказал «НЕТ», ты что, слов не понимаешь?»
- **Спокойно-уверенное «НЕТ!»** и взгляд прямо в глаза тому, кто предлагает наркотик.
- **«НЕТ!» «Это не для меня!»**
- **«НЕТ!» «Я знаю, чем это кончится. И ты знаешь».**
- **«НЕТ!» «Я собираюсь жить долго и не тороплюсь на тот свет».**
- **Полное молчание**, сопровождающееся мимикой и жестами, не оставляющими сомнения в категоричности отказа.