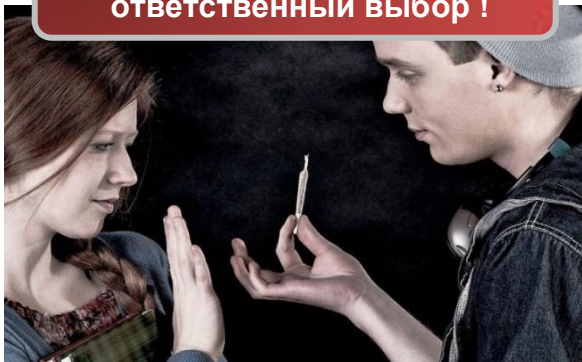


Как сказать «НЕТ!»

- Спасибо, нет. Я хочу отдавать себе отчет в том, что я делаю.
- Спасибо, нет. Я не хочу конфликтов с родителями, учителями.
- Спасибо, нет. Если выпью (приму наркотик), то потеряю власть над собой.
- Спасибо, нет. Мне не нравится вкус алкоголя (наркотика).
- Спасибо, нет. Это не в моём стиле.
- Спасибо, нет. Я за здоровый образ жизни!

Здоровье - это твой личный ответственный выбор !



Приглашаем Вас в
библиотеку,
расположенную по адресу:
г. Гусь-Хрустальный, ул.
Калинина, д. 34.

Тел.: 2-18-76

График работы:

пн-пт 9:00 – 18:00

сб. 9:00 – 17:00

вс. – выходной, последняя пт.
месяца – санитарный день

ВКонтакте



Одноклассники



Сайт



МБУ «Городской библиотечный
информационный центр»
г. Гусь-Хрустальный

Я ВЫБИРАЮ ЖИЗНЬ ВМЕСТО НАРКОТИКОВ!



2024 г.

Наркотики - это опасное и разрушительное явление, которое разрушает жизнь человека и его близких.

Они вызывают зависимость, приводят к потере здоровья, разрушают отношения с окружающими и могут привести к смерти.



Распространённые мифы о наркотиках

Миф 1. От очередного употребления наркотика всегда можно отказаться.

Отказаться можно только один раз - первый. Даже однократное потребление наркотика может привести к зависимости.

Миф 2. Наркотики дают ни с чем несравнимое ощущение удовольствия.

Ощущение кайфа не всегда возникает после первой таблетки или инъекции. Зачастую первая проба сопровождается тошнотой, рвотой, головокружением и т. д. Более того, эйфория 3-4 дозы быстро исчезает и в дальнейшем наркотики принимают, чтобы снять мучительное, болезненное ощущение - ломку.

Миф 3. Наркотики бывают «лёгкими» и «тяжёлыми». Травка - «лёгкий» наркотик, не вызывающий привыкания.

Все наркотики вызывают привыкание. Любой наркотик убивает – это только вопрос времени.

Миф 4. Наркоманами становятся только слабые и безвольные.

Зависимость от наркотиков - это заболевание, и, как и любое заболевание, оно не имеет отношения к силе воли.

Миф 5. Лучше бросать постепенно.

Проще отказаться от употребления наркотиков один раз, чем потом пытаться сделать это всю жизнь. Запомните, можно снять физическую зависимость, ломки и прочее. Но психологическую – невозможно.

Если вы или кто-то из ваших знакомых употребляет наркотики, важно обратиться за помощью.

Вы можете обратиться в наркологический диспансер, позвонить на горячую линию или обратиться к специалисту!

Помните, что борьба с зависимостью - это сложный и долгий процесс, но он возможен. Поддержка близких и помощь специалистов помогут вам справиться с этой проблемой и вернуться к здоровой жизни!