|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| logo  **ПАМЯТКА**  **для подростков по профилактике наркомании**  **«Спасём жизнь вместе!»**    **Сообщи, где «продают смерть»** | **НАРКОМАНИЯ**  *происходит от греческих слов:*  narke – **«оцепенение»**  mania – **«бешенство, безумие»**  Наркомания, как правило, сочетается с алкоголизмом. С одной стороны, те молодые люди, которые начинают в школьные годы начинают употреблять  Крепкие алкогольные напитки потом быстро переходят на наркотики. С другой стороны, отсутствие наркотиков многие наркоманы стремятся компенсировать алкоголем. | **три разновидности последствий**  **наркомании:**   * ***биологические***   прогрессирующее падение активности, энергетического  потенциала личности, угасание влечений, биологических  потребностей (еда, сон и др.), снижение сопротивляемости, прогрессирующее истощение организма.  ***-социально-психологические*** нравственно-этическая деградация личности, сначала снижается, а затем постепенно утрачивается ценность всех других интересов и потребностей, кроме употребления наркотиков.   * ***криминальные***   наркоман, чтобы удовлетворить свое влечение, вынужден сначала пропускать, а затем совсем оставить учебу или работу, вынужден искать  противозаконные пути их  приобретения, чаще всего путем краж, ограблений и т.д. При отсутствии денег наркоман не останавливается ни перед какими средствами для достижения цели, в том числе и убийством.  Наркомания связана и с самоубийством, где основная  причина – неудовлетворенность жизнью. | **\*Преследуется ли**  **употребление наркотиков законом?**  **\*Могут ли за использование наркотиков посадить в тюрьму?**  В уголовном и административном кодексах РК есть целый **ряд статей, предусматривающих наказания за действия, связанные с наркотиками**.  Следует понимать, что даже ничтожно малое количество наркотиков, которое обнаружит представитель закона, служит основанием для задержания и целой цепи неприятностей.  C:\Users\Lapshin\Desktop\i.jfif |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **СПИД и наркомания**  **неотделимы друг от друга**  Рост наркомании резко обостряет проблему СПИДа. **Ежедневно** во всем мире 6000 человек заболевают  ВИЧ-инфекцией, из них 70% приходят к этому через внутривенное введение наркотиков. | **А ТЫ СОГЛАСЕН?**   * **Наркомания – это преступление.** * **Наркомания – это болезнь.** * **Наркомания неизлечима.** * **Наркоманы – это зомби.** * **Наркоман может умереть от передозировки наркотика.** * **Наркоман может умереть от СПИДа.** * **Наркомания – это болезнь, которая излечима.** * **У наркомана нет друзей.** | **Модно быть здоровым и успешным**  **Как быть здоровым и успешным?**   * Будь добрым и приветливым, вырабатывай позитивный взгляд на мир. Это располагает к тебе людей и продлевает жизнь. * Правильно питайся, выбирай полезные продукты. Это   добавляет до 20 лет жизни.   * Употребляй витамины. Они прибавляют 5-7 лет жизни. * Употребляй продукты, содержащие клетчатку, которая очищает желудочно–кишечный тракт. (Плюс 5-7 лет жизни). * Развивай свой ум, интеллект. Доказано, что люди с высшим образованием живут дольше. * Тренируй естественные защитные силы организма. Занимайся фитнесом, больше двигайся, ходи пешком, закаляйся. Это добавляет ещё 7- 10 лет жизни.   C:\Users\Lapshin\Desktop\maxresdefault.jpg | * Не разрушай своё здоровье и жизнь! * Не будь злобным, угрюмым, не таи обид, избавляйся от негативного взгляда на мир. Это отталкивает людей и укорачивает жизнь. * Помни: - неправильное, неполноценное питание делает жизнь короче. * Недостаток движения, физических нагрузок, очень вредны. * Откажись от курения, оно укорачивает жизнь не меньше, чем на 20 лет и делает человека больным. * Не будь жертвой   курильщиков. Пассивное курение (вдыхание табачного дыма) укорачивает жизнь до 10 лет.   * Не употребляй психоактивных веществ, разрушающих ткани мозга и весь организм (алкоголь, наркотики). |