

## НАРКОТИКИ—

Страшный враг, коварный и безжалостный!

И избежать несчастий, которые несет в себе наркомания, можно только одним способом:

**НИКОГДА  
НЕ ПРОБОВАТЬ  
НАРКОТИКИ!**



## Обратиться за помощью к специалистам:

- Психоневрологический диспансер ( оказание психологической и наркологической помощи:

г. Орша, ул. Владимира Ленина, 38.

Тел. Регистратуры: 51-27-03

Телефон доверия: 51-00-19

- Оперативно-дежурная служба УВД Оршанского райисполкома

Тел.: 102, 51-83-77, 29-518-27-30

*Вы можете сообщить информацию о лицах, занимающихся незаконным оборотом наркотиков (изготовление, сбыт, перевозка, хранение). Конфиденциальность гарантируется.*

- Центр здоровья подростков и молодежи «Надежда» .

Орша, ул. Пионерская, 15.

телефон консультативной помощи

50-57-50

[«POMOGUT.BY»](http://POMOGUT.BY) - информационный ресурс для людей, столкнувшихся с проблемой наркомании. Основной целью проекта является практическая помощь наркозависимым лицам в Республике Беларусь и профилактика наркомании.

Подготовила Защеринская Н.В., инструктор-валеолог детской поликлиники № 1 УЗ «Оршанская центральная поликлиника». Тираж— 50 экз.

УЗ «Оршанская  
центральная  
поликлиника»

**Откажись  
от  
наркотиков!**



2024 год

**Наркомания—это болезнь, которая вызывает тяжелые нарушения психики, разрушает организм человека и неизбежно ведет к преждевременной смерти!**

**Средний срок жизни наркомана—7 лет!**



**Пристрастившись к наркотикам, человек:**

- попадает в физическую и психическую зависимость от них;
- теряет способность руководить своей волей;
- обрекает себя на хроническую нехватку денег и нищету;
- жизнь наполнена только одной мыслью: «Где достать денег на наркотики?»

## **9 причин сказать "НЕТ" наркотикам**

- Наркотики дают фальшивое представление о счастье.
- Наркотики не дают мыслить за самого себя.
- Наркотики часто приводят к несчастным случаям.
- Наркотики уничтожают дружбу.
- Наркотики делают человека слабым и безвольным.
- Наркотики являются препятствием к духовному развитию
- Наркотики толкают людей на кражи и насилие.
- Наркотики являются источником многих заболеваний.
- Наркотики разрушают семьи

### **Отказавшись от наркотиков, ты:**

- сбережешь свое здоровье,
- сохранишь своих друзей,
- не причинишь боль своей семье,
- Останешься свободным и независимым

### **Что же делать, если ты уже начал употреблять наркотики?**

1. Не молчи о случившемся, расскажи близким и вместе решайте проблему.
2. Подумай о том, как сменить свою компанию. Продолжая дружить с ними, ты рискуешь стать наркоманом.
3. Скажи себе твердо

- я хочу быть здоровым, сильным, счастливым;
- Я хочу иметь здоровых детей

### **Куда можно обратиться за помощью?**

Наверняка в твоём окружении есть люди, которые могут дать тебе хороший совет в сложной ситуации:

- Проверенные друзья;
- Родители
- Учителя
- Специалисты психологической службы

