

## Как сказать нет наркотикам?

1. Выбери союзника, поищи в компании человека, который согласен с тобой. Это помогает получить поддержку и уменьшить негативное давление на тебя.
2. Переведи стрелки: скажи, что ты не принуждаешь никого из них что-либо делать, так почему же они так назойливы? Главное говорить уверенно.
3. Смени тему, заговори о чём-нибудь, что интересно и не связано с приёмом наркотиков (пойти в спортзал, на дискотеку и т. д.)
4. Пообещай, что может быть когда-нибудь потом...
5. Упрись: отвечай «нет», несмотря ни на что. Отстаивай своё право иметь собственное мнение. Это будет свидетельствовать о твёрдости твоего характера.
6. Придумай причину: найди обстоятельства, по которым ты не можешь употребить наркотик (торопишься на свидание, плохо себя чувствуешь и т. д.)
7. Обходи стороной: если есть подозрение, что в какой-то компании могут предложить наркотик, просто не иди туда.
8. Равнодушно скажи: «Спасибо, я уже...» или «Чего я там не видел...»
9. Напомни об уголовной и административной ответственности.



## Юридическая ответственность:

Административная ответственность за употребление наркотических веществ наступает с 16-ти лет. Если виновным в употреблении наркотиков оказалось несовершеннолетнее лицо, которому не исполнилось 16 лет, то по закону отвечают его родители или заменяющие их лица.

Уголовная ответственность несовершеннолетних за хранение, сбыт и изготовление наркотиков, согласно общему правилу, наступает по достижении ими возраста 16 лет. Но в некоторых случаях могут быть привлечены к уголовной ответственности подростки с 14 лет (ст.20 УК ч.2).

### Жизнь не игра, перезагрузки не будет!



Тираж 100 экз.

МБУ «Городской Дворец  
молодежи»

## «Миссия-Жить!»

Жизнь длинна,  
если ею умело  
пользоваться.



Нижний Тагил  
2020

# Мифы и реальность о наркотиках

## Миф №1. Один раз не считается. Зависимость развивается только при регулярном употреблении

Реальность: Это одно из самых опасных заблуждений, на которое когда-то повелись миллионы наркоманов во всем мире. Если возникло желание попробовать – значит, перед вами ловушка. Даже первая доза может стать смертельной. А если не станет, то все равно нанесет удар по организму. И да, вы сделали первый шаг внутрь ловушки.

## Миф №2. Зависимыми становятся только слабаки. Я не такой, я смогу остановиться

Реальность: Наркотик не выбирает слабых, все люди одинаковы в физиологическом плане. Причем процесс формирования зависимости закрыт для сознания человека, уловить его невозможно. Никому. Независимо от уровня IQ, пола и возраста.

## Миф №3. Существуют легкие наркотики

Реальность: Легких и тяжелых наркотиков не существует. Не существует безопасных форм наркотиков. От всех наркотиков умирают или сходят с ума.

## Миф №4. В жизни надо всё попробовать.

Реальность: Только почему в понятие «попробовать всё» у большинства входит — «попробовать всё плохое»? Почему бы не попробовать стать добрее и помогать людям? Вы когда-нибудь сплавлялись на байдарках? Пробовали покормить бездомную собаку? А если уж так интересуется тёмная сторона жизни — попробуйте её с другой стороны. Станьте волонтером организации по борьбе с наркотиками. Пройдите несколько рейдов с ними. Вы увидите настоящих наркоманов, увидите, как на самом деле выглядят притоны, как оперативники берут распространителей. Вряд ли после таких зрелищ у вас останется желание попробовать эти вредные вещества.

## Миф №5. Наркотики «расширяют сознание и горизонты».

Реальность: Наркотики разрушают нашу психику. Сознание и горизонты расширяют вполне привычные вещи: чтение, учёба, спорт, путешествия, изучение иностранных языков, общение с интересными людьми. Галлюцинации, которые вызывают наркотики, на самом деле не дают ничего, это — бред отравленного сознания, и ничего более.

## Миф №6. У каждого есть своя зависимость.

Реальность: Это один из вариантов оправдания употребления наркотика, манипулирование сознанием. Каждый из нас в той или иной степени «зависим», «не свободен» от приёма пищи, от потребности в одежде, жилище. От потребности общаться друг с другом. Эти за-

висимости могут носить характер привычных, т. е. привязанностей. В данном изречении намеренно слово «зависимость» как «несвобода» заменяется понятием «привычка». Разве болезнь можно приравнять к привычке?

## Миф №7. Наркомания это не болезнь, а вредная привычка

Реальность: Это именно болезнь, и она включена в медицинские энциклопедии и справочники. Количество летальных исходов среди больных наркоманией превышает 90%. В действительности же наркомания официально является заболеванием из группы зависимостей, ведущей к ускоренному разрушению организма.

