"Прибайкалье против наркотиков"

http://www.narkostop.irkutsk.ru

Буклет издан в рамках областной государственной социальной программы «Комплексные меры профилактики злоупотребления наркотическими средствами и психотропными веществами на 2005-2007 годы»

ЕСЛИ ВДРУГ ЧТО-ТО СЛУЧИЛОСЬ, И ТЫ НЕ ЗНАЕШЬ КАК ПРАВИЛЬНО ПОСТУПИТЬ, НЕ ПАНИКУЙ.

В БОРЬБЕ С НАРКОМАНИЕЙ ТЫ НЕ ОДИНОК !

ВСЕГДА НАЙДУТСЯ ЛЮДИ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ ТЕБЕ

ЧТО ТЫ, КАК ПРАВИЛО, СЛЫШИШЬ О НАРКОТИКАХ?

➢ ***«Наркотики помогают стать сильнее и смелее…»***

Что ж, мы ответим: по-настоящему сильные люди не только не нуждаются в наркотиках, но и помогают другим отказаться от них.

➢ ***"В жизни все надо попробовать, в том числе и наркотики..."***

Ты и вправду уже двадцать раз прыгнул с парашютом?

Получил нобелевскую премию?

Или, быть может, стал олимпийским чемпионом?

А ТЫ ГОВОРИШЬ - ВСЕ ПОПРОБОВАЛ !

➢ ***"Наркотики помогают решать жизненные проблемы..."***

Что ж, тут ты прав. Наркотики помогают тебе решить жизненные проблемы, **превращая их в**

ОДНУ

ОГРОМНУЮ

ПРОБЛЕМУ…

➢ ***А ещё некоторые настаивают: "Наркотики бывают "всерьез" и "не всерьез". Можно принимать наркотики и не быть зависимым от них..."***

Знаешь, откушенное не станет целым...

… Как показывает опыт, все, кто принимает наркотики, становятся зависимыми от них. Сначала - **психическая** зависимость: плохое настроение, когда наркотика нет и постоянные мысли о том, что наркотик помогает отвлечься от переживаний. Потом - **физическая** зависимость: плохое самочувствие и ломки.

И ПРИ ЭТОМ КАЖДЫЙ, КТО ПЕРВЫЙ РАЗ ПРОБОВАЛ НАРКОТИКИ, БЫЛ УВЕРЕН, ЧТО СМОЖЕТ ВОВРЕМЯ ОСТАНОВИТЬСЯ. НУ, И ГДЕ ОН СЕЙЧАС???

➢ **«Существует мнение, что проблема наркотиков касается и создает проблемы только наркоманам и тем, кто с ними борется…»**

Представь ситуацию: наркоману нужны деньги на дозу. Как ты думаешь, где он станет их доставать - пойдет работать? Пойми, их гораздо проще взять у тебя или твоих друзей, родственников.

А это уже твои проблемы.

ТЫ ВСЕ ЕЩЕ СОМНЕВАЕШЬСЯ ?

ЛИСТАЙ ДАЛЬШЕ !

СУЩЕСТВУЮТ КОМНАТЫ СМЕХА, СОЗДАЮТСЯ И КОМНАТЫ УЖАСОВ…

НО В НАШЕМ СЛУЧАЕ ТЕБЕ ПРИДЕТСЯ ПЕРЕЖИТЬ

СТРАНИЦЫ УЖАСА !

ИДИ ВЕРНОЙ ДОРОГОЙ!

В Иркутской области за последние 2 года от передозировки умерло около тысячи молодых людей.

Пока ты здоров, тебе стоит усвоить, что:

- Психическая зависимость от употребления наркотиков развивается **моментально!**
- Алкоголь и табак **тоже наркотики**. Они приведут тебя к наркотикам, более сильно разрушающим твой организм!
- Склонение к употреблению наркотиков является **преступлением,** предусмотренным Уголовным кодексом. Поэтому знай: **когда тебе предлагают попробовать наркотик, против тебя совершают самое настоящее преступление!**

- Сегодня тебе могут предложить наркотики на улице, на дискотеке и в школе…
- Опасайся профессиональных «сажателей» на иглу, они обычно обучают, как обмануть родственников, добыть денег, скрыть зависимость…
- Каждый наркоман вовлекает в процесс употребления зелья около 30 человек. Имей в виду: их интересует твой кошелек. **Твоя судьба им безразлична.**
- Профессиональные «сажатели» часто врут, что если нюхать или курить наркотики, то на них «не подсядешь». Помни: наркотик в этих случаях также проникает в кровь, как и при внутривенном употреблении, и точно также формирует зависимость!
- В целях получения большей прибыли в наркотики добавляют соль, сахар, муку, крахмал, стиральный порошок, манную крупу, известку и другие похожие на наркотики вещества. **И всё это через кровь мчится в твою печень!**
- Пять лет наркоманской жизни принесут наркоторговцу **более 500 000 руб. прибыли (одна доза стоит 100 руб., а в день их требуется не менее трёх!).**

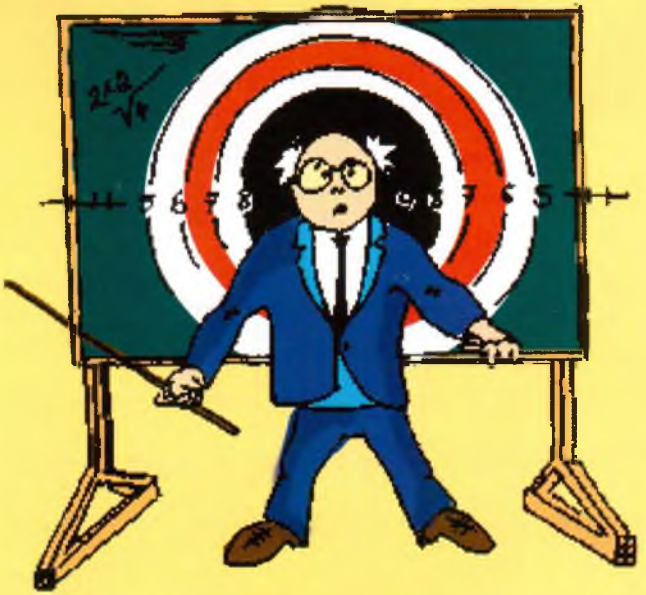
ПРИГОТОВЬ ПЛАТУ ЗА МНИМОЕ МИНУТНОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ. Ты попробовал? И что?…

- ….Ползаешь, как сонная муха
- …Твоя память дырявая, как дуршлаг
- …«Дёргаешься», как последний психопат
- …Начинаешь бояться собственной тени
- …Становишься тупым, как сибирский валенок
- …Всё вываливается из твоих трясущихся рук
- …Пропадает «звук, цвет и изображение»
- …Твои мозги не стоят и ржавой копейки
- … и вся жидкость в тебе тормозная
- …Лица противоположного пола тебя уже не интересуют
- …И ты их тоже.
- …Твой род может прерваться на тебе
- …Тебя знают, как воришку, вруна и попрошайку

Романтично, не правда ли???

Ты хотел быть крутым, но стал изгоем!

ЭТОТ СПИСОК МОЖНО ПРОДОЛЖИТЬ.



А РАЗВЕ ТЕБЕ НЕДОСТАТОЧНО?

ИДИ ВЕРНОЙ ДОРОГОЙ - ЛЕГКО СКАЗАТЬ!
А КАК НЕ СБИТЬСЯ С ПУТИ ?

Есть единственный действительно эффективный способ не стать зависимым от наркотиков - это никогда, ни при каких обстоятельствах их не пробовать!

Как это сделать?

СКАЗАТЬ: «НЕТ!»

Серьезно отказаться можно только один раз - **первый**.

Многие не могут с этим справиться.

Существует три способа сказать «НЕТ!»:

Способ первый - **НЕУВЕРЕННЫЙ.**

Стоит тебе потерять настойчивость, сказать: «Ну, не знаю», или начать юлить: «Меня мама ругать будет» и т.д. Так и знай, все закончится, как планирует подстрекатель, и вскоре тебе потребуется помощь врача-нарколога.

Способ второй - **АГРЕССИВНЫЙ.**

Можно, конечно, ответить грубо.
В таком случае может потребоваться квалифицированная медицинская помощь.

Но самым эффективным является третий способ - **УВЕРЕННЫЙ**

Если твоя цель - отказаться, на любые вопросы и предложения отвечай коротко и равнодушно: **«НЕТ».**

ЕСЛИ ТЕБЕ ТЯЖЕЛО, ЕСЛИ У ТЕБЯ ВОЗНИКЛИ ПРОБЛЕМЫ, ПОЯВИЛИСЬ ВОПРОСЫ, ЗДЕСЬ ТЕБЯ ВСЕГДА ВЫСЛУШАЮТ И ПОМОГУТ РАЗОБРАТЬСЯ В ТРУДНОЙ СИТУАЦИИ

Телефоны доверия:
(3952) 24-00-07, 24-00-09

АДРЕСА И ТЕЛЕФОНЫ ПОМОЩИ:

Городской центр медико-социальной, психологической и психотерапевтической помощи населению
г. Иркутск, ул. Красноармейская, 12
тел.: 24-04-03 (регистратура); ***20-16-63***

Иркутский областной психоневрологический диспансер
г. Иркутск, ул. Гагарина, 6, вход с переулка Сударева: ***тел.: 24-39-59***

Иркутская городская общественная организация «Матери против наркомании»
664020; Иркутск-2, ул. Макаренко, 6
(Дом культуры им. Гагарина, оф. 4)
тел.: 32-59-99

РЕАБИЛИТАЦИОННЫЕ ЦЕНТРЫ:

Областное государственное учреждение Реабилитационный центр «Воля»

г. Иркутск, ул. Свердлова, 35, оф. 11
тел. 20-20-52
Консультации специалистов:
10.00.-13.00.

Душепопечительский центр им. Св. Иннокентия Иркутского

г. Иркутск, Князе-Владимирский храм, пр. Рабочее, ул. Каштаковская, д.52:
тел. 34-59-50

Автономная некоммерческая организация Реабилитационный центр «Перекресток семи дорог»

г. Ангарск, пос. Цементников, ул. Клубная, 8
тел. (8-21) 50-87-41
тел. 32-40-86

Если у тебя есть информация о фактах сбыта наркотиков или других преступлениях в сфере незаконного оборота наркотиков, обращайся по телефону доверия Регионального управления Федеральной службы Наркоконтроля по Иркутской области:

Подробную информацию о деятельности в сфере профилактики наркомании, телефонов доверия и реабилитационных центров, в Иркутске и Иркутской области, а также консультации психологов можно получить в областном государственном учреждении

«Центр профилактики наркомании»
по адресу: г. Иркутск, ул. Академическая 70,
оф. 4 «А» тел. (3952) 42-52-74.

Ты также можешь посетить наш сайт,
находящийся по адресу:

www.narkostop.irkutsk.ru

Здесь ты можешь задать любой интересующий тебя вопрос специалистам ОГУ «Центр профилактики наркомании» и не только… А если ты хочешь помочь сверстникам выбрать правильный путь, обучись на наших курсах и стань добровольцем «Школы здорового будущего!»