

**Имей мужество отказаться,
несмотря ни на какие уговоры,
попробовать наркотик, алкоголь,
покурить!**



Учись говорить «НЕТ»!!!

- ✓ Назови причину. Скажи почему
ты не хочешь того делать:

1. Я знаю, что это опасно для меня.
2. Нет, спасибо, я веду здоровый образ жизни: я занимаюсь спортом.
3. Я уже пробовал, и это мне не понравилось.
4. А почему я должен пробовать (употреблять это)?
5. Я не хочу конфликтов с родителями, учителями (педагогами) и законом.
6. Это не в моём стиле, я даже не курю.
7. Я не употребляю яды.
8. Я не хочу!
9. Я принимаю лекарство, несовместимое с другими препаратами и алкоголем.
10. У меня аллергия.
11. Я хочу отдавать себе отчёт в том, что я делаю.
12. Не хочу и всё!



**Любая вредная привычка
негативно сказывается на
здоровье человека**

**ПОДУМАЙ ДВАЖДЫ, ТРИжды...,
ПОДУМАЙ КАК СЛЕДУЕТ!
ТВОЁ БУДУЩЕЕ ЗАВИСИТ ТОЛЬКО ОТ
ТЕБЯ.**

Ну что ж, мой друг, решенье за тобой –
Ты вправе сам командовать судьбой.
Ты согласиться можешь, но отказ
Окажется получше в сотню раз.
Ты вправе жизнь свою спасти.
Подумай, может ты, на правильном пути.
Но если всё-таки успел свернуть,
Здоровье потрудись себе вернуть!

Наш адрес:
Российская Федерация,
353680, Краснодарский край,
г. Ейск,
ул. Советов, 103,
Тел.: 8(86132) 2-19-85,
Факс: 8(86132) 2-19-85
E-mail: shi_3eisk@msrsp.krasnodar.ru

**ГКУ СО КК
«Ейский социально-
реабилитационный центр
развития для несовершеннолетних»**

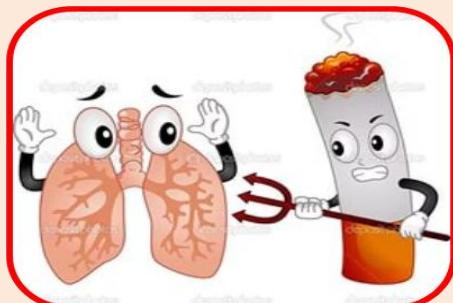
**«Сделай
правильный
выбор»**



**Разработчик: воспитатель
Седова Н. Ю.
г. Ейск
2018 год**



Сейчас нередко курят не только взрослые, но и дети. Курение сильно сказывается на сердце, что в свою очередь приводит к быстрой утомляемости, невнимательности, плохому сну, неуспеваемости в школе. Также курение сказывается на росте. Рост замедляется, ребенок растет хилым, слабым, вялым. Постоянное курение вызывает привычку, т.е. человеку уже трудно бросить курить.



Наркомания - глобальная проблема, которая с каждым новым днем поглощает все больше человеческих судеб. Эта болезнь, рушит в человеке личность, превращая его в зомби, с одной лишь потребностью - раздобыть новую порцию наркотика, с целью уйти от реальности в свой собственный мир иллюзий.

Для того, чтобы стать наркоманом, достаточно всего лишь один единственный раз попробовать наркотик. Как правило, у большинства попробовавших наркотик, через какое-то время, появляется желание еще раз погрузиться в наркотическую эйфорию. Первое знакомство с наркотиком может произойти в школе, институте, дворовой компании - Вот только завязывают с их употреблением очень немногие. По статистике - это 5-10%. Пристраститься - легко, отказаться - сложно. Выбор, который делают здравомыслящие люди, очевиден - **Нет наркотикам!**

Алкоголь относится к наркотическим веществам, поскольку его употребление приводит к привыканию организма, болезненному пристрастию, наркотической зависимости, развитию различных заболеваний, сокращает жизнь на 10-12 лет. Алкоголь является ядом для всех органов нашего организма. Наибольший вред алкоголь оказывает центральной нервной системе, угнетая деятельность головного мозга.

