

служит основанием для задержания и целой цепи неприятностей.

### **Модно 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.
- ✓ Развивай свой ум, интеллект. Доказано, что люди с высшим образованием живут дольше.
- ✓ Не будь злобным, угрюмым, не таи обид, избавляйся от негативного взгляда на мир. Это отталкивает людей и укорачивает жизнь.
- ✓ Откажись от курения, оно укорачивает жизнь не меньше, чем на 20 лет и делает человека больным.
- ✓ Не употребляй психоактивных веществ, разрушающих ткани мозга и весь организм (алкоголь, наркотики).



Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение «Гимназия №1» городского округа город Нефтекамск Республики Башкортостан

## **ПАМЯТКА**

**для подростков по профилактике наркомании**



## **НАРКОМАНИЯ**

*происходит от греческих слов*

*narke – «оцепенение», и mania – «бешенство, безумие»*

Наркомания, как правило, сочетается с алкоголизмом. С одной стороны, те молодые люди, которые начинают в школьные годы употреблять крепкие алкогольные напитки, потом быстро переходят на наркотики. С другой стороны, отсутствие наркотиков многие наркоманы стремятся компенсировать алкоголем.



*Существует 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.

**ПОХОРОНИ НАРКОТИКИ**



**ИЛИ ОНИ ПОХОРОНЯТ ТЕБЯ**

*Преследуется ли употребление наркотиков законом?*

*Могут ли за использование наркотиков посадить в тюрьму?*

В уголовном и административном кодексах РФ есть целый ряд статей, предусматривающих наказания за действия, связанные с наркотиками.

Следует понимать, что даже ничтожно малое количество наркотиков, которое обнаружит представитель закона,