Знай это!

* ДАЖЕ однократное употребление наркотических веществ может привести к психологической зависимости;
* ЗАВИСИМОСТЬ формируются при любом способе поступления наркотика в организм;
* ЛЮБОЙ наркотик наносит вред здоровью, в результате ТЫ теряешь красоту, ум и силу;
* УПОТРЕБЛЕНИЕ наркотиков делает дружбу ненадежной, любовь ненужной, отношения с родителями – напряженными;
* СЕГОДНЯ нет возможности быстро и навсегда избавиться от наркотической зависимости. Чем раньше человек откажется от наркотика, тем больше шансов вернуться к нормальной жизни.

***Умей сказать «НЕТ!»***

Наркомания – тяжелое хроническое заболевание, которое приводит к множеству негативных явлений.

Если тебе предложат наркотики, сможешь ли ты отказаться?

ПОМНИ, что лучше предотвратить болезнь, чем потом её лечить!

***Просто скажи «НЕТ!»***

* Просто скажи «НЕТ!»
* Правильно мотивируй причину отказа: «Мне это не нужно», «Я не хочу вредить здоровью», «Это опасно для меня».
* Всегда будь готов к давлению, умей противостоять и отказаться. Распространители наркотиков очень изощрены, их задача – получить прибыль, вовлекая все больше людей в наркооборот.
* Умей развлечь себя другими способами: спорт, дружба, кино, туризм, интернет, музыка, танцы…
* Умей избегать неприятных ситуаций. Старайся быть подальше от тех мест, где собираются наркоманы.
* Умей выбирать друзей, настоящие друзья не предложат наркотики.
* Можно просто сказать «НЕТ» и уйти.
* Не бойся показаться самостоятельным в выборе решения.

