

***Благополучная жизнь
несовместима ни с курением, ни с
пьянством, ни с наркоманией.***

Здоровый и счастливый человек
свободен от этих пороков.

Зависимость заменяет всю
полноту жизни тем, что плещется в
стакане. Со временем настроение, а
затем и самочувствие становятся
зависимыми от приема алкоголя.
Человек, говоря бытовым языком,
спивается.

***Пиво – первый легальный
наркотик,*** прокладывающий путь
другим, более сильным
нелегальным наркотическим
средствам. Потребление пива-
первопричина искаленных судеб
миллионов наших
соотечественников.

***Ты можешь обратиться за
помощью, если у тебя или
твоих друзей возникли
проблемы***

**ПОДРОСТКОВЫЙ ТЕЛЕФОН
ДОВЕРИЯ**

92-96-56

72-66-44

**ВСЕРОССИЙСКИЙ ДЕТСКИЙ
ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ**

8 800 2000 122

НАШ АДРЕС:

410022,

г. Саратов, ул Азина, д. 28 А.

тел. 9 (845-2) 92-94-77

E-mail: vozvr@narod.ru

**Министерство социального
развития Саратовской области**

**Государственное бюджетное
учреждение Саратовской
области «Социально-
реабилитационный центр для
несовершеннолетних»
«Возвращение»**



САРАТОВ

Алкоголь, никотин, наркотики – вечные и коварные враги человечества.

Значительная часть людей пожизненно находятся в рабстве у этих веществ, недаром называемых дурманом, зельем, травой.

На улице, на дискотеке, когда хочется быть «как все», веселым, раскованным, трудно отказаться попробовать «дурь», когда ее предлагают знакомые.

Задай себе вопрос, а зачем это надо тому, кто тебе ее предлагает?

Правда в том, что тот, кто предлагает, не думает о тебе.

Скорее всего, так наркоман зарабатывает, чтобы купить себе дозу.

В среднем каждый наркоман за свою жизнь «подсаживает» на наркотики 10-20 человек.

Но это его жизнь, а зачем это тебе? У тебя есть право решать самому.

Для тех, кто твердо решил не попадать в зависимости от наркотиков, алкоголя и хочет следовать правилам здорового образа жизни – 5 НЕТ:

Первое твердое «НЕТ»! любым психоактивным веществам, в любой дозе, какой бы малой она не была, в любой обстановке, в любой компании. **Всегда только «НЕТ»**

Второе «НЕТ» безделью, праздному времяпрепровождению.

Возьми за правило каждый день ставить перед собой задачу: «Я сегодня сделаю два, три... полезных дела для себя, своих близких. Я их сделаю, сделаю до конца и хорошо». Это поможет укрепить силу воли и избавит от скуки и безделья.

Третье «НЕТ» тем сверстникам и той компании подростков, где прием алкоголя, никотина, наркотиков – дело обыденное.

Уважайте свое мнение и не поддавайтесь влиянию

окружающих сверстников, которые предлагают вам попробовать психоактивные и алкогольные вещества.

Четвертое «НЕТ» своей стеснительности, когда вам предлагают попробовать алкоголь, никотин, наркотик. **Жизнь дороже!**

Вы имеете полное право жить, веселиться и развлекаться так, как вам нравится.

Наркотики и алкоголь не приносят счастья. Источник подлинного удовольствия и радости находятся в вас самих!

Пятое «НЕТ» пиву! Пиво – «входные ворота» алкоголизма.

Надо помнить, что пиво - это напиток, содержащий алкоголь.

Алкоголь - это всегда алкоголь, и угроза развития алкоголизма растет пропорционально принятым дозам.

Пивной алкоголизм – это болезнь. Пивной алкоголизм формируется от 1 года до нескольких лет, протекает тяжело и последствия разрушительны.