



**Будь свободным!**

**Цени жизнь  
в ярких красках!**



**Кто поможет в  
трудной ситуации:**

Телефон Управления МВД  
России по  
Ямало - Ненецкому  
автономному округу:  
**8 (34922) 7-62-22** или **02**,  
с сотовых операторов **112**.

Принимается любая  
информация о  
фактах незаконного оборота  
наркотических средств  
и психотропных веществ.

Психологическая служба  
ГБУЗ «Ямало-Ненецкий  
окружной  
психоневрологический  
диспансер»:

**8 (34922) 6-23-73**

**Выбор есть  
всегда!**





**Жить в иллюзиях?  
Не принадлежать себе?**



## Знай!

По данным Министерства здравоохранения РФ в нашей стране около **2,5 миллионов наркозависимых лиц**. Основные потребители наркотиков - молодежь в возрасте от 18 до 25 лет.

Ты уже слышал о спайсах?

«Спайсы» – это курительные смеси, в состав которых входит синтетический каннабиноид, обладающий психотропным и наркотическим действием. Ядовитые вещества, содержащиеся в смесях, разрушают центральную нервную систему, мозг, сердце, легкие, способствуют развитию неврастенических расстройств.

Наркомания – это страшное заболевание, угрожающее своими масштабами, которое не только наносит ущерб психическому и физическому здоровью молодого человека, но зачастую приводит к смерти.

Ежегодно почти **75 тысяч человек впервые пробуют наркотики, а 30 тысяч - погибают вследствие их потребления.**

**Никто не хочет оказаться в их числе!  
Береги здоровье!**



## способов сказать «НЕТ!»

- 1 НЕТ! Я не собираюсь травить свой организм!
- 2 НЕТ! В будущем я хочу иметь здоровую семью!
- 3 НЕТ! Мне не хочется умереть молодым!
- 4 НЕТ! Я и без этого превосходно себя чувствую!
- 5 НЕТ, спасибо! Это опасно для жизни!

## Будь внимателен! Не попади в ловушку!

Будь информирован, старайся узнать как можно больше о вреде наркотиков и последствиях их потребления, но помни, источник должен быть достоверным!

Если тебе предлагают наркотики – будь спокойным, четко и ясно дай понять, что ты уже для себя решил не пробовать и не употреблять наркотики!

Отказывайся, не вступая в переговоры.

Ты не должен никому давать какие-то объяснения.  
Повернись и молча уйди!

### Всегда помни, что наркотики:

- толкают людей на преступления
- дают фальшивое представление о счастье
- приводят к несчастным случаям
- разрушают семьи
- уничтожают дружбу
- не дают мыслить самостоятельно
- разрушают физическое и психическое здоровье
- делают человека слабым и безвольным

### Поверь!

Наркотики не бывают «на какое-то время»!

- 6 НЕТ! Я за витамины - хочу быть здоровым!
- 7 НЕТ, спасибо, у меня на это аллергия!
- 8 НЕТ, спасибо, у меня и так хватает неприятностей!
- 9 НЕТ! Я спешу в кино. Хочешь, пойдём со мной!
- 10 НЕТ! Я занимаюсь спортом. Мой тренер не одобрит!

**Поздравь себя! Отказ от пробы наркотика - единственный и самый надежный способ не попасть в смертельную игру, которая называется «наркозависимость».**