

ТВОЙ МИР

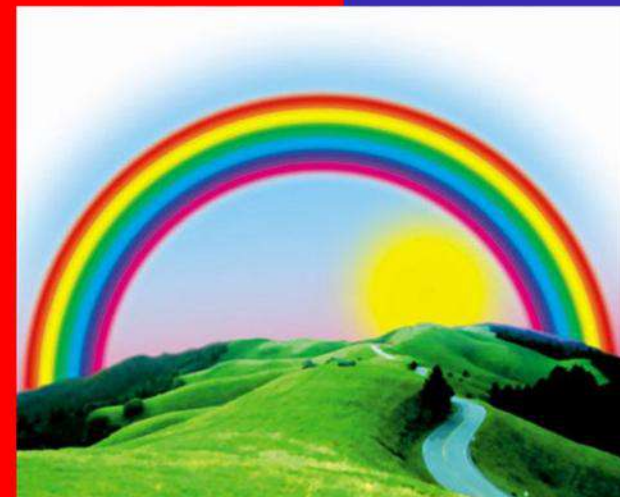


без наркотиков

Важно научиться говорить «Нет!»

4 совета, как быть успешным

1. Умей проявлять и принимать свои эмоции и уважать чувства окружающих. Говори близким о своей любви, делись с ними не только радостью, но и заботами.
2. Умей делать самостоятельный выбор и принимать ответственные решения.
3. Научись уважать себя и других. Каждый человек имеет свой внутренний мир, который индивидуален и представляет большую ценность.
4. Имей цель в жизни и понимай для чего ты живешь. Человек приходит в этот мир совершенствоваться и развивать себя и окружающий мир. Наркотики встают преградой на пути развития и жизни человека, увлекая его в царство смерти!



Не дай
управлять собой!



Восемь способов
сказать **•НЕТ!!!•**

1. Говори: «Нет, спасибо».

2. Объясни причину отказа.

3. Повтори несколько раз свой отказ («заезженная пластинка»).

4. Уйди.

5. Смени тему разговора.

6. Избегай критических ситуаций (порой предвидя их).

Тебе знакомы места, где пробуют наркотики, ведут себя недостойно. Лучше не ходи туда, избегай таких мест.

7. Используй так называемый «холодный душ».

— Ты чего вчера сбежал, побоялся выпить, покурить? Пойдем сегодня, попробуешь.

Не обращая на него внимания, игнорируй его, уходи.

8. Сила в коллективе и в друзьях.

Друзи и встречайся с теми, кто тебя понимает, кто поможет тебе в трудный момент, кто придет к тебе на помощь и поддержит тебя.

Как страшно жить в крошечной тьме!
Свой путь, ты правильно найди,
Чтобы всегда, тебе и мне
Был свет надежды впереди.
У всех есть выбор: быть или не быть,
Земля в цветах или огонь в потёмках.
Нельзя нам так бездушно хоронить
То, что на свете вверено потомкам!
И мы повторим на всех языках:
Тревога! Проснитесь люди!
Спасенье планеты в наших руках -
Другого шанса не будет!

Наркомания — это
искусственное счастье.



Не верь!

Если с тобой это случится,
самостоятельно вернуться к здоровому
состоянию невозможно в принципе.

**СДЕЛАЙ ПРАВИЛЬНЫЙ
ВЫБОР!!!**

Это так просто!
Позвони, тебе смогут помочь!

**ЕДИНЫЙ ОБЩЕРОССИЙСКИЙ
ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ ДЛЯ
ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ
И ИХ РОДИТЕЛЕЙ
8-800-2000-122**

