

Здоровый образ жизни – здоровые
привычки

МЫ – ПРОТИВ НАРКОТИКОВ!

Человек часто сам
себе злейший враг.

Цицерон

Причины употребления наркотиков

- Подражание образу жизни друзей.
- Сниженная самооценка.
- Тяжело переносят конфликты.
- Испытывают трудности в общении со сверстниками.

Крайне тревожная статистика

- 44,8% несовершеннолетних знакомы с употреблением наркотиков.
- За последние 10 лет число смертей от наркотиков увеличилось в 12 раз, среди детей – в 42 раза.
- 1 наркоман за год втягивает в «порочный круг» от 4 до 17 человек.
- Рост наркомании обостряет проблему СПИДа

Опасные заблуждения

- Наркоманом может стать лишь человек, постоянно употребляющий наркотики.
- Деление наркотиков на опасные и почти безопасные.
- Возможность почувствовать развитие зависимости и при необходимости остановиться.

В подростковом возрасте
зависимость может
сформироваться в
результате однократного
употребления
наркотического вещества.

Отношение к наркотикам

- Употребляющие и втягивающие других.
- Употребляющие, но понимающие опасность.
- Активные противники.
- Равнодушные противники.
- Не определившие свое отношение к наркотикам.

Факторы риска

- Биологические.

Тяжелые и хронические заболевания, сотрясения головного мозга, алкоголизм или наркомания у родителей, психические заболевания у кого-либо из близких родственников.

- Социально-психологические.

Семейное неблагополучие, низкий материальный достаток, плохие условия проживания, неполная семья, сильная и постоянная занятость родителей.

Наркотики и их жертвы

<u>Психодепрессанты</u> (препараты опия)	<u>Психостимуляторы</u> (синтетические вещества)	<u>Галлюциногены</u> (препараты индийской конопли)
Опийная наркомания – одна из самых тяжелых и опасных. Очень трудно поддается лечению.	Очень велика опасность передозировки с тяжелыми последствиями, вплоть до смерти.	Страшные галлюцинации, что человек готов выброситься из окна.

Профилактика - это прежде всего активная работа по предупреждению наркомании. Надо сделать так, чтобы молодые люди отказывались от предложений попробовать наркотик, сознательно противостояли вовлечению в наркоманию.

**Занятия спортом –
реальная альтернатива
миру наркотиков.**



Физическая культура – это
здоровье,
движение – это жизнь,
а здоровая жизнь – это счастье.

Я выбираю здоровый образ жизни



Спорт в разнообразных проявлениях – это органическая составляющая, без которой невозможна полнота жизни. Именно спорт помогает вырабатывать качества, необходимые человеку на протяжении всей жизни.

Жизнь – ДА!

Наркотики – НЕТ!