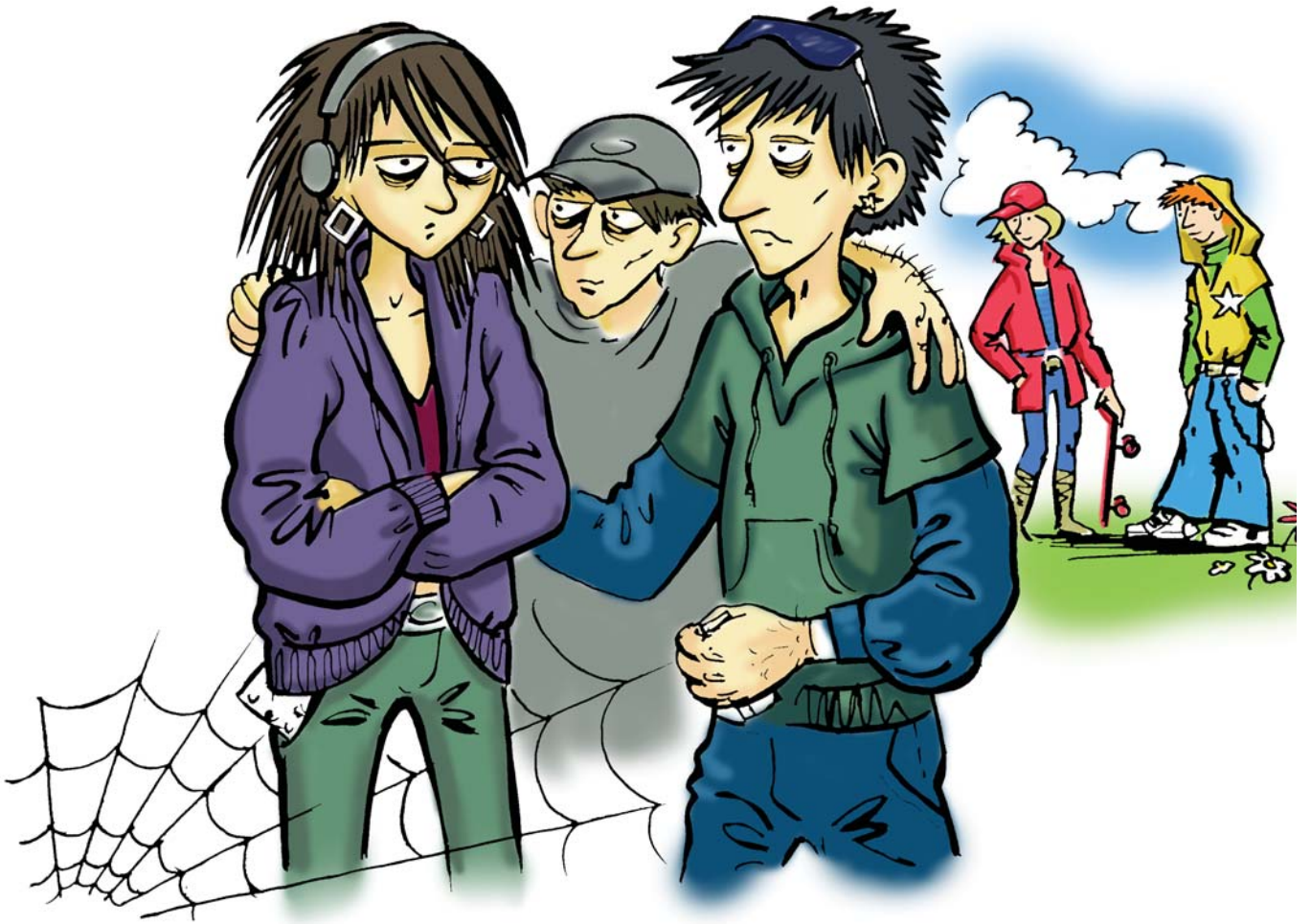


## Децо про наркотики...



Тебе, звичайно, вже «дістала» інформація про шкоду від тютюну, алкоголю, наркотиків. Скрізь і усюди ти чуєш повчання – «це погано, це вбиває...». А Ти дивишся на дорослих, які палять і п'ють, і думаєш: «Навіщо брехати? Ви всі це робите і живете начебто нормально».

Спробуймо розібратися, в чому насправді полягає шкода від наркотичних речовин. До речі, тютюн і алкоголь – це теж наркотики. Дійсно, практично немає органу в нашому організмі, на який би не впливали негативно наркотики. Ти це знаєш. Всі ці речовини винайшла людина. А матінка-природа не створювала ці речовини для вживання людиною.

Це робиться для того, щоб «загнуздати» молодих, тобто зробити їх залежними від вживання наркотичних речовин і викачувати з них гроші, багато грошей.

Вживання наркотиків суперечить природі людини. Тварин не змушиш навіть понюхати цю гидо-

ту! Інстинкт їм підказує, що це отрута.

А що роблять з Твоїми інстинктами? Тобі забивають мозок, що палити, пити – це ознака дорослості, що в житті треба все спробувати, що всі так чи інакше починають пити. Пиво взагалі вважають водою. Але пиво також містить достатньо алкоголю, який зовсім не потрібний нашому організму. І взагалі, чи знаєш Ти, що в людському організмі є певний відсоток так званого «внутрішнього алкоголю» і все, що ми вливаемо в нього ззовні організму абсолютно не потрібно.

Просто знай, що Тебе обдурюють! Наркотичні речовини потрібні наркоділкам для того, щоб маніпулювати Тобою, Твоєю свідомістю, Твоїми діями, тобто «тримати на прив'язі». Купуючи сигарети, алкоголь, наркотики, Ти працюєш на людей, які досягли достатку, розбагатіли, продаючи їх. Ти знищуєш своє здоров'я, а вони продовжують накопичувати капітал!

Адже стільки цікавого довкола! Можна радіти життю, жити насичено й гармонійно, знаходячи для себе щось цікаве. Можна ходити в походи, вчитися грати на гітарі, плавати на байдарці, займатися боротьбою, дзюдо, йогою... та хіба мало цікавого поруч?! Налаштуйся на себе, на свої бажання. Пам'ятай, що в кожній людині БАГАТО МОЖЛИВОСТЕЙ! Уникай пропозицій покурити – «за компанію», випити – «ми ж дорослі», спробувати наркотики – «це круто, це нове». Знай, що залежність в підлітковому віці формується набагато швидше, ніж у дорослої людини. А позбутися залежності завжди дуже важко! Краще уникай пробувати ЦЕ!

І ще. Зараз в багатьох розвинених країнах світу молоді люди кидають палити, пити. Вони пропагують здоров'я, різні захоплення для того, щоб тіло було красивим, завжди струнким, щоб думки були бадьорими, енергійними, а настрої – завжди відмінні. Банально, але факт – «здорове тіло – здоровий дух!» Таких захоплених людей і в Україні стає все більше.

## Поради для Тебе!

- Перш ніж прийняти пропозицію спробувати наркотик, добре подумай, для чого Тобі його пропонують.
- Вчися говорити «НІ»! Варто лише один раз твердо відмовитися від ризикованої пропозиції і далі Тобі буде набагато легше відстоювати свою позицію.
- Знай, що всі наркозалежні шкодують про те, що почали вживати наркотики. Вони на своєму гіршому досвіді переконалися, що самотужки позбутися цієї залежності вкрай важко.
- Якщо Ти бажаєш гострих відчуттів – їх багато довкола, варто лише озирнутися. І для цього зовсім не обов'язково руйнувати своє здоров'я наркотиками і ставати наркозалежним.
- Скажи «НІ !!!» ділкам тютюнового, алкогольно-

го, наркотичного бізнесу! Приєднуйся до молодих, енергійних, здорових, веселих і успішних!

## Куди можна звернутися?

- Якщо все ж відчуваєш залежність, не намагайся боротися самотужки. Є служби, які допоможуть Тобі. Звернися в Центр соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді або в «Клініку, дружню до молоді» (КДМ) ([www.ohmatdet-center.org.ua](http://www.ohmatdet-center.org.ua)), а також в Центральну наркологічну консультативну поліклініку Українського медичного та моніторингового центру з алкоголю та наркотиків МОЗ України (телефон 44 593-66-01). У цих установах з розумінням поставляться до Твоєї проблеми, направлять на консультацію, допоможуть знайти потрібного фахівця.
- Не варто відмовлятися і від допомоги близьких людей. Це зло можна здолати лише разом! Близькі люди підтримають Тебе і теж можуть допомогти знайти потрібного фахівця.

*Буклет створено в рамках проекту підтримки розвитку «Клінік, дружніх до молоді» за сприяння Міністерства охорони здоров'я України та Представництва ЮНІСЕФ в Україні*

**Методично-організаційний моніторинговий центр НДСЛ «ОХМАТДИТ»**

[www.ohmatdet-center.org.ua](http://www.ohmatdet-center.org.ua)

Адреса: 01135, м. Київ, вул. Чорновола, 28/1

Тел. (44)236-60-16

E-mail: [L\\_romanenko@ukr.net](mailto:L_romanenko@ukr.net)