

## Способы отказа от употребления:

- ✓ Твердое «Нет» без объяснений, оправданий и суеты.
- ✓ Выбрать союзника: найти в компании человека, разделяющего вашу жизненную позицию, способного оказать вам поддержку.
- ✓ Сменить тему: заговорить о чем-то другом (спорт, хобби, дискотеки).
- ✓ Напомнить об ответственности и законах.
- ✓ Привести уверенно доводы о важности сохранения здоровья.
- ✓ Задавать вопросы, оказывать давление, выясняя цель предлагающего употребить.
- ✓ Прекратить общение или просто уйти.
- ✓ Сослаться на аллергию или наличие болезней.
- ✓ Сказать, что это не в твоём стиле и тебе неинтересно.

## Будьте достойным примером для подражания.

Старайтесь вести здоровый образ жизни и заполнять свой досуг интересными и полезными занятиями.

Поддерживайте здоровые традиции вашей семьи. Совместные выезды на природу, настольные игры в семейном кругу, просмотр фильмов и совместные чтения помогают укреплять семейные узы и возвращать теплоту между вами.

## Помните, проблему легче предотвратить заранее!



КГБУ Краевое государственное бюджетное учреждение «Хабаровский центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»



г. Хабаровск, Трамвайный проезд, 5а, пер. Фабричный, 23а

+7 (4212) 30-74-70  
+7 (4212) 21-29-69

pmss2002@yandex.ru

### Приемные дни центра:

понедельник - пятница  
с 09.00 до 18.00  
Обед: с 13.00 до 14.00

### Телефоны доверия:

**8-800-2000-112**  
**30-70-92, 30-50-60**

МИНИСТЕРСТВО  
ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
ХАБАРОВСКОГО КРАЯ



## Знай правду - соблюдай закон!

## Уважаемые родители!

Стремиться к ярким ощущениям – естественная потребность всех молодых людей. Естественно также искать способы отвлечься от неприятных мыслей и переживаний, которые присущи подростковому возрасту и юношеству.

Неестественно, когда такими способами молодые люди лишь разрушают свою жизнь и здоровье.

Не имея здоровой альтернативы и теплых отношений с близкими, подростки находят выход в употреблении психоактивных веществ, подражая своим кумирам и сверстникам.

Невозможно изолировать ребенка от окружающей его реальности, просто запретив употреблять запрещенные вещества и гулять с друзьями. Важно помочь ему сформировать собственное здоровое отношение к подобным веществам.

Именно внутренняя позиция и ваша поддержка станут его главной защитой против наркотических соблазнов и уберегут от «плохих» компаний.



Сейчас широко распространены синтетические наркотики – «соли» и «спайсы». Это полученные химическим путем разновидности запрещенных наркотиков (опиума, марихуаны).

Последствия употребления:

- быстрое привыкание (с 1-2 раза)
- тяжелые поражения органов человека
- дезориентация в пространстве
- галлюцинации
- приступы паники
- тошнота, судороги
- потеря сознания вплоть до комы
- кровоизлияния в мозг

Родители, помните, что за **любым поведением ребенка** стоят **какие-то неудовлетворенные потребности**: в понимании, в любви, в утешении и признании собственной ценности. Помогите ребенку получить то, в чем он нуждается, здоровым способом, не прибегая к анестезии в виде наркотиков.

Помогите детям разобраться в информации о наркотиках и наркомании. Ознакомьтесь с доступными материалами и постарайтесь довести достоверные сведения о вреде наркотиков до сознания ребенка в непринужденной беседе, при просмотре телепередач или во время совместного досуга.

Обсудите с ребенком вопросы ответственности за употребление и распространение наркотиков.

## Ответственность за правонарушения в сфере незаконного оборота наркотиков

- ✓ **Употребление наркотиков** – штраф 4-5 тыс. рублей или арест на 15 суток (КоАП РФ статья 6.9)
- ✓ **Незаконное культивирование растений, содержащих наркотические вещества** – штраф 4-5 тыс. рублей или арест на 15 суток, в крупном и особо крупном размере – от 2 до 8 лет лишения свободы (статья 231 УК РФ)
- ✓ **Приобретение, изготовление, хранение наркотиков** – штраф 4-5 тыс. рублей или арест на 15 суток. Приобретение в значительном, крупном и особо крупном размере – лишение свободы от 2 до 15 лет (статья 228 УК РФ)
- ✓ **Производство, сбыт и пересылка наркотиков** – в значительном и крупном размере – лишение свободы от 4 до 20 лет, в особо крупном размере – пожизненное лишение свободы (статья 228.1 УК РФ)
- ✓ **Склонение к употреблению наркотических средств** – лишение свободы от 6 месяцев до 10 лет (статья 230 УК РФ)

**Подростка, не обладающего четкой психической установкой и навыками отказа от наркотиков, легко вовлечь в их употребление.**