



**Антинаркотическая  
направленность и популяризация  
здорового образа жизни**

Всё в природе борется за чистоту, справедливость, жизнь. Маленький цветок тянется к солнцу. Ему нужно вырасти, показать свои свежие листочки, красивые ароматные цветки, бросить семена в землю, чтобы выросли другие молодые цветки. Также и человек – частичка природы, старается быть сильным, добрым, умным, здоровым, независимо от окружающих обстоятельств. Человек радуется красоте природы: синему морю, теплому солнцу, завораживающим звёздам. Но он может, конечно, всего этого не увидеть, если попробует хоть раз наркотики.



Одной из основных задач, стоящих сегодня перед обществом, является решение проблемы формирования принципов здорового образа жизни. Положение нашей страны в современном мире во многом зависит от морального, духовного, физического и социального здоровья будущих поколений россиян. Молодежь – самая прогрессивная и перспективная часть населения, в то же время оказывается самой незащищенной перед реальными угрозами современности, главной из которых является наркомания.

**Наряду с информационной антинаркотической пропагандой, обязательной составляющей эффективной профилактики наркотизма должны стать:**

**здоровые формы активного отдыха, развитие новых интересов и увлечений, способствующих личностному развитию и росту молодежи.**



# Самые распространенные мифы о наркотиках

## МИФЫ

От очередного употребления наркотика всегда можно отказаться.

Наркотики дают ни с чем несравнимое ощущение удовольствия.

Наркотики бывают «лёгкими» и «тяжёлыми». Травка - «лёгкий» наркотик, не вызывающий привыкания.

Наркоманами становятся только слабые и безвольные.

Лучше бросать постепенно.

## ФАКТЫ

Отказаться можно только один раз - первый. Даже однократное потребление наркотика может привести к зависимости.

Эйфория быстро исчезает и в дальнейшем наркотики принимают, чтобы снять мучительное, болезненное ощущение - ломку.

Все наркотики вызывают привыкание. Любой наркотик убивает, это только вопрос времени.

Зависимость от наркотиков - это заболевание, и, как и любое заболевание, оно не имеет отношения к силе воли.

Запомните, можно снять физическую зависимость, ломки и прочее. Но психологическую - невозможно.

Юность - время, когда ты каждый день строишь свою будущую жизнь. Благополучие твоей жизни зависит от твоего здоровья, трудоспособности, созидательной энергии, образования и культуры. Главное - это всегда ощущать свою ответственность за его сохранение и постоянно вырабатывать в себе привычки здорового образа жизни.



**Здоровье - это твой личный  
ответственный выбор**