

НАРКОТИКИ



НЕПРАВДА! что прием наркотиков может стать романтическим ритуалом. Они вполне могут спровоцировать негативную реакцию твоего организма: рвоту, спазмы желудка, расстройство кишечника.

НЕПРАВДА! что синтетический препарат ЛСД (диэтиламид лизергиновой кислоты)– способ развить чувствительность и вызвать вдохновение. Он только искажает образ мира в твоём сознании.

НЕПРАВДА! что курить «травку» безопаснее, чем обычный табак. Конопля также содержит вредные смолы и другие вещества, вызывающие рак легких.

НЕПРАВДА! что марихуана не вызывает привыкания. Она так же жестоко подчиняет себе волю и тело, как любой другой наркотик.

НЕПРАВДА! что наркотик помогает найти вдохновение. Он крадет творческие силы, отравляет сознание и воображение.

НЕПРАВДА! что наркотик открывает дорогу к известности. Это дорога в никуда. За эту истину многие таланты уже заплатили своими жизнями.

НЕПРАВДА! что наркоманом может стать только «слабак». От этого не застрахован никто! «Сильные» тоже попадают в зависимость. Наркотик может любого лишить сил и воли.

Список литературы:

1. Александров А. А. Курение и его профилактика в школе / А. А. Александров . — Москва : Истоки, 1996 . — 126 с.
2. Бенюмов В .М. Вред алкоголя, никотина и наркотиков / В. М. Бенюмов . — Киев, 1989.— 125 с.
3. Борисов Е. В. Алкоголь и дети / Е. В. Борисов. — Москва : Знание, 1983 . — 116 с.
4. Буянов М. И. Размышления о наркомании / М. И. Буянов.— Москва : Просвещение, 1990 . — 141 с.
5. Горбатенко Л. С. Родителям и педагогам: все о наркомании. Эффективная программа профилактики, темы и материалы для классных занятий.— Ростов на Дону : Феникс, 2005 . — 352 с.
6. Деларю В. В. Губительная сигарета / В. В. Деларю . — Москва : Знание, 1982 . — 89 с.
7. Запорожченко В. Г. Образ жизни и вредные привычки / В. Г. Запорожченко . — Москва : Просвещение, 1982 . — 99 с.
8. Классные часы и беседы для старшеклассников : методическое пособие / под ред В. В. Аршиновой . — Москва: Сфера, 2007 . — 128 с.
9. Наркомания и незаконный оборот наркотиков. Вопросы теории и практики противодействия: учеб. пособие / Ю. М. Ермаков, С. А. Исаков, А. В. Симоненко.— Москва : ЮНИТИ—ДАНА, 2006 . — 304 с.
10. Предупреждение подростковой и юношеской наркомании.— Ленинград : Лениздат, 2001. — 154 с.

Муниципальное бюджетное учреждение культуры
«Централизованная библиотечная система
г. Белгорода»
Модельная детская библиотека-филиал №12

Памятка читателям среднего и старшего школьного возраста

12+

"Нарко-нет!"

СКАЖИ ЖИЗНИ "ДА"

НИКОТИН

Сколько раз в день ты видишь картинку: зажженная сигарета и бутылка пива в руках? На самом деле она мало чем отличается от кадра из исторического фильма, где человек корчится от боли, выпив яд из бокала. Не веришь? Напрасно. Алкоголь и сигаретный дым тоже отравляют организм, но делают это постепенно. Самое опасное в сигаретах и спиртном, как и в наркотиках, то, что начальная эйфория и радость, которую они вызывают, очень скоро сменяется другой стадией - привыканием. Кстати, в средневековье королям специально давали небольшие дозы мышьяка, чтобы организм, привыкнув к яду, не реагировал на него. Добивались этим лишь одного: умирание растягивалось на несколько лет. Вот и организм курильщика или пьющего человека сначала привыкает к тому, что в него поступает яд, затем требует все больших и больших доз, пока, наконец, отравленный, не утрачивает способность с ним бороться. В этом алкоголь, никотин и наркотики – одинаковы. Почему же тогда люди тянутся к бутылке и сигарете, если знают, что это вредно? Объяснение простое: и алкоголь, и никотин, и наркотики содержат вещества, влияющие на психику человека, способные бодрить или успокаивать. Так появляется иллюзия, что сигарета или бутылка пива помогают преодолеть страх, побороть сомнения, справиться с волнением или тревогой. И хотя степень приносимого ими вреда может быть разной, все химические вещества вызывают сначала психологическую, а потом и физическую зависимость, желание вновь и вновь спровоцировать искусственное чувство спокойствия или уверенности в себе.



НЕПРАВДА! что сигарета помогает расслабиться. Никотин только возбуждает нервные окончания на короткий срок.

НЕПРАВДА! что сигарета помогает думать. Курение, наоборот, распыляет внимание.

НЕПРАВДА! что сигарета помогает найти решение твоих проблем. Дым рассеется, а проблемы за это время станут только острее.

НЕПРАВДА! что «легкие» сигареты приносят меньше вреда. Начиная с 1980-х годов табачные концерны расплачиваются за свое вранье по искам в судах разных стран.

СИГАРЕТА НЕ! подарит тебе свежести и **НЕ!** даст ощущения приключения, как об этом кричит реклама. Настоящие приключения не имеют ничего общего с табаком

АЛКОГОЛЬ



НЕПРАВДА! что алкоголь помогает почувствовать уверенность в себе. Он просто лишает чувства реальности.

НЕПРАВДА! что алкоголь дает силы для героических поступков. Пьяные геройства заканчиваются в лучшем случае в больнице или отделении милиции.

НЕПРАВДА! что алкоголь помогает завоевать авторитет в компании. В пьяном виде ты скорее наговоришь глупостей или покажешь себя в неприглядном виде.

НЕПРАВДА! что алкоголь дает ощущение свободы. Он, как и наркотики, подчиняет твою волю и вызывает зависимость.

НЕПРАВДА! что лучше пить, чем принимать наркотики. Алкоголь тоже яд, только более привычный. Он так же разрушает мозг и весь организм.