

Как научиться говорить:
«НЕТ», если тебе предлагают
наркотики?

Можно просто сказать: «НЕТ».
Правильно мотивируй причину отказа: Всегда будь готов к давлению, умей противостоять и отказаться.

Нет, я не употребляю
наркотики.

Этот ответ, который не требует объяснения, и может звучать вслед за предложением любого вида наркотиков.

Нет, спасибо мне надо идти на
тренировку.

Рациональное обоснование отказа не вызовет удивление у тех людей, которые предлагают попробовать наркотик. Это также не вызовет у них особых опасений, они убедятся, что вы не

их жертва и очень быстро потеряют интерес.

На вопрос «Тебе слабо?»
можно ответить следующим образом: **Мне Слабо сидеть на игле всю свою оставшуюся жизнь.**

Спасибо, нет. Это не в моем стиле. Почему ты продолжаешь давить на меня если я уже сказал **«нет»?** Наркотики меня не интересуют.

Если собеседник начинает подтрунивать над отказом, **нужно поддержать «шутливую» форму разговора.**

Если давление будет все настойчивее, нужно помнить, что **Всегда можно просто уйти.**

Выбрать союзника, поискать в компании человека, который согласен с тобой.

Умей выбрать друзей, ведь настоящие друзья не предложат наркотики.

«Мне это не нужно», «Я не хочу вредить здоровью», «Это опасно для меня».

Не бойся, показаться самостоятельным в выборе решения.



Твоя Жизнь – Твоя Ценность.

Помни: наркотики предлагают лишь кратковременное ложное удовольствие, за которое приходится платить слишком высокую цену – своё здоровье, свободу, будущее и саму жизнь.

Наркомания в России ежегодно уносит 30000 жизней.

Лучший способ не попасть в зависимость от наркотиков - никогда их не пробовать!



Береги себя!

Помни!

Ты уникален и ценен.

У тебя есть потенциал для великих дел.

Выбирай жизнь, здоровье и счастье!



**Наш адрес. с. Каратузское,
ул. Колхозная, 95
Телефон: 8(39137) 22-3-36
662850**

Краевое государственное бюджетное учреждение социального обслуживания «Комплексный центр социального обслуживания населения «Каратузский»

**Памятка
по профилактике наркомании**



Наркотики — это уже не круто!

Сегодня модно быть здоровым!

с. Каратузское
2026 г.