

МБУ «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»  
г. Майкоп, ул. Пушкина. Д. 155.  
Сайт: [www.mbuokus01.ru](http://www.mbuokus01.ru)  
Телефоны: 8 (8772) 54-56-58

МБУ\_SPP

Если у тебя есть вопросы и ты хочешь получить консультацию врача-нарколога – можно обратиться в Государственное бюджетное учреждение здравоохранения Республики Адыгея «Адыгейский республиканский наркологический диспансер» по адресу: РА, г. Майкоп, ул. Кужорская 91, каб.2 (тел.: 54-92-31, 54-69-51).

**СКАЗАТЬ**

«Я планирую жить долго и счастливо»

«Это опасно, для моего здоровья»

«Не хочу быть рабом чего-либо»

«Мне не нужны проблемы»

«Мне это не нужно»

«Я не хочу!»

**ПРОСТО:**

Всегда будь готов к давлению, умей противостоять и отказаться.

Задача тех, кто предлагает тебе наркотики – получить прибыль, вовлекая все больше людей.

Умей развлечь себя другим способом. Умей выбирать друзей: настоящие друзья не предлагают наркотики.

**ТЫ ЕДИН**  
8-800-2000-122  
ВЫХОД ЕСТЬ!  
ЗВОНИ ИЛИ СКАНИРУЙ

Комитет по образованию

Администрации муниципального образования «Город Майкоп»

Муниципальное бюджетное учреждение

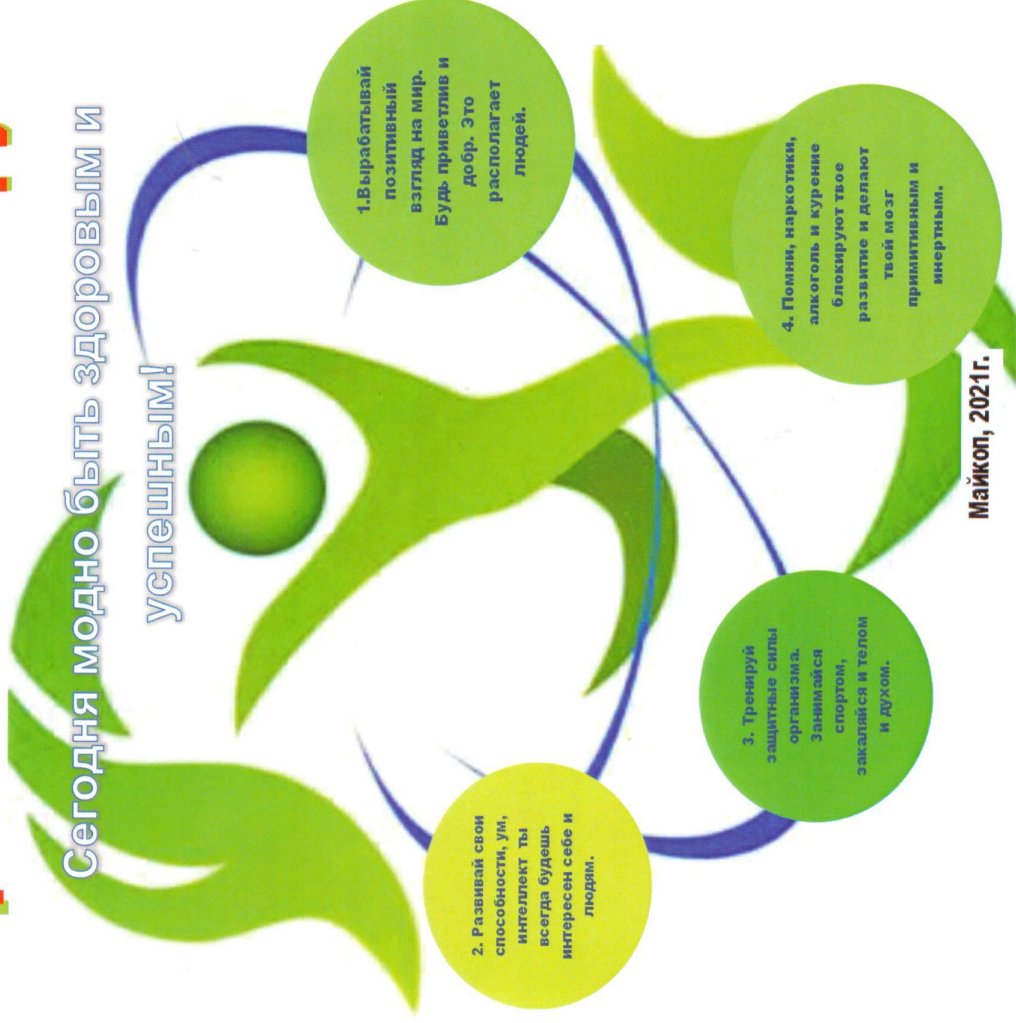
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»

Государственное бюджетное учреждение здравоохранения Республики Адыгея

«Адыгейский республиканский наркологический диспансер»

# Наркотики – это НЕ круто!

Сегодня модно быть здоровым и успешным!

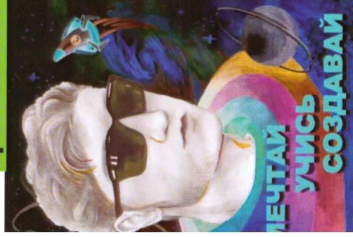


Майкоп, 2021г.

## Ты сказал «НЕТ»: «НЕТ»:

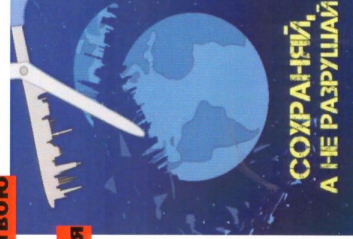
- испытал уважение к себе как личности;
- заставил других уважать себя за то, что имеешь собственную точку зрения и позицию;

- повысил свою самооценку;
- сохранил здоровую психику;
- оградил от несчастья себя и свою семью



## Ты сказал «ДА»: «ДА»:

- потерял уважение к себе, потому что позволяешь собой управлять и манипулировать;
- потерял уважение других, поскольку они видят твою деградацию;
- разрушил отношения с родителями и близкими людьми;
- перечеркнул свое будущее.



### СКАЗАВ «НЕТ», ВЫ ФОРМИРУЕТЕ СВОИ ЖИЗНЕННЫЕ НАВЫКИ:

- умение отказываться от рискованных предложений;
- видеть положительные и отрицательные стороны явлений;
- выражать правильно свои чувства;
- развивать уверенность в себе;
- управлять своими чувствами;
- укреплять связи с семьей;
- развивать критическое мышление;
- осознавать негативное влияние, давление и манипуляции со стороны других.

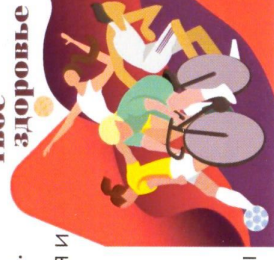
### «Быть здоровым – это клёво!»

В период 2018-2023 год Комитетом по физической культуре и спорту Администрации муниципального образования «Город Майкоп» реализуется муниципальная программа «Майкоп - спортивный город».

Целью программы является улучшение качества жизни населения муниципального образования "Город Майкоп"

путь развития физкультурно-спортивной работы. Одна из главных задачи программы: Организация и проведение массовых физкультурно-спортивных мероприятий, в которых Ты, Твоя Семья и друзья можете принять участие. О всей актуальной информации по реализации данной программы можно узнать на официальной страничке в инстаграм: @sportkom01.

**Физическая культура – здоровье**



### 7 ПРИЧИН ОТКАЗАТЬСЯ ОТ НАРКОТИКОВ.

1. Тебе не придется врать и изворачиваться.
2. Тебя не будут сторониться друзья.
3. Ты не будешь отдавать свои деньги наркоторговцам.
4. Тебе не придется погрошайничать и воровать для продажи вещи своим близким.
5. Тебе не придется судорожно искать дозу каждые несколько часов.
6. Ты не станешь изгоем в обществе и инвалидом в самом активном возрасте.
7. Ты создашь семью, и твои дети не будут тебя стыдиться.