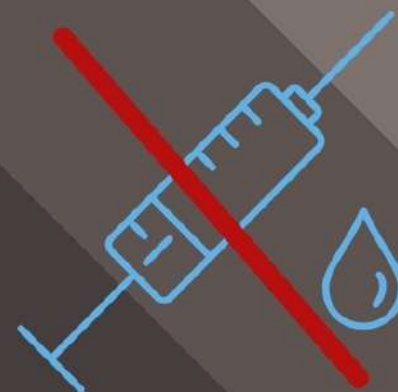


26 ИЮНЯ МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ БОРЬБЫ С НАРКОМАНИЕЙ

Учрежден в 1987 году
Генеральной Ассамблеей ООН
в знак выражения своей
решимости усиливать
деятельность и
сотрудничество для создания
международного общества,
свободного от наркотиков



КАК УБЕРЕЧЬ ДЕТЕЙ ОТ НАРКОТИКОВ

[рекомендации родителям]

1. Общайтесь друг с другом

Общение - основная человеческая потребность, особенно для родителей и детей. Отсутствие общения с Вами заставляет его обращаться к другим людям, которые могли бы с ним поговорить

2. Выслушивайте друг друга

Умение слушать – основа эффективного общения. Умение слушать означает: быть внимательным к ребенку; выслушивать его точку зрения; уделять внимание взглядам и чувствам ребенка; не надо настаивать, чтобы ребенок выслушивал и принимал Ваши представления о чем-либо

3. Ставьте себя на его место

Подростку часто кажется, что его проблемы никто и никогда не переживал. Было бы неплохо показать, что вы осознаете, насколько ему сложно. Договоритесь, что он может обратиться к Вам в любой момент, когда ему это действительно необходимо

5. Дружите с его друзьями

Именно от окружения во многом зависит поведение детей, их отношение к старшим, к своим обязанностям, к школе. Поэтому важно в этот период – постараться принять участие в организации досуга друзей своего ребенка

7. Подавайте пример

Родительское пристрастие к алкоголю и запрет на него для детей дает повод обвинить Вас в "двойной морали". Станьте положительным примером для ребенка и он будет перенимать Ваши положительные качества!

4. Проводите время вместе

Для ребенка важно иметь интересы, которые будут самым действенным средством защиты от табака, алкоголя и наркотиков. Поддерживая его увлечения, Вы делаете очень важный шаг в предупреждении от их употребления

6. Помните, что Ваш ребенок уникален

Когда ребенок чувствует, что достиг чего-то, и Вы радуетесь его достижениям, повышается уровень его самооценки. А это, в свою очередь, заставляет ребенка заниматься более полезными и важными делами, чем употребление наркотиков





**ТЕЛЕФОН
ДОВЕРИЯ МВД ПО
РЕСПУБЛИКЕ КОМИ
8(8212) 21-66-35/
 28-23-10**

**УПРАВЛЕНИЕ ПО
КОНТРОЛЮ ЗА
ОБОРОТОМ
НАРКОТИКОВ
МВД ПО
РЕСПУБЛИКЕ КОМИ**

**Тел.
8(8212) 28-12-01**



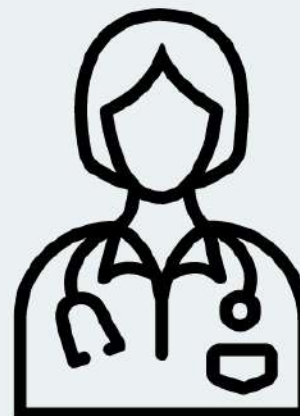
**ОМВД РОССИИ ПО
Г. УХТЕ:**

**Тел.
(8216) 73-90-02
либо "02"
(со стационарных
телефонов) или
"102" (с мобильных
средств связи)**

- e-mail: mvd11@mvd.gov.ru
- сайт МВД по Республике Коми: 11.mvd.rf

**Сообщите, известную Вам информацию
о фактах незаконного оборота
наркотиков!**

Получить консультацию:



**ВАШ ЗВОНОК
ОСТАНЕТСЯ
АНОНИМНЫМ!**

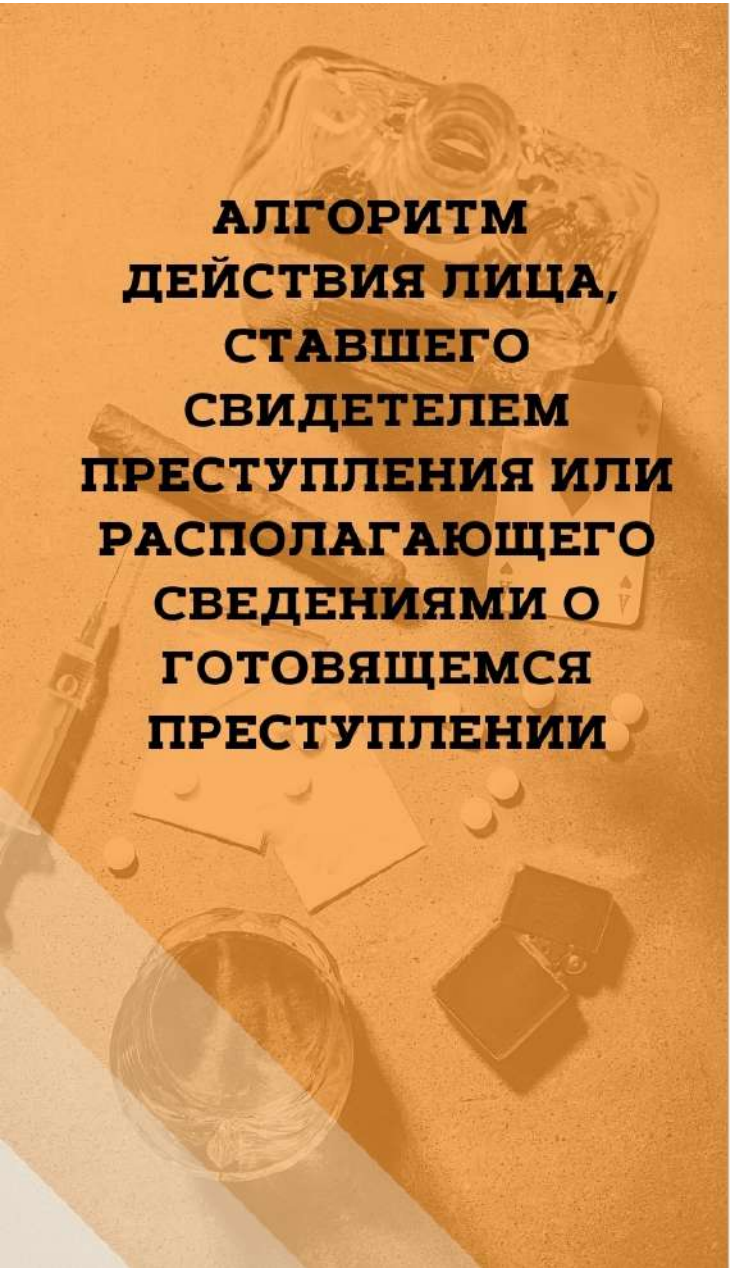


**ГБУЗ РК
«КОМИ РЕСПУБЛИКАНСКИЙ
НАРКОЛОГИЧЕСКИЙ ДИСПАНСЕР»**



**Тел.
8(8212)31-21-73
8(8212)21-12-31**

*кабинет профилактики
наркологических расстройств*



**АЛГОРИТМ
ДЕЙСТВИЯ ЛИЦА,
СТАВШЕГО
СВИДЕТЕЛЕМ
ПРЕСТУПЛЕНИЯ ИЛИ
РАСПОЛАГАЮЩЕГО
СВЕДЕНИЯМИ О
ГОТОВЯЩЕМСЯ
ПРЕСТУПЛЕНИИ**

В случае если Вы стали свидетелем продажи или распространения наркотиков, в том числе в сети Интернет, а также, если Вам стали известны достоверные сведения о том, что данное лицо или лица осуществляют сбыт, хранение, потребление наркотических средств и/или психотропных веществ, Вам нужно сообщить в органы внутренних дел (полицию).

ОБЩИЕ ПРАВИЛА:

1. Запомните или запишите как можно больше примет подозреваемых лиц (черты лица, рост, телосложение, цвет волос, голос, одежду) и данные используемого ими автотранспорта. По возможности используйте камеру мобильного телефона;
2. Немедленно сообщите информацию о совершенном (подготавливаемом) преступлении сотрудникам органов внутренних дел по телефонам экстренной связи либо телефону "доверия". Чем быстрее поступит информация, тем больше шансов задержать преступника по "горячим следам";
3. При телефонном разговоре с сотрудником полиции представьтесь и сообщите о характере, времени и месте совершения преступных действия, расскажите о лице, их совершившем, и выполняйте полученные от сотрудника инструкции;
4. Не пытайтесь лично задержать подозреваемого, это может быть опасно;
5. Постарайтесь дождаться сотрудника полиции, после повторить еще раз все сказанное и указать направление, в котором скрылся подозреваемый;
6. По возможности запишите и передайте прибывшему сотруднику полиции данные и координаты иных лиц, также ставших свидетелем преступления.

ПРИЗНАКИ И СИМПТОМЫ УПОТРЕБЛЕНИЯ ПАВ

- бледность кожи;
- отек вокруг глаз; раздражительность;
- явное стремление избегать встреч со взрослыми членами семьи;
- расширенные или суженные зрачки;
- покрасневшие или мутные глаза;
- замедленная речь;
- плохая координация движений;
- повышенная двигательная активность;
- частая и резкая смена настроения;
- плохая координация движений;
- ухудшение памяти;
- невозможность сосредоточиться;
- пропуски уроков;
- беспричинные уходы из дома;
- нарастающая скрытность и лживость; таинственные телефонные звонки;
- длинные рукава одежды всегда, независимо от погоды и обстановки;
- внешняя неопрятность;
- пропажа из дома ценных вещей и денег.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВОЗНИКЛИ ПОДОЗРЕНИЯ?

- не паникуйте, если даже Ваш ребенок попробовал наркотическое средство, это еще не значит, что он наркоман;
- не набрасывайтесь на ребенка с обвинениями;
- не кричите, не бейте и не ругайте ребенка - это не поможет;
- постарайтесь оградить ребенка от «друзей-наркоманов»;
- поговорите с ребенком честно и доверительно, не начинайте разговор, пока не справитесь с Вашими чувствами;
- если ребенок не склонен обсуждать с Вами этот вопрос, не настаивайте, говорите о Ваших опасениях и переживаниях;
- объясните ребенку, что запрет на наркотики - это правило без исключений, которое действует всегда и везде: дома, у друга, в любом месте;
- объясните ребенку, что за употребление наркотических средств наступает административная и уголовная ответственность;
- предложите ребенку свою помощь;
- обратитесь за помощью к специалистам

КАК УБЕРЕЧЬ ДЕТЕЙ ОТ УПОТРЕБЛЕНИЯ ПАВ!

Задача взрослых, - сделать так, чтобы факторов защиты у ребенка стало больше:

- укрепляйте семейные узы;
- уделяйте внимание поведению своих детей;
- познакомьтесь с друзьями, с которыми общается ребенок;
- интересуйтесь, как и где ребенок проводит свободное время;
- воспитывайте в ребенке самостоятельность, ответственность за свои действия и поступки;
- научитесь видеть мир глазами ребенка;
- воспитывайте в ребенке чувства собственного достоинства и самоуважения;
- формируйте у ребенка ценности здорового образа жизни.

Чтобы уменьшить факторы риска зависимого поведения для вашего ребенка, необходимо понимать, в какой среде он растет. Следуйте рекомендациям детских психологов о том, что и в каком возрасте должны смотреть и читать ваши дети, будьте чуткими и внимательными к их делам и проблемам особенно в подростковом возрасте, и не забывайте про самый эффективный пример —

СОБСТВЕННЫЙ

ПОМНИТЕ! ЧЕМ РАНЬШЕ ВЫ ЗАМЕТИТЕ НЕЛАДНОЕ, ТЕМ ЛЕГЧЕ СПРАВИТЬСЯ С БЕДОЙ!