



**Наркомания** – тяжелое хроническое заболевание, которое приводит к множеству негативных явлений.

Если тебе предложат наркотики, сможешь ли ты отказаться?

Помни, что легче предотвратить болезнь, чем потом ее лечить!

## Просто скажи: «**НЕТ!**»

- Правильно мотивируй причину отказа: **«Мне это не нужно»**, **«Я не хочу вредить здоровью»**, **«Это опасно для меня»**.
- Всегда будь готов к давлению, умей противостоять и отказаться. Распространители наркотиков очень изощренны, их задача – получить прибыль, вовлекая все больше людей.
- Умей развлечь себя другим способом. Например, спорт – лучше, чем наркотики.
- Умей выбирать друзей: настоящие друзья не предложат наркотики.
- Можно просто сказать «**НЕТ**» и уйти.
- Не бойся показаться самостоятельным в выборе решения.