

**Оставайся
человеком!**

**Умей
сказать - нет!**



**Не бойся обратиться
за помощью или
просто получить
более подробную
информацию**

ГБУЗ РК "Коми республиканский
наркологический диспансер"
г. Сыктывкар, ул. Катаева, 3
тел.: 43-24-80

**ЗА ПОМОЩЬЮ ОБРАЩАЙТЕСЬ
К СПЕЦИАЛИСТАМ**
Кабинет профилактики
г. Сыктывкар,
Сысольское шоссе, 58
тел.: 21-12-31

Употребление ПАВ

**Рисковое
поведение**

**Когда трудно
отказаться от
какой-нибудь
коллективной
глупости вроде
наркотиков,
подумай: зачем
бежать вместе со
стадом?
Оставайся собой!**



**Пять способов
сказать нет:**

1. Я не собираюсь травить организм.
2. Эта дрянь не для меня.
3. Ты с ума сошел? Я даже не курю сигареты.
4. Мне не хочется умереть молодым.
5. Я хочу быть здоровым.



5 способов отказаться:

1. Послать этого человека (лучше сделать это молча).
2. Отказаться, не вступая в переговоры. Повернуться и молча уйти.
3. Не спорить с ним и не читать лекций о вреде наркотиков - это уже бесполезно.
4. Если наркотик тебе предложил друг, то он тебе не друг.
5. Если наркотик предлагают в компании, не сменить ли тебе компанию?

