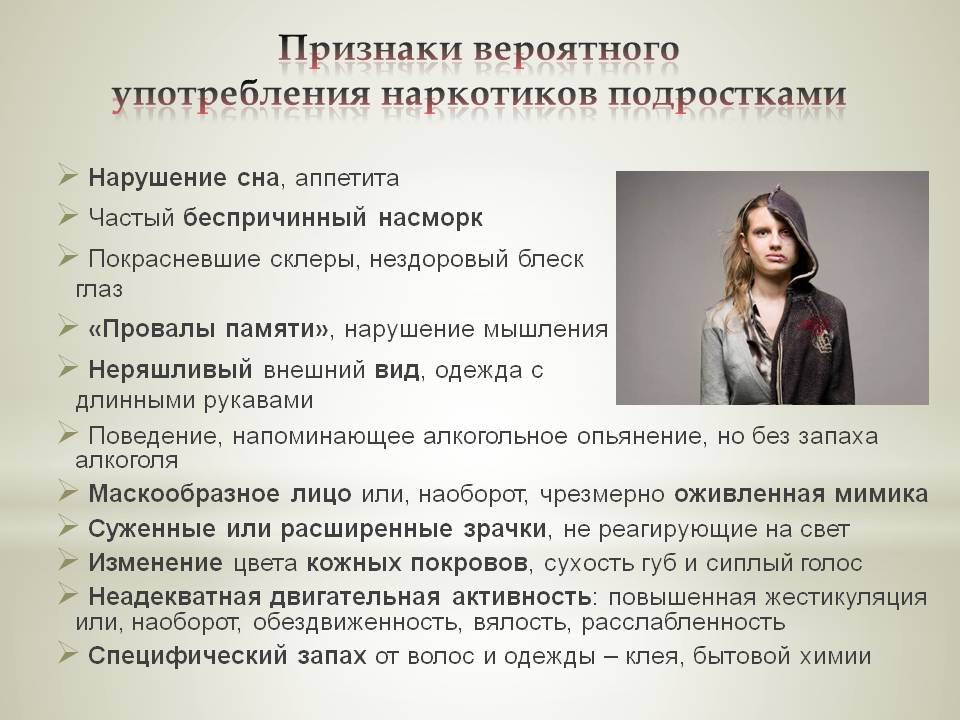
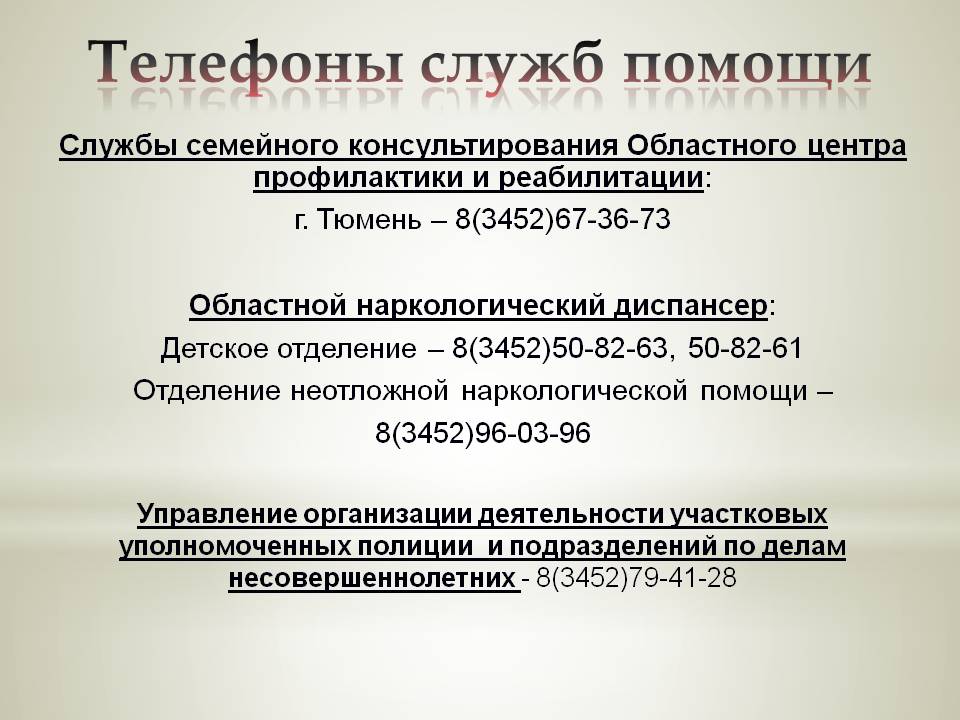
*Лето - это не только пора каникул, но и опасный период, так как многие дети в это время предоставлены сами себе. Летние каникулы могут создать для подростков возможность для приобщения к алкоголю, наркотикам и прочим опасным веществам. Во время летних каникул перед гуляющими на улице подростками встает как никогда много соблазнов.*

*Обеспечить безопасность детей летом в первую очередь задача родителей.*

**«ОТ СОБЛАЗНА К КОШМАРУ». Как понять, что ребенок употребляет наркотики?** К сожалению, родители узнают слишком поздно о том, что их ребенок стал, зависим от наркотиков или иных психоактивных веществ. Важно **обращать внимание на** любые **изменения** **в поведении** подростков. И, хотя главной их особенностью в этом случае является скрытность, все же, если проявить бдительность, у подростков можно легко обнаружить некоторые характерные признаки. Есть целый ряд признаков в поведении, которые ни в коем случае нельзя игнорировать. Стоит насторожиться, если проявляются несколько из ниже перечисленных.

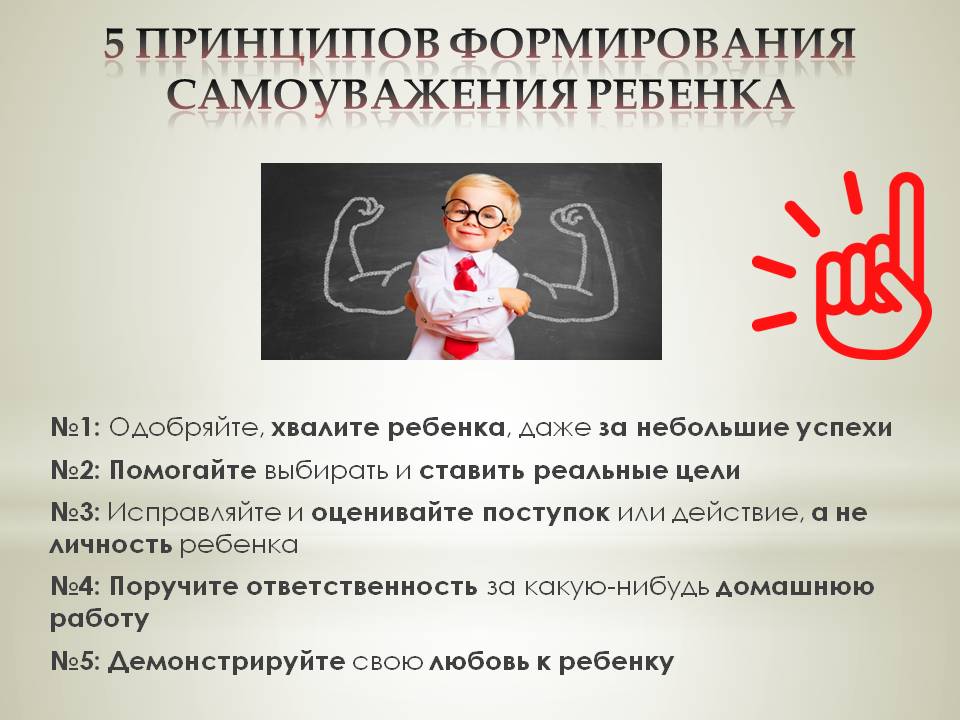
Если вы заметили, что у вашего ребенка внезапно сменились увлечения и круг общения, ему постоянно кто-то звонит; ребенок замкнулся в себе, не идет с вами на контакт, у него резко меняется настроение; вы подозреваете, что он от вас что-то скрывает, то уже это может косвенно свидетельствовать, о том, что ребенок приобщился к наркотикам.

Необходимо помнить, что любое необычное психофизическое состояние человека, при отсутствии от него запаха алкоголя, может свидетельствовать об употреблении наркотических или психотропных веществ. Состояние наркотического опьянения характеризуется проявлением ряда признаков, различающихся в зависимости от вида наркотика и способов его применения.



Если у вас появились подозрения, что ребенок попробовал наркотики, либо кто-то пытается вовлечь его в потребление или распространение наркотиков, вы всегда сможете обратиться за помощью к квалифицированным специалистам.

**Как помочь ребенку говорить «НЕТ!»?**

Сформулированы для родителей **5 принципов формирования самоуважения ребёнка:**

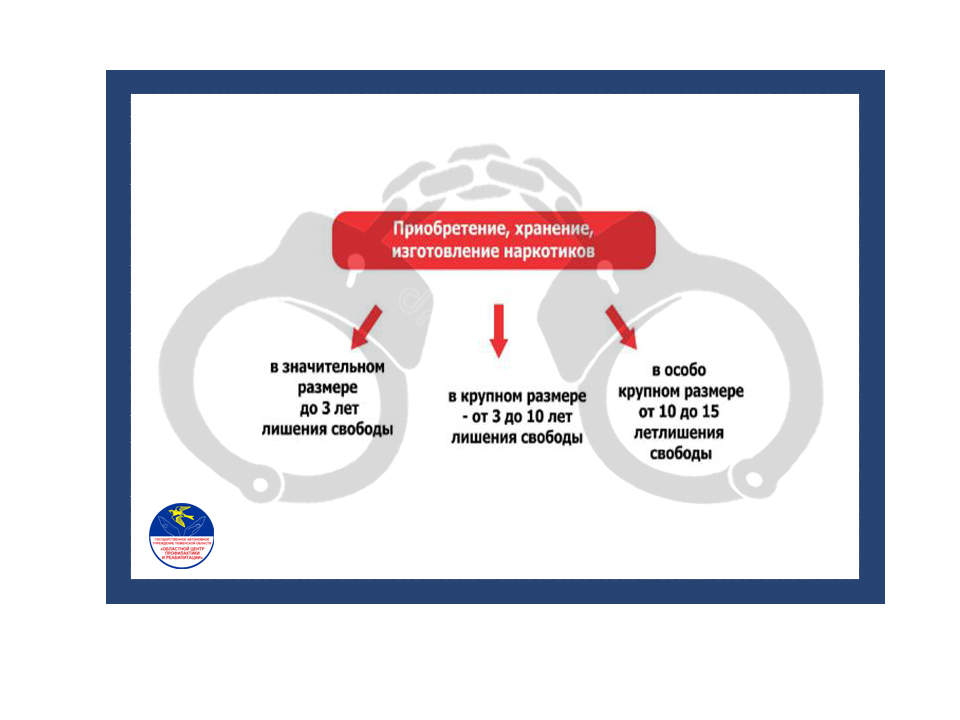
***Принцип № 1*:** Одобряя и хваля своего ребёнка даже за незначительные успехи, вы убедитесь, что его упорство и попытки сделать что-либо, важнее полученных результатов.

***Принцип № 2*:** Помогая вашему ребенку выбирать и ставить перед собой реальные осуществимые цели, вы увидите, что достижение данных целей вдохновит его на достижение новых вершин.

***Принцип №3*:** Никогда не исправляйте и не оценивайте личность ребенка, только его поступки или действия. Например, лучше сказать, что лазить по заборам опасно, так как можно сломать ногу, чем: «Ты не должен лазить по заборам – это глупо!» или «Ты не долженлазить по заборам, так делают только дураки».

***Принцип № 4*:** Когда вы даете вашему ребенку реальную ответственность за какую-нибудь домашнюю работу, он ощущает себя частью команды, и, достигая результатов в исполнении своих обязанностей, получает чувство удовлетворения.

***Принцип № 5*:** Показывая ребенку, как вы его любите, вы демонстрируете свою любовь к нему.

**«ДЕТСКИЕ ШАЛОСТИ – РЕАЛЬНЫЕ СРОКИ». Какая ответственность ждёт подростка за распространение и хранение наркотиков?**

**Подростки являются** не только жертвами вовлечения в употребление наркотиков, но и **жертвами наркопреступлений.** Преступные сообщества используют несовершеннолетних, чтобы **избежать самим ответственности**. Сегодня сайты, приложения в интернете пестрят выгодными предложениями о работе курьером с «высоким доходом» и «свободным графиком». **Зачастую эти вакансии оказываются предложением по распространению наркотиков**. Таких сотрудников на современном языке называют «закладчиками». Для наркоработодателя не важно образование, пол, социальный статус, возраст потенциального «сотрудника». Но самое страшное, что «закладчиками» становятся и наши дети, которые за такие **«шалости» получают реальные сроки.**

Но не надо думать, что поддаться соблазну «заработать», распространяя наркотики, могут только подростки из неблагополучных семей. Этим делом занимаются дети разных социальных категорий, в том числе которые успешно учатся.

«Я только немного заработать»

Многие старшеклассники подыскивают себе подработку по объявлениям в интернете. Сейчас вербовка школьников в наркокурьеры стала эпидемией. Работодатели обещают приличный доход при минимуме усилий: позвонить по телефону, получить инструкции, забрать так называемые «чеки» и в условленном месте (клумба, батарея в подъезде и т. д.) и сделать «закладку». Казалось бы, что проще? И дети совершают преступление, не отдавая себе отчета в том, что эта «прибыльная работа» ведет к реальному лишению свободы на длительный срок.

«Я только попробовать»

Подростки — самая привлекательная для этого категория: в большинстве своем дети не имеют сформировавшейся психики и достаточных моральных принципов, чтобы четко знать грани дозволенного, их легко переубедить или запугать.

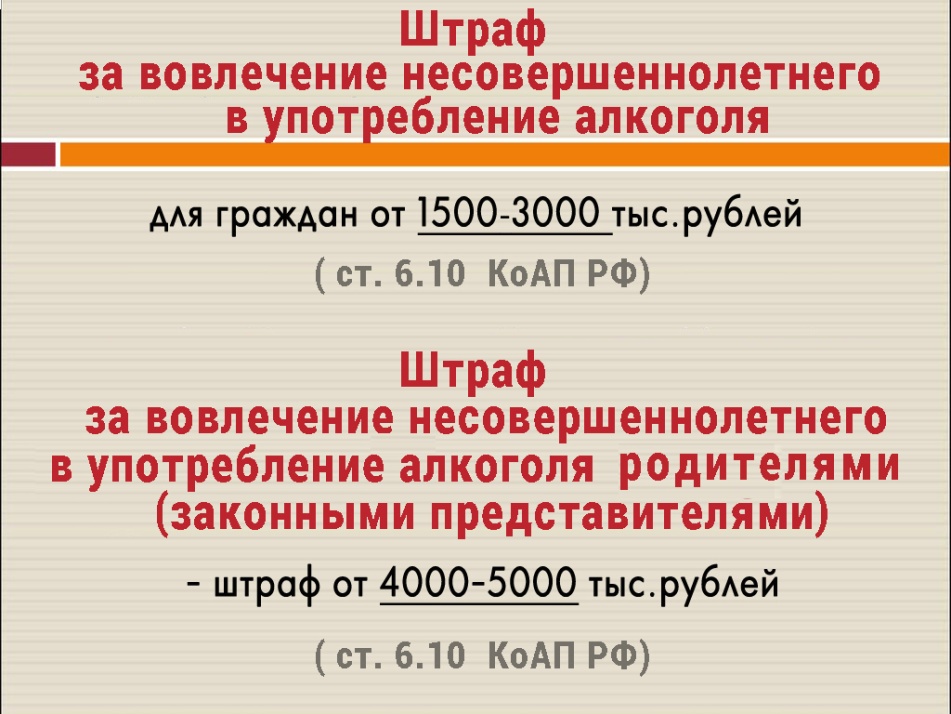
Первым шагом в пропасть становится желание «только попробовать». Многие подростки, балуясь так называемой «травкой», не видят в этом опасности. Однако, кроме колоссального вреда растущему организму, за употребление наркотических средств несовершеннолетние (16-17 лет) привлекаются к административной ответственности по статье 6.9 КоАП РФ, а родители — за неисполнение обязанностей по содержанию и воспитанию несовершеннолетних.

«Я хотел помочь другу»

Не только употребление и распространение наркотических веществ влечет за собой ответственность перед законом, неминуемое наказание ждёт и за незаконное культивирование наркосодержащих растений. По смыслу закона под **незаконным культивированием наркосодержащих растений** понимается **деятельность**, связанная с **созданием специальных условий** для посева и выращивания наркосодержащих растений, а также их **посев и выращивание,** совершенствование технологии выращивания, выведение новых сортов, повышение урожайности и устойчивости к неблагоприятным метеорологическим условиям.

Помните! Выращивание растений, содержащих наркотические вещества, без имеющегося на то разрешения, незаконно в любых количествах и влечет за собой уголовную ответственность.

**«Ответственность за ВОВЛЕЧЕНИЕ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ В РАСПИТИЕ СПИРТНЫХ НАПИТКОВ»**

Вовлечение несовершеннолетнего **в употребление алкогольной и спиртосодержащей продукции** родителями, законными представителями несовершеннолетних или иными лицами влечет наложение административного штрафа.

Кроме того, если взрослый не препятствует или даже способствует данному действию, он является нарушителем. **Вовлечение несовершеннолетних в распитие спиртных напитков относится к преступной деятельности и влечет за собой административную ответственность.**

**«ОСТОРОЖНО, ЭНЕРГЕТИКИ!» Вред, наносимый энергетическими напитками организму подростка.**

 Многочисленные исследования доказывают о пагубном влиянии алкоголя на организм человека.

Однако, несмотря на это, многие не останавливаются на употреблении алкоголя, пробуют смешивать его с другими напитками.

Один из таких коктейлей – смесь алкоголя с энергетическим напитком. И, к сожалению, этот «самодеятельный напиток» так популярен у подростков. Давайте разбираться, насколько сильно подобные сочетания вредят организму.

Что же такое энергетик. Обычно это безалкогольные или слабоалкогольные напитки, которые благодаря таким веществам как: кофеин, женьшень, таурин и другим различным биологически активным добавкам, по заявлениям производителей, должны стимулировать работу организма.

Энергетики очень быстро стали популярны среди молодого населения за счет яркой этикетки и агрессивной рекламы.

Большое количество кофеина и таурина, содержащихся в  энергетических напитках являются возбудителями центральной нервной системы, способствуют повышению сердцебиения и артериального давления, но также могут стать причиной тревожности и приступов паники.

Казалось бы, действие энергетика свою миссию выполняет: выпив баночку, создается ощущение, что энергии через край. На деле же энергетический напиток не прибавляет энергии ни на йоту. А воздействует на организм, мобилизуя внутренние ресурсы, (т.е. то, что наш организм, припас себе на будущее). Т.е. как бы авансом «выгребает» нашу энергию.

Энергию взятую «в кредит» у организма, и придется отдавать.

Дети более уязвимы к действию вредных ингредиентов, входящих в энергетики. От употребления подобных напитков, детский организм будет испытывать постоянный стресс.

Головокружение и другие побочные эффекты, напрямую связанные с употреблением энергетических газированных напитков, часто приводят к нарушениям координации движения и серьёзным травмам. Дети в возрасте от 9 до 14 лет, пробовавшие энергетики, демонстрировали схожие с алкогольным и наркотическим опьянениями внешние проявления — бессвязная речь, отсутствие внимания, гиперактивность и частичное нарушение работы вестибулярного аппарата.

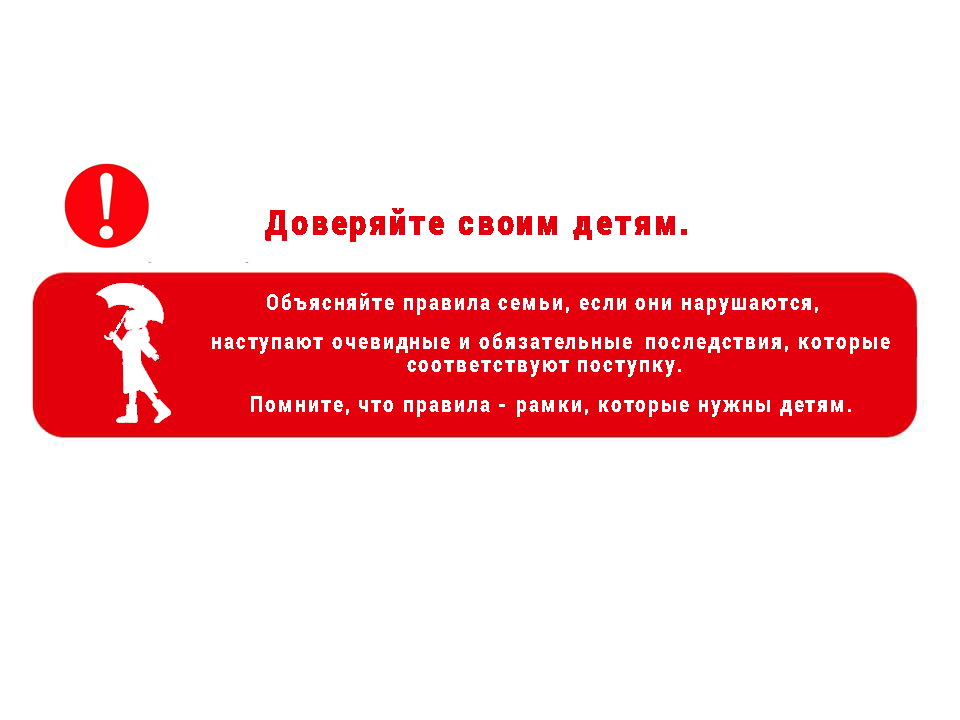
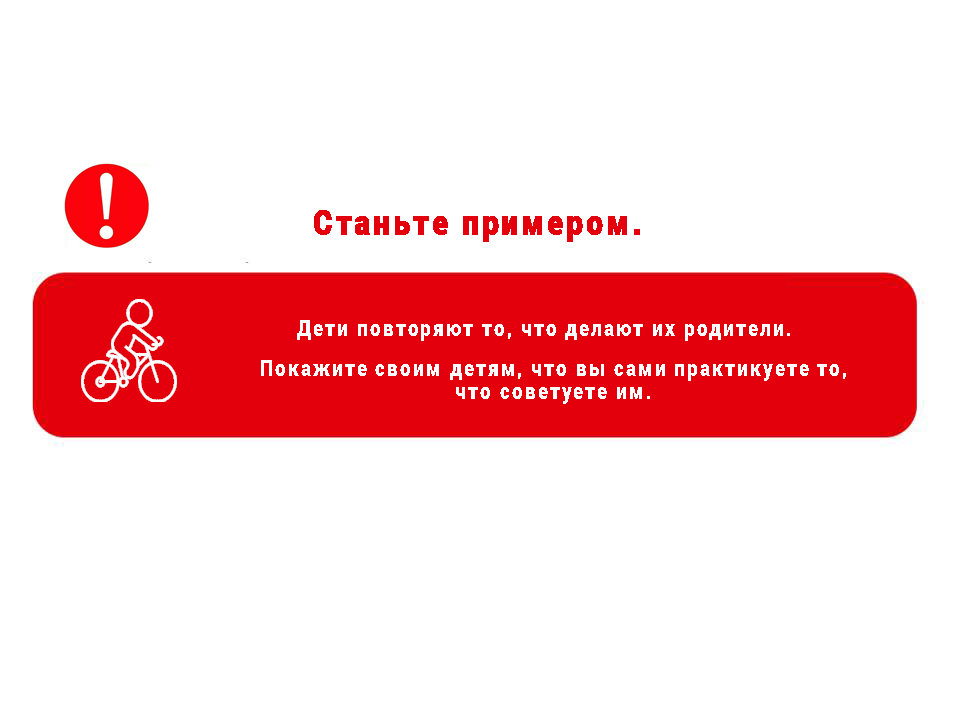
Одна стандартная 200 граммовая баночка содержит от 90 до 150 мг кофеина. Это равноценно 1-2-м 100 граммовым чашкам крепкого кофе. Кроме того, кофеин отрицательно воздействует на желудочно-кишечный тракт и может привести к отравлениям, вплоть до обострения язвы и гастрита. Кофеин может повышать кровяное давление, и его избыток может вызывать тахикардию и проблемы, которые могут привести к летальному исходу.

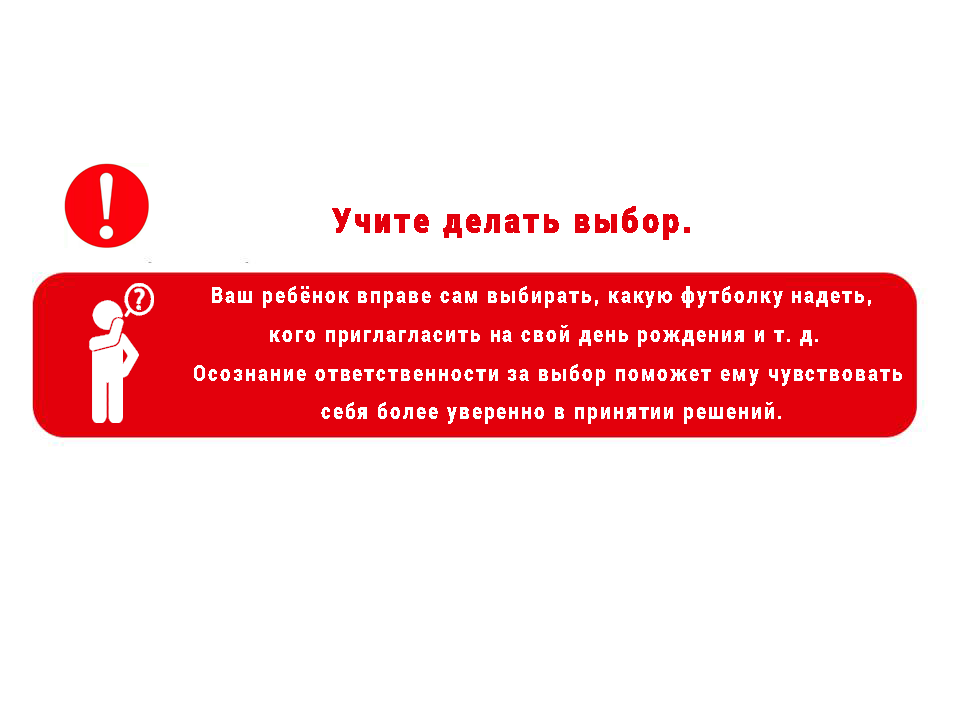
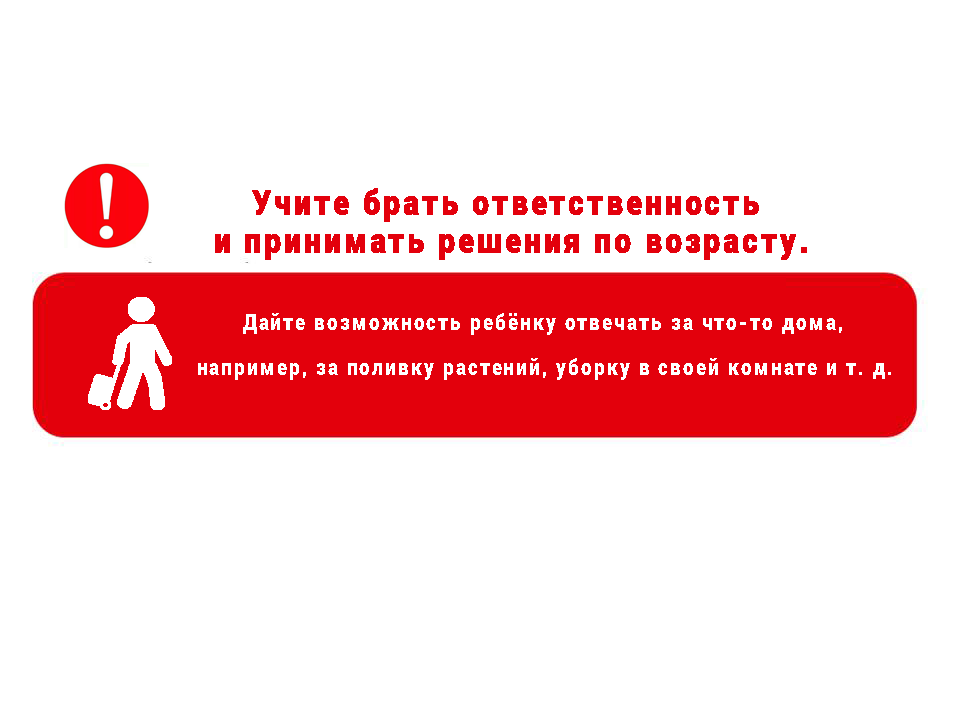
Сочетание энергетика и алкоголя может привести к самым страшным последствиям. Выпивая баночку энергетика, человек вроде бы трезвеет, а через некоторое время кофеин усиливает действие алкоголя на мозг. Алкоголь и кофеин имеют противоположное действие: один возбуждает, второй угнетает. В итоге сердце в прямом смысле слова разрывается напополам и, как следствие, очень быстро изнашивается, что может также привести к инсульту даже в молодом возрасте.

**«помоги ребёнку сохранить своё здоровье!» Как разговаривать с подростком об алкоголе и ответственности за свое здоровье.**

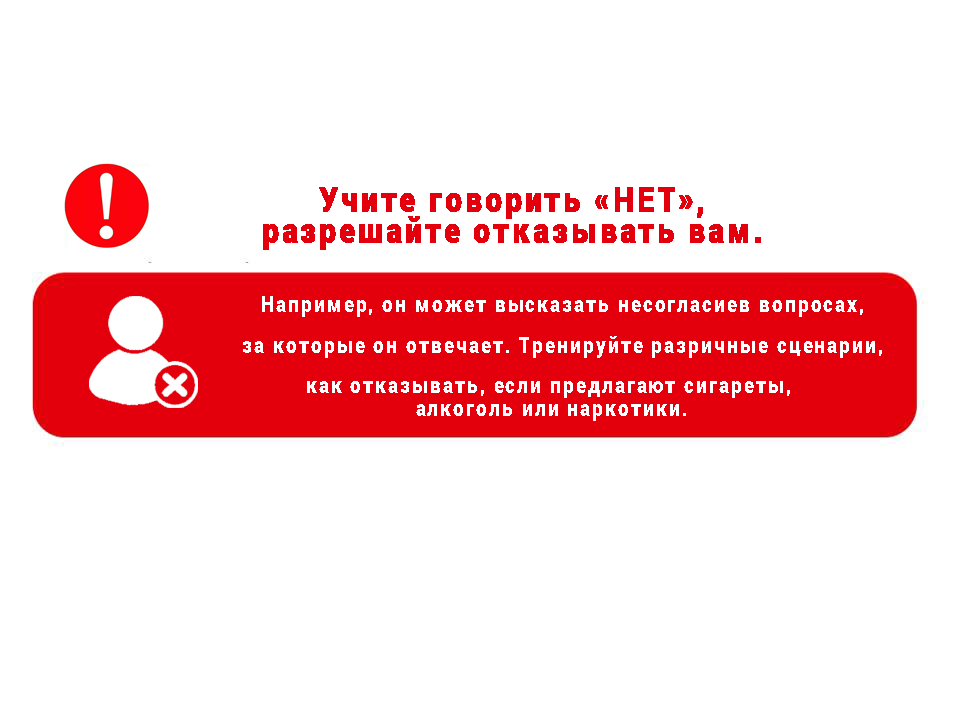
Многие родители всячески избегают разговоров о наркотиках, табаке и алкоголе со своими детьми, выжидая подходящего момента. По статистике, средний возраст «первого знакомства» ребенка с различными психоактивными веществами (алкоголем, наркотиками) – 13 лет.







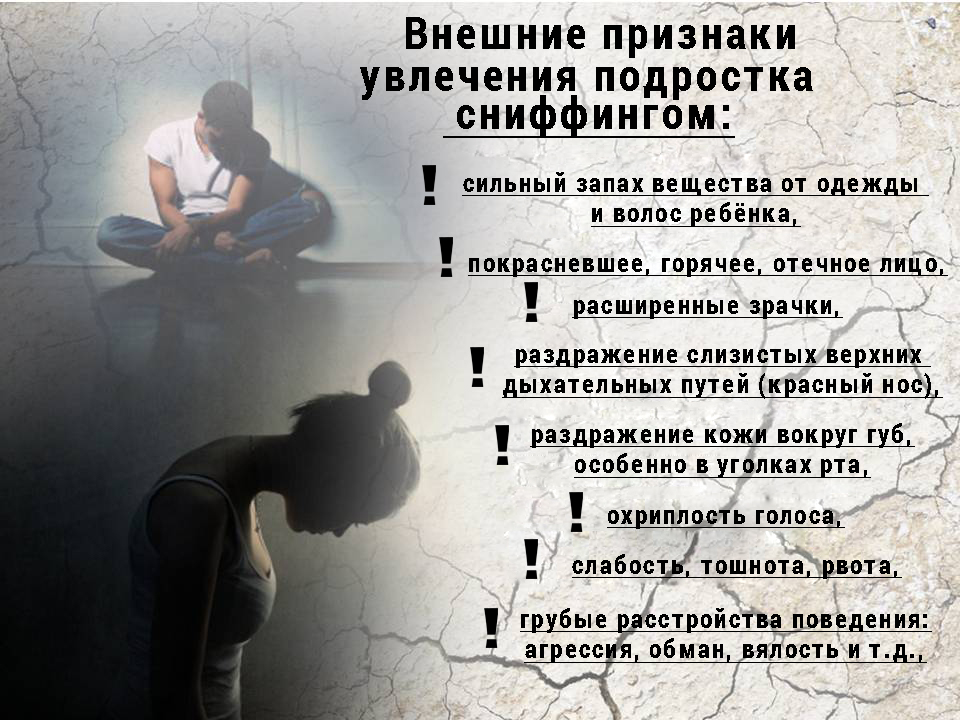




**«ОСТОРОЖНО, СНИФФИНГ!»**

Подростков в современном мире подстерегает много сомнительных увлечений. Одним из них является токсикомания.

**Токсикомания** – употребление различных химическим, биологических веществ, не относящихся к наркотическим: клей, бензин, бытовой газ или что-то другое.

 В последнее время получило распространение среди подростков от 6 до 15 лет такая форма токсикомании, как «сниффинг», при которой состояние опьянения достигается вдыханием бытового газа, используемого в баллончиках для зажигалок или самих зажигалках.

В опьянении, наступающем при вдыхании психоактивных средств, выделяют три фазы:

1. Сходна с алкогольным опьянением. В этой фазе пробудить охмелевшего

достаточно просто. Если продолжается вдыхание токсических веществ, приходит очередь второй фазы.

2. Фаза беспечности и легкости. Она характеризуется повышенной веселостью, с желанием смеяться и петь. Многие подростки ограничиваются этой фазой в страхе ухудшить свое состояние. Если продолжить вдыхание токсинов, наступит третья фаза

токсического опьянения.

3. Характеризуется слуховыми и красочными зрительными галлюцинациями, так называемыми «мультиками». Наркотическое опьянение в данной фазе может продолжаться примерно 2 часа. После окончания этой фазы у подростка появляется вялость и упадок сил, наблюдается угнетение психических функций.

Вред токсикомании любого вида в том, что она вызывает в организме подростков серьезные нарушения. При длительной токсикомании – на протяжении 1-2 лет – в головном мозге и органах человека происходят необратимые изменения.

Если ваш ребенок находится в какое-то время вне вашего внимания, то вам просто необходимо присматриваться к нему, чтобы вовремя заметить, не стал ли он «жертвой токсикомании».

Как родителям распознать, что ребенок начал дышать газом, клеем?

Внимательному родителю это трудно не заметить.