

Ребята, давайте поговорим о том, почему стоит держаться подальше от алкоголя, никотина и наркотиков. Эти вещи могут показаться «крутыми» или «взрослыми», но на самом деле они могут нанести серьезный урон вашему здоровью и будущему. Вот несколько причин, почему лучше сказать «нет»:

1. Здоровье под угрозой.

Алкоголь и наркотики могут повредить ваш мозг, сердце и другие органы. Это может привести к серьезным заболеваниям и проблемам со здоровьем в будущем.



2. Проблемы с учебой.

Употребление этих веществ может снизить вашу концентрацию и память. Это значит, что вы можете начать хуже учиться и терять интерес к любимым занятиям.



3. Зависимость.

Алкоголь, никотин и наркотики вызывают зависимость. Это значит, что чем больше человек их употребляет, тем труднее будет остановиться. У подростков зависимость формируется в разы быстрее, чем у взрослого. Зависимость может разрушить вашу жизнь и мечты.

4. Отношения с друзьями и семьей.

Употребление этих веществ может вызвать конфликты с близкими. Вы

можете потерять доверие и уважение друзей и семьи.

5. Риск неприятностей с законом.

В нашей стране употребление наркотиков и алкоголя несовершеннолетними является незаконным. Это может привести к серьезным последствиям, включая штрафы, уголовную ответственность и иные проблемы с милицией.

6. Будущее под угрозой.

Каждый из вас имеет свои мечты и цели! Употребление алкоголя и наркотиков может помешать вам их достичь. Вы заслуживаете лучшего!



Помните: жизнь полна возможностей!

Вместо того, чтобы тратить время на вредные привычки, лучше сосредоточьтесь на своих увлечениях, спорте и дружбе. Вы можете быть здоровыми, счастливыми и успешными без алкоголя, никотина и наркотиков!



Если у вас есть вопросы или вы хотите поговорить об этом, не стесняйтесь обращаться за консультацией. Поддержка важна!

**Обратись за помощью
в наш Центр:**
г.Полоцк, ул.Е.Полоцкой, д.18
(детская поликлиника),
кабинет 114а, 115

Запись по телефону:
74-04-05

Телефон консультативной помощи:
46-76-55

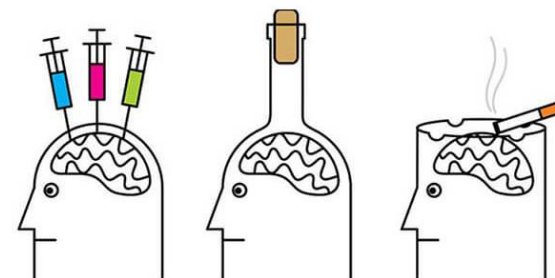


Напиши нам
в Инстаграм или ВКонтакте



ГУЗ «Полоцкая ЦГБ»
Детская поликлиника
Центр, дружелюбный подросткам,
«Откровение»

Важно знать: вред алкоголя, никотина и наркотиков!



г. Полоцк