

«Здоровому –
всё здорово»

МЫСЛИ РЕБЕНКА

Утром рано просыпаюсь
И зарядкой занимаюсь,
Выхожу на воздух свежий
И съедаю йогурт нежный.
Соки, фрукты, мин.вода
Организму так нужна!
Водой холодной обливаюсь,
Полотенцем обтираюсь,
Красный нос и щеки тоже -
Так я выгляжу с мороза.
Ветра, вьюги не боюсь,
Как могу, так и борюсь.
Защищает как всегда
Витаминная еда:
Овощи, свекольный сок,
Всех пушу я за порог.
Быть здоровой – это труд
И с разгона прямо в пруд.
Тело все огнем горит,
А чаечек так бодрит.
Мед, малина и лимон
Изгоняют злую хворь.
Быть здоровой я хочу.
Кто со мной? Я прихвачу.
На меня равняйтесь!
Жизнью наслаждайтесь!

(Дремова Дарья)

Муниципальное бюджетное
общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №22
п. Октябрьский им. И. Н. Нестерова



*ЗНАТЬ,
чтобы понять,
уберечь и
помочь!*

2 «А» класс

Осторожно – наркотики!

Памятка для родителей

Окружающий нас мир прекрасен и



разнообразен. Он предоставляет огромный выбор возможностей для личного и профессионального роста. Но в то же время современный мир полон сомнительных соблазнов и реальных опасностей, одними из которых являются наркотики. Родительский долг – уберечь и сохранить жизнь наших детей! Для того, чтобы справиться с этой непростой задачей и противостоять возникающим угрозам, важно и нужно знать о причинах и ранних признаках наркотизации несовершеннолетних.

Основные причины потребления наркотических, психотропных или одурманивающих веществ

- ❖ одна из основных причин - любопытство;
- ❖ желание казаться более взрослым, неверные, искаженные представления о «взрослости»;
- ❖ один из способов привлечь на себя внимание родителей, близких людей;
- ❖ серьезные внутренние психологические конфликты, проблемы социализации, низкая самооценка;

- ❖ бунтарство как форма протеста против общепринятых норм и правил;
- ❖ отсутствие занятости, неорганизованность досуга подростка.

Признаки употребления наркотиков

Внешние признаки:

- ✓ бледность, или, наоборот, покраснение лица, кожных покровов
- ✓ замедленная или ускоренная речь
- ✓ потеря аппетита
- ✓ нарушение координации движений
- ✓ покраснение глаз, «мутный» взгляд
- ✓ расширенные или суженные зрачки
- ✓ похудение, общее истощение
- ✓ хронический кашель



Внешние признаки:

- ✓ бледность, или, наоборот, покраснение лица, кожных покровов
- ✓ замедленная или ускоренная речь
- ✓ потеря аппетита
- ✓ нарушение координации движений
- ✓ покраснение глаз, «мутный» взгляд
- ✓ расширенные или суженные зрачки
- ✓ похудение, общее истощение
- ✓ хронический кашель

Куда обращаться за консультацией и помощью? **ПОМНИТЕ!!!** Только своевременно оказанная медицинская помощь на ранних стадиях начала употребления психоактивных веществ поможет предотвратить развитие серьезных и опасных последствий. От того, насколько своевременно будут приняты действенные меры, зависит успех преодоления этой проблемы.

ГБУЗ «Наркологический диспансер»

рства здравоохранения
иснодарского края
поликлиническое отделение
№ 2

ул. Евдокии Бершанской, д.
17

1) 266-34-90, 8 (861) 266-74-60
результативный телефон: 8
(861) 245-45-02

www.narco23.ru



Вы можете обратиться
ический кабинет Ейского
филиала ГБУЗ «Наркологический
диспансер» МЗ КК
г.Ейск, ул.Энгельса, 156
телефон: 3-01-56

