

Имей мужество отказаться, несмотря ни на какие уговоры, попробовать наркотик.



Умей сказать «НЕТ»!

1. Я знаю, что это опасно для меня.
2. Нет, спасибо, я веду здоровый образ жизни; я тренируюсь.
3. Я хочу отдавать себе отчет в том, что я делаю.
4. А почему я должен пробовать (употреблять) это?
5. Я не хочу конфликтов с родителями, учителями и законом.
6. Это не в моем стиле, я даже не курю.
7. Я не употребляю яды.
8. Я не хочу.
9. Я принимаю лекарство, несовместимое с другими препаратами.
10. У меня аллергия.
11. Не хочу и все.

Будь готов к различным видам давления. Люди, предлагающие наркотик, могут быть дружелюбны или агрессивны. Пригласи друзей принять участие в беседе. Соблазнитель, скорее всего, уйдут.

ПОДУМАЙ ДВАЖДЫ, ТРИЖДЫ...,
ПОДУМАЙ, КАК СЛЕДУЕТ!

ТВОЕ БУДУЩЕЕ ЗАВИСИТ ТОЛЬКО ОТ ТЕБЯ. !

В СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ НЕТ МЕСТА ВРЕДНЫМ ПРИВЫЧКАМ!



~~НАРКОТИЧЕСКИЕ
Вещества~~

~~ТАБАК~~

~~АЛКОГОЛЬ~~

**Телефон доверия для детей,
подростков, родителей
Экстренная психологическая
помощь**

8-800-2000-122

Дети звонят

- ✚ Если поссорились с другом;
- ✚ Когда остаются дома одни, и им становится страшно;
- ✚ Хотят завести дома животное, но не могут договориться с родителями;
- ✚ Когда получают в школе двойку и боятся идти домой;
- ✚ Когда обижают сверстники, а взрослые говорят: «Разбирайся сам».

Подростки обращаются

- ✚ По поводу влюбленности и неразделенной любви;
- ✚ Конфликтов с учителями;
- ✚ Ссор с родителями;
- ✚ Подростковой беременности;
- ✚ Их волнуют взаимоотношения с противоположным полом;
- ✚ Место, которое они занимают в группе (классе, подростковой компании);
- ✚ Они обеспокоены своей внешностью;
- ✚ Подростки часто жалуются на жестокость со стороны сверстников;
- ✚ Встают вопросы личного и профессионального самоопределения.

Помни

**Что в жизни нет не
решаемых проблем**

**И если есть что-то,
чем ты не можешь
поделиться с
родными и друзьями,
или у тебя есть
вопрос, который ты
не решаешь им
здать**

**Звони на Телефон
Доверия и поделись
тем, что происходит
у тебя**

Родители звонят, когда обеспокоены какими-либо особенностями своих детей, изменениями и нарушениями в поведении:

- ✚ Не слушаются;
 - ✚ Огрызается;
 - ✚ Поздно возвращается домой или вообще не приходит ночевать;
 - ✚ Начал курить, употреблять алкоголь или наркотики;
 - ✚ Связался с плохой компанией;
 - ✚ Отказывается учиться.
- Иногда они чувствуют:
- ✚ Что к их ребенку не вполне справедливо придираются учителя и советуются как поступить;
 - ✚ Звонят по поводу взаимоотношений между взрослыми членами семьи, особенно, в период развода или после него.
- Звонят бабушки и дедушки,
- ✚ На чьи плечи родители переложили ответственность за собственных детей, а также опекуны и приемные родители
 - ✚ Сталкивающиеся с трудностями воспитания неродного ребенка.

8-800-2000-122

**Позвони нам!
Телефон доверия для детей,
подростков, родителей**

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ по профилактике детского дорожного травматизма



БЕЗОПАСНОСТЬ ДЕТЕЙ – ЗАБОТА РОДИТЕЛЕЙ!

Общероссийская акция по безопасности дорожного движения



www.detibdd.ru

- ✓ Обсудите и разработайте с ребёнком наиболее безопасный путь до школы. Пусть он сам проведет вас в школу и обратно домой.
- ✓ В городе дети должны ходить только по тротуару. Если тротуара нет, то идти необходимо по левой стороне улицы, то есть навстречу движению. Ни в коем случае нельзя сходить с тротуара на проезжую часть дороги, даже если другие пешеходы мешают пройти. Повторяйте это каждый раз, когда выходите с ребёнком на улицу.
- ✓ Улицу нужно переходить по пешеходному переходу («зебре»). Сначала остановитесь на тротуаре и вместе с ребёнком понаблюдайте за движением. Если дорога регулируется светофором, нужно дождаться зеленого сигнала для пешеходов, затем убедиться, что все машины остановились и только потом переходить улицу.
- ✓ Всегда помните, что переходя дорогу, сначала следует посмотреть налево, а потом направо. Для закрепления результата, проговаривайте все свои движения: «Сейчас мы остановимся и подождем пока загорится зеленый светофор; повернем голову налево, а потом направо, убедимся, что машин нет».
- ✓ Объясните детям, что опасно стоять за транспортным средством, которое отъезжает со стоянки или паркуется. Водитель может не заметить ребенка из-за его маленького роста. Кроме того, нельзя переходить улицу ни перед, ни за стоящим на остановке автобусом, троллейбусом, трамваем: водитель может не заметить пешехода из-за транспорта. Нужно подождать, пока отойдет автобус и только потом начать переход.
- ✓ Прежде чем ребенок пойдет кататься на велосипеде или на роликах, убедитесь, что на нем надеты средства защиты и на его одежде присутствуют элементы из светоотражающего материала, или надет светоотражающий жилет.
- ✓ Не разрешайте ребенку и не позволяйте себе использовать наушники, телефон и прочие устройства на ходу, особенно при переходе дороги! Дети всегда копируют поведение родителей. Объясните, как важно слышать дорогу. Научите отличать звуки, извещающие об опасности от обыкновенных звуков, раздающихся вокруг.
- ✓ Научите ребенка различать транспортные средства. Расскажите, как могут быть опасны грузовики, трамваи, автобусы, легковые машины. Дети должны запомнить какие транспортные средства представляют наибольшую опасность.

Умей сказать «Нет!»

(памятка для подростка)

Наркомания – тяжелое хроническое заболевание, которое приводит к множеству негативных явлений. Если тебе предложат наркотики, сможешь ли ты отказаться? Помни, что лучше 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.





Твои права

Ты думаешь, что только мама и папа за тебя в ответе и должны о тебе заботиться? Нет. 170 правительств разных стран должны помогать тебе и спасать от всяких бедствий. Об этом они 20 ноября 1989 года подписали специальный документ, который называется «Конвенция о правах ребёнка». Теперь эти страны обязаны думать о наилучшем соблюдении твоих прав. А 20-го ноября празднуется «Международный день ребёнка». Специальная международная организация ЮНИСЕФ Детский Фонд ООН помогает детям во всём мире и следит, чтобы их права соблюдались.

Если тебе не исполнилось 18, то ты ребёнок. И вот какие у тебя права.

- Ты имеешь право свободно выражать своё мнение. Особенно по вопросам, которые касаются тебя. И к нему должны относиться с вниманием. Ты даже можешь выступать в суде, если это необходимо.
- Ты можешь создать собственную организацию, например, «кружок почемучек».
- Ты имеешь право узнавать о том, что тебя интересует. И тебе должны в этом помогать. Ты имеешь право читать детские журналы и книжки, какие тебе нравятся.
- Никто не имеет права заставлять тебя делать то, что ты категорически не хочешь. Например, переехать в другой город или поссориться с другом.
- Никто, и особенно взрослые, не могут несправедливо наказывать и обижать тебя.
- Если вдруг кто-нибудь скажет твоим родителям, что ты плохо учишься, когда у тебя одни пятёрки, это значит, что этот кто-то нарушил закон.
- У вас недалеко от дома должна быть школа и детский садик. В школе, детском садике, детской больнице должно быть безопасно и хорошо. Там должны работать умные и добрые люди.
- Государство должно обеспечить тебя учебниками, одеждой, едой и жильём.
- Ты имеешь право гулять, играть, смотреть мультки, писать стихи, сказки, страшилки, рисовать и так далее. К твоим произведениям должны относиться уважительно и всячески тебя поощрять.



Но не только ты нуждаешься в заботе. Твоя помощь и внимание иногда просто необходимы взрослым. Особенно твоим родителям.

6+

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ



Интернет — это безграничный мир информации. В нём можно найти огромное количество полезной для учебы, и интересной для отдыха информации.

Однако кроме хорошего, в виртуальном мире присутствует и много негативного. Если неправильно вести себя в Интернете, то это может нанести вред не только тебе, но и твоим родственникам и близким друзьям.

Правила, которые описаны в этой памятке, помогут тебе обезопасить себя в Интернете. Отнесись к ним внимательно и ответственно!

ОСНОВНЫЕ СОВЕТЫ ПО БЕЗОПАСНОСТИ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ:



- ♦ **Ограничь список друзей.** У тебя в друзьях не должно быть случайных и незнакомых людей.
- ♦ **Защищай свою частную жизнь.** Не указывай пароли, телефоны, адреса, дату твоего рождения и другую личную информацию. Злоумышленники могут использовать даже информацию о том, как ты и твои родители планируете провести каникулы.
- ♦ **Защищай свою репутацию** - держи ее в чистоте и задавай себе вопрос: хотел бы ты, чтобы другие пользователи видели, что ты загружаешь? Подумай, прежде чем что-то опубликовать, написать и загрузить.
- ♦ **Если ты говоришь с людьми, которых не знаешь,** не используй свое реальное имя и другую личную информацию: имя, место жительства, место учебы и прочее.
- ♦ **Избегай размещения фотографий в Интернете,** где ты изображен на местности, по которой можно определить твое местоположение.
- ♦ **При регистрации в социальной сети** необходимо использовать сложные пароли, состоящие из букв и цифр и с количеством знаков не менее 8.
- ♦ **Для социальной сети, почты и других сайтов необходимо использовать разные пароли.** Если тебя взломают, то злоумышленники получат доступ только к одному месту, а не во все сразу.