**Информация для школьников**

Здоровье - это не отсутствие болезней, здоровье - это состояние физического и социального благополучия.

Здоровье – это самое большое богатство, которое нужно беречь. Здоровье до того перевешивает все остальные блага жизни, что поистине здоровый нищий счастливее больного.

**Почему курение опасно?**

Особенность табака – содержание никотина. Никотин – один и сильнейших растительных ядов и основная составная часть табачного дыма. В чистом виде это бесцветная маслянистая жидкость с неприятным запахом, горькая на вкус, легко растворимая в воде, спирте, эфире и легко проникающая через слизистые оболочки полости рта, носа, бронхов и желудка. И не смотря на то, каким бы небыли эти сигареты. Финал может быть один и только плачевный.

Если взять чистый носовой платок, плотно приложить его к губам, а затем выдохнуть через платок дым от сигареты, то на платке останется коричневое пятно. Это табачный деготь – самая главная опасность для курильщиков.

**Табак вредно влияет на дыхательную систему.** Проснувшись утром, курильщик долго кашляет и выделяет грязную, серую мокроту. Табачный дым раздражает слизистую оболочку бронхов и трахеи, развивается их хроническое воспаление. Такая слизистая оболочка становится неустойчивой к воздействию микробов. Поэтому курильщики чаще болеют воспалением легких, туберкулезом.

**Табак вредно влияет на сердечно-сосудистую систему.** Под действием никотина сужаются кровеносные сосуды, замедляется ток крови, нарушается питание ткани, развивается кислородное голодание. Возникают головная боль, чувство усталости, недомогание, головокружение, мучительные боли в сердце.

Никотин вызывает повышение артериального давления. Одна выкуренная сигарета повышает его на 10 мм ртутного столба. Вы можете возразить: «Разве тысячи людей, которые курят, ежедневно измеряют артериальное давление?» Нет, конечно. Но машинист, у которого повысилось давление, будет отстранен от работы, летчик не будет допущен к рейсу.

**Табак влияет и на органы пищеварения.**На поверхности языка имеются специальные сосочки, воспринимающие вкус. Благодаря им, мы ощущаем сладкое, горькое и соленое. У курильщиков вкусовое восприятие притупляется, портится аппетит. Растворенный в слюне никотин заглатывается и попадает в желудок. Развиваются гастрит и язва желудка.

Есть такой анекдот. Продавец табака расхваливает на ярмарке свой товар: «Покупайте табак, прекрасный табак! Мой табак не простой, а с секретом. От моего табака стариком не будешь, собака не укусит, вор в дом не залезет».

Один парень купил немного табака и начал расспрашивать продавца:

— А почему стариком не будешь?

 — Потому, что до старости не доживёшь.

 — А почему собака не укусит?

 — Так с палкой ведь ходить будешь.

 — А почему вор в дом не залезет?

 — Потому что всю ночь будешь кашлять

**О вреде алкоголя**

 «Похититель рассудка» – так именуют алкоголь с давних времен. Спирт начали получать еще арабы в VI-VII веках и называли его «аль коголь» что значит «одурманивающий». И с тех пор алкоголь дурманит весь мир.

Всем известно, что алкоголь и его суррогаты не безобидны, а последствия их употребления опасны и безобразны.

Поднимая бокал с шампанским, выпивая рюмку водки, мы вводим в организм алкоголь. Алкоголь воздействует на нас следующим образом: сначала возбуждает, а затем разрушает. Пьянство на Руси не поощрялось никогда. Даже был введен орден «За пьянство»: пластина с ошейником весом около 4 килограммов. Эту «награду» заядлый «выпивоха» должен был носить на шее длительное время.

**Чем же вредно пьянство?**

Пагубно действует на мозг; речь становится нечеткой, непонятной; неровная походка; проснувшись после принятия большой дозы алкоголя, человек испытывает разбитость, слабость, вялость, отсутствие аппетита, сухость во рту и повышенную жажду; снижение работоспособности и др. Приводит пьянство к автомобильным авариям, преступлениям, несчастным случаям на производстве.

Вдумайтесь в эти цифры:

90% умственно отсталых детей – это дети алкоголиков;

в пьющих семьях 45% детей недоразвитые и больные;

в пьющих семьях мертворожденные дети появляются чаще, детская смертность в 3 раза выше;

одна рюмка водки снижает работоспособность на 30%;

в состоянии опьянения совершается 55% всех краж, 79% грабежей, 69% нападений.

Учитель: С убийственным сарказмом перечисляет поводы для пьянства поэт Роберт Бернс. Его слова актуальны и в наше время:

«Для пьянства есть такие поводы:

поминки, праздник, встреча, проводы,

крестины, свадьба и развод,

мороз, охота, новый год,

выздоровленье, новоселье, печаль, раскаянье, веселье,

 успех, награда, новый чин и просто пьянство – без причин»

ПОСЛОВИЦЫ О ПЬЯНСТВЕ

Пьянство — это добровольное безумие.

Хватил винца — не стало молодца.

С пьянством водиться — что в крапиву садиться.

Кто чарку допивает, тот век не доживает.

Был Иван, а стал «болван», а все вино виновато.

Пропойное рыло вконец разорило.

Вино входит — ум выходит.

В стакане тонет больше людей, чем в море.

 Вино с разумом не ладит.

Дети пьющих родителей спиваются раза в 4–5 быстрее, чем дети непьющих родителей. Женщины спиваются в силу биологических причин намного быстрее мужчин. Психическая деградация женщин идет в 3–5 раз быстрее, нежели у пьющих мужчин. Люди, как правило, спиваются через употребление слабоалкогольных изделий – пива, шампанского, вина и т. д.

**Наркотик-НЕТ!**

Наркомания начинается с первой выкуренной сигареты.

Прежде, чем купить и попробовать наркотик или любой токсикант, подумай: а зачем тебе это надо? Кроме дополнительных проблем ничего хорошего не получишь.

Если, попробовав дури, тебе захотелось повторить, знай, ты – в начале пути к своей безвременной смерти. Но еще до ее прихода ты испытаешь такие муки и страдания, каких не пожелаешь своему злейшему врагу.

Итак, где бы, в какой — бы ситуации ты ни оказался – скажи сам себе твердо и решительно: НАРКОТИКУ – НЕТ!

Лжец тот, кто делит наркотики на сильные и слабые, утверждая при этом, что последние безвредны.

Почему подростки наиболее подвержены наркомании?

 В подростковом возрасте очень хочется:

- освободиться от постоянного контроля взрослых, который сопровождается недоверием и подозрительностью;

- соответствовать необоснованно предъявляемым обвинениям;

- освободиться от взрослых обязанностей;

- вкусить запретный плод,котором так много говорят;

- соответствовать нормам и ценностям референтной группы;

- казаться сильным и умеющим все,не бояться взрослых.

 Исходя из понимания причин, очень важно подростку донести , дать понять,что тот «добрый» приятель или знакомый,который будет убеждать попробовать «травку» просто из любопытства, дескать, если не понравится, всегда можно бросить,как првило, преследует самые корыстные цели, жестоко используя неопытного подростка.

 Школьникам нужно знать и помнить,что никто из погибших наркоманов не собирался продолжать прием наркотиков, все хотели лишь попробовать, удовлетворить свое любопытство.

Конец,как правило,трагичен,загублена человеческая судьба,сама жизнь!

 Как мудры были древние,оставив в наследство грядущим поколениям много поучительных историй, с одной из которых я и хотела бы начать свой рассказ об опыте работы по ангтинаркотической пропаганде со своими подопечными-учениками 7 а класса.

 Это история легендарного греческого баснописца Эзопа.

« В одном болоте жили-были две лягушки. Настало жаркое лето, болото высохло, и лягушкам пришлось перебираться на новое место, ведь лягушки живут там, где влажно. В поисках нового убежища они наткнулись на глубокий колодец.

 Одна из лягушек заглянула в него и скзала: « Отличное место! Здесь полно холодной воды! Давай прыгнем в этот колодец и останемся в нем жить!»

Но другая лягушка ответила: «Не торопись, конечно, здесь много воды, но что с нами будет, если этот колодец высохнет как и болото? Как мы сможем выпрыгнуть из такой глубокой ямы?»

**Наркотики , закон и уголовная ответственность.**

 Прежде всего нужно подростку возможность найти ответы на все интересующие его вопросы.

**1. Bonpoc: Какие меры можно применить ко мне, если я еще несовершеннолетний, но уже систематически принимаю наркотики?**

 Подростки в возрасте от 10 лет, систематически попадающиеся при распитии спиртных напитков, хранении, перевозке или потреблении наркотиков, могут быть направлены в специальные школы для детей и подростков, нуждающихся в особых условиях воспитания - закрытые образовательные учреждения интернаты, расположенные не всегда по месту жительства подростка.

 **2. Вопрос: Какое наказание я понесу и понесу ли, если добровольно сдам в правоохранительные органы, имеющиеся у меня наркотики?**

 Ст. 20. 20 п. 2 Кодекса административных правонарушений РФ гласит: Потребление наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача либо потребление иных одурманивающих веществ на улицах, стадионах, в скверах, парках, в транспортном средстве общего пользования, в других общественных местах влечет наложение административного штрафа в размере от 10 до 15 минимальных размеров оплаты труда

 Ст. 6.9 или административный арест на срок до 15 суток. Ст. 20. 22 (для несовершеннолетних): влечет наложение административного штрафа на родителей или иных законных представителей несовершеннолетних в размере от 3 до 5 минимальных размеров оплаты труда.

 **3. Вопрос: Я хотел бы знать какое количество наркотиков считается небольшим, а какое крупным или особо крупным?**

 Разъяснение по потреблению наркотиков дает Кодекс административных правонарушений РФ 2001 года.

Так, например, крупной считается доза: гашиша (анаши) - 2 грамма; героина -0,5 грамм; опия - 1 грамм; маковой соломки - 20 грамм.

 **4. Вопрос: Возвращаясь с дискотеки, я наткнулся на небольшой пакет, подобрал его. Как оказалось, в нем были наркотики. Буду ли я нести ответственность перед законом, если оставлю его себе, мало ли для чего потребуются. И что будет, если я их, пусть по дешевке, продам знакомым наркоманам?**

 Незаконное приобретение или хранение без цели сбыта наркотических средств или психотропных веществ в крупном размере наказываются лишением свободы на срок от 3-х лет. Незаконные приобретения и хранение в целях сбыта, изготовление, переработка, перевозка, пересылка либо сбыт наркотических средств или психотропных веществ наказываются лишением свободы на срок от 3-х до 7 лет с конфискацией имущества или без таковой (УК РФ ст.228 п.1.2).

 **5. Вопрос: Моя знакомая имеет возможность доставать сильнодействующие вещества и продает их подросткам, но они не относятся к наркотикам. Грозит ли ей какое-либо наказание?**

 Незаконное изготовление, переработка, приобретение, хранение, перевозка или пересылка в целях сбыта, а также и незаконный сбыт сильнодействующих и ядовитых веществ, не являющихся наркотическими средствами или психотропными веществами, либо оборудования для их изготовления или переработки наказываются лишением свободы на срок до 3-х лет (ст.234 п. 1 УК РФ ).

 **6 . Вопрос: У моего одноклассника есть знакомый врач, который иногда продает ему рецепты на приобретение лекарств, содержащих наркотики. Неужели это не запрещается законом?**

 Подобные действия наказываются на основании ст.233 УК РФ. Незаконная выдача либо подделка рецептов или иных документов, дающих право на получение веществ, наказываются лишением свободы на срок до 2-х лет с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до 3-х лет и без такового.

 **7. Вопрос: Мой друг употребляет наркотики. Неужели ему грозит такое же наказание, как и тем, кто ими торгует?**

 Для лиц, употребляющих наркотики наказание, преимущественно, назначается условно, так как судьи понимают, что они, скорее больные, чем преступники. И прокуроры, и судьи осознают, что наркоманов вынуждает совершать преступление их зависимость, хоть это и не есть оправдание. Наркоман получает срок условно, если преступление совершено первый раз, обвиняемый, ранее не был судим, у него хорошие характеристики с места учебы или работы.

 **8. Вопрос: Моего одноклассника милиционеры забрали с дискотеки, утверждая, что он принимал наркотик, заявив, что необходимо пройти медицинский осмотр. Имеют ли они на это право?**

Лицо, в отношении которого имеется достаточные основания полагать, что оно находится в состоянии наркотического или токсического опьянения, может быть направлено на медицинское освидетельствование. Медицинское освидетельствование проводится специально уполномоченными на то органами и в порядке, установленном Федеральным законодательством. Для направления лицу на медицинское освидетельствование уполномоченные органы внутренних дел выносят постановление. Для вынесения постановления нарушитель подлежит доставлению в отдел милиции или пункт охраны общественного порядка.

 **9. Вопрос: Мне сказали, что меня могут наказать за появление в общественном месте в состоянии токсического опьянения. Я думаю, что в нашей свободной стране нет такого закона, так как он ограничит мои права.**

Появление в общественном месте в состоянии наркотического либо токсического опьянения, оскорбляющем человеческое достоинство и общественную нравственность, влечет предупреждение или наложение штрафа в размере до 1 до 5 минимальных размеров оплаты труда или административный арест до 15 суток. Появление в общественных местах в состоянии наркотического или токсического опьянения подростков в возрасте до 16 лет влечет наложение штрафа на родителей или лиц, их заменяющих, в размере от 3 до 5 минимальных размеров оплаты труда.

 **10. Вопрос: Почему наркоманы часто оказываются на скамье подсудимых?**

 Наркоманы попадают в тюрьму чаще всего за преступления, совершенные в состоянии наркотического опьянения. Рано или поздно они сталкиваются с проблемой Где взять средства? начинают красть, грабить, разбойничать. По статистике, общее число преступлений, совершенных под воздействием наркотиков, катастрофически растет.

 **11. Вопрос: Мой знакомый плохо понимал, что он делает, когда бил стекла одного из торговых павильонов, так как был в состоянии наркотического опьянения. Понесет ли он ответственность за свои действия?**

 Ст. 23 УК РФ: Уголовная ответственность лиц, совершивших преступление в состоянии опьянения. Лицо, совершившее преступление в состоянии опьянения, вызванном употреблением алкоголя, наркотических средств или других одурманивающих веществ, подлежит уголовной ответственности. Если человек из-за наркотиков теряет контроль над своим поведением, то вина за это лежит только на нем самом.

 **12. Вопрос: Если преступление совершено в компании друзей, то будет ли ответственность за него делиться между всеми участниками и тогда степень наказания будет меньше?**

 Совершение преступления группой лиц относится к обстоятельствам, отягощающим уголовную ответственность. Статья 229 УК РФ: Хищение либо вымогательство наркотических средств или психотропных веществ.

 1. Хищение либо вымогательство наркотических веществ или психотропных веществ наказывается лишением свободы на срок от 3 до 7 лет.

 2. Те же деяния, совершенные:

 а) группой лиц по предварительному сговору;

 б) лицами, с использованием своего служебного положения;

 в) с применением насилия.

 Наказываются лишением свободы на срок от 6 до 10 лет.

 3. Деяния, предусмотренные частями первой или второй настоящей статьи, если они совершены:

 а) организованной группой;

 б) в отношении наркотических средств или психотропных веществ в крупном размере;

 в) с применением насилия, (опасного для жизни или здоровья, )

 наказываются лишением свободы на срок от 8 до 15 лет.

 **13. Вопрос: Какие международные документы и как пытаются законодательно оградить детей от наркотиков?**

 Конвенция о правах ребенка принята 44 сессией Генеральной Ассамблеи ООН 05.12.1989г. (Ратифицирован Верховным Советом СССР 13.07.1990 г.).

 Статья ЗЗ. Государства-участники принимают все необходимые меры, включая законодательные, административные и социальные меры, а также меры в области образования, с тем, чтобы защитить детей от незаконного употребления наркотических средств и психотропных веществ, как они определены в соответствующих международных договорах, и не допустить использования детей в противозаконном производстве таких веществ и торговли ими.