

НЕ ДЕМОНСТРИРУЙТЕ ДЕТЯМ ЗАВИСИМОЕ ПОВЕДЕНИЕ (курение, употребление алкоголя) — это снижает ваш родительский авторитет и может стать причиной появления вредных привычек у ваших детей.

Центр диагностики и консультирования при комитете образования администрации г. Улан-Удэ: **8 (3012) 55 38 17**

Республиканский наркологический диспансер:

Горячая линия - 8 (3012) 37 94 11

Телефон доверия - 8 924 456 59 11

Всероссийский телефон доверия для детей и подростков и их родителей: **8 800 2000 122**

Кризисная линия доверия: **8 800 100 49 94**

Уполномоченный по правам ребенка в Республике Бурятия: **8 (3012) 21 28 79**

«Дети Онлайн» (любые виды помощи и консультации тем, кто столкнулся с виртуальным преследованием, домогательствами, шантажом, мошенничеством, несанкционированным доступом к личному компьютеру через интернет или мобильную связь): **8 800 25 000 15**

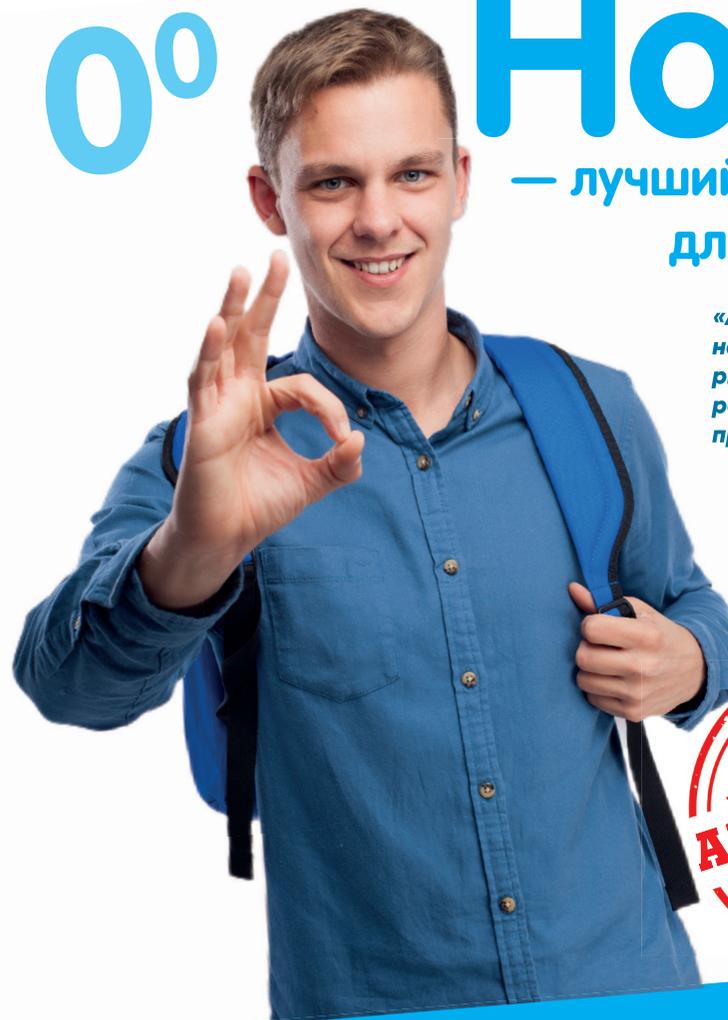
Сообщить о незаконной продаже снюса несовершеннолетним вы можете по телефонам МВД: **102, 112**

Роспотребнадзор по Республике Бурятия: **8 (3012) 41 25 74, 8 (3012) 41 24 44**



ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ
РЕСПУБЛИКИ БУРЯТИЯ имени В.Р. БОЯНОВОЙ

0° Ноль
— лучший градус
для ЖИЗНИ



«Алкоголизм начинается с первой рюмки, выпитой родителями в присутствии ребенка».

Геннадий Шичко,
физиолог, автор
методики освобождения
от алкогольной
зависимости:



**ПРОЙДИТЕ БЕСПЛАТНОЕ
ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЕ
ОБСЛЕДОВАНИЕ В
ЦЕНТРАХ ЗДОРОВЬЯ**



**ул. Жердева, 100,
ул. Советская, 326
Тел.: 377-300**

ИЛИ В ПОЛИКЛИНИКАХ ПО МЕСТУ ЖИТЕЛЬСТВА

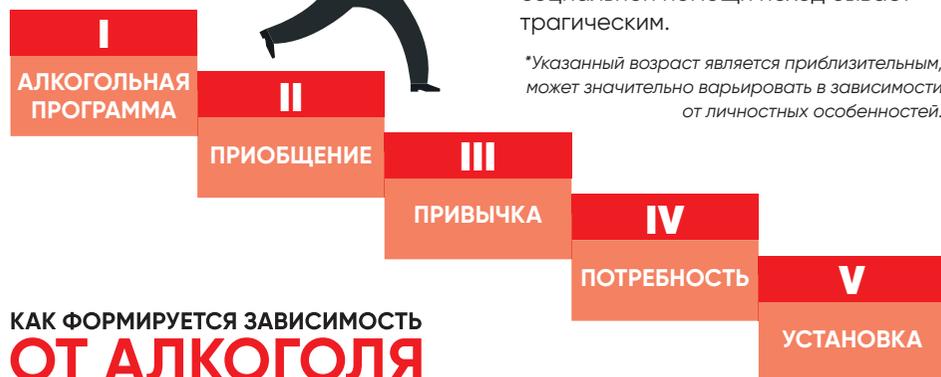
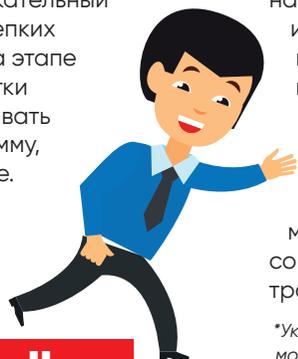
ТРЕЗВОСТЬ – естественное состояние человека, присущее ему от рождения. «Культурное употребление алкоголя» – это добровольное отравление себя алкогольным ядом. Используется как скрытая реклама алкоголя и навязывает алкогольное поведение, подкрепленное алкогольной программой.

I. АЛКОГОЛЬНАЯ ПРОГРАММА

– это ложное убеждение, что праздник или любое значимое событие обязательно должно сопровождаться отравлением себя алкоголем. Оно формируется в детстве, до 5–6 лет. Наиболее значимым праздником для становления алкогольной программы является Новый год. Праздничная атмосфера, красивая елка, подарки, накрытый стол, уставленный алкоголем, распитие взрослыми шампанского под бой курантов способствуют закреплению алкогольной программы, определяющей модель поведения на всю жизнь.

II. ПРИОБЩЕНИЕ

Это начало употребления, «знакомство» с алкоголем, чаще в подростковом возрасте. Наиболее опасными с точки зрения приобщения к алкоголю являются шампанское и пиво, поскольку они имеют более привлекательный вкус, в отличие от крепких спиртных изделий. На этапе приобщения подростки начинают реализовывать алкогольную программу, заложенную в детстве.



III. ПРИВЫЧКА

Употребление алкоголя по привычке, праздникам, «пятничный синдром» соответствует психологической стадии зависимости от алкоголя (25–35 лет*). Продолжается реализация алкогольной программы. При продолжении употребления алкоголя «привычка» переходит на следующую ступень – потребность.

IV. ПОТРЕБНОСТЬ

Соответствует второй стадии алкоголизма, проявляется физической зависимостью и наличием похмельного (абстинентного) синдрома (45–55 лет*). Только на этой стадии большинство пациентов обращаются к наркологу.

V. УСТАНОВКА

Соответствует третьей стадии алкоголизма, характеризующейся алкогольным поражением мозга. Для неё характерны переход на менее крепкие алкогольные изделия (портвейн, дешёвые вина), а также снижение морально-этических принципов, социальная запущенность, нередко отторжение семьи (55 лет* и старше). При отсутствии специализированной медицинской, психологической и социальной помощи исход бывает трагическим.

**Указанный возраст является приблизительным, может значительно варьировать в зависимости от личностных особенностей.*

СОБЛЮДАЙТЕ ЭКОЛОГИЮ ТРЕЗВОСТИ В ДОМЕ И СЕМЬЕ:

- ✘ **Не проводите** детские дни рождения, семейные праздники с алкоголем на столе.
- ✘ **Не покупайте детям** «Детское шампанское», потому что научившись наливать в бокал безалкогольный напиток, подрастая, они начнут наливать уже алкогольные изделия.
- ✘ **Не держите в доме** спиртное, не ставьте на видное место алкогольную посуду (рюмки, фужеры, бокалы и др.), не занимайтесь изготовлением алкогольных изделий.
- ✘ **Не размещайте в квартире** картины и фотографии с изображением алкоголя, особенно фотографии семейных торжеств за столом, заставленным бутылками со спиртным.
- ✘ **Не дарите спиртное.** Вместо бутылки вина купите коробку дорогого чая, кофе, книгу и т.д. Не участвуйте в конкурсах, где разыгрывают алкоголь.
- ✘ **Старайтесь не посещать** мероприятия, где под видом приобщения к искусству предлагают употребление алкоголя.
- ✘ **Никогда не давайте детям пробовать алкоголь!** По статистике 60% российских девочек впервые попробовали алкоголь в семейном кругу по предложению (!) родителей. Вовлечение несовершеннолетнего в совместное употребление алкоголя не только опасно для детского организма, но и попадает под административную ответственность (КоАП РФ Статья 6.10).

