

Уважаемые родители (законные представители)!

В рамках межведомственной оперативно-профилактической операции «Чистое поколение-2025», направленной на профилактику наркомании среди подростков, предлагаем Вам ознакомиться с важными материалами.

Профилактика наркомании и других форм зависимости среди несовершеннолетних — важная задача, которую мы можем решить вместе. Вот несколько рекомендаций, которые помогут Вам в этом.

1. Открытое общение

- Регулярно разговаривайте с детьми: Создайте атмосферу доверия, чтобы подросток мог делиться с вами переживаниями и проблемами.
- Обсуждайте темы здоровья и безопасности: Объясняйте, почему употребление наркотиков вредно, и как это может повлиять на жизнь и здоровье.

2. Осведомленность

- Знайте, что происходит в жизни вашего ребенка: Будьте в курсе его друзей, увлечений и досуга.
- Изучайте информацию о наркотиках: Знайте, какие вещества распространены в вашем регионе и как они могут повлиять на здоровье.

3. Поддержка и вовлеченность

- Участвуйте в жизни ребенка: Занимайтесь совместными активностями, спортом или хобби, что поможет укрепить вашу связь.
- Поощряйте участие в общественных мероприятиях: Привлекайте детей к различным программам и акциям, направленным на здоровый образ жизни.

4. Формирование позитивных ценностей

- Стимулируйте развитие интересов и увлечений: Помогите ребенку найти хобби или занятия, которые приносят радость и удовлетворение.
- Обсуждайте важность выбора: Помогите ребенку осознать, что каждый выбор имеет последствия.

5. Обратите внимание на признаки

- Следите за изменениями в поведении: Если вы заметили резкие изменения в настроении, привычках или окружении ребенка, постарайтесь выяснить причины.
- Не бойтесь обращаться за помощью: Если у вас есть подозрения или опасения, обратитесь к специалистам — психологам, социальным работникам или консультантам.

6. Будьте примером

- Показывайте своим примером здоровый образ жизни: Ваши привычки и стиль жизни могут стать для ребенка ориентиром.

Помните, что профилактика наркомании — это наша общая задача! Давайте вместе строить безопасное и здоровое будущее для наших детей