

КАК СКАЗАТЬ «НЕТ» В КОМПАНИИ ДРУЗЕЙ И СОХРАНИТЬ СВОЙ АВТОРИТЕТ.



Так или иначе, вопрос алкоголя возникает в кругу друзей. Чтобы избежать неприятностей на свою голову, вот тебе перечень советов, которыми ты при необходимости можешь воспользоваться:



Если ты не хочешь пить алкоголь в компании:

- Избегай компаний, где присутствует алкоголь;
- Будь твёрдым в своем отказе;
- Сосредоточься на других занятиях – танцуй, слушай музыку;
- Не участвуй в спорах, в которых ведущую роль играет алкоголь, не ведись на “слабо”;
- Если ты оказался в компании, где уже есть алкоголь – немедленно покинь её!

PARTY TIME

Если вечеринка у тебя дома:

- Продумай тематику вечеринки, обеспечь развлечение;
- Прибери разные безалкогольные напитки, чтобы у твоих друзей был выбор;
- Если, несмотря на усилия кто-то принёс алкоголь и ситуация выходит из-под твоего контроля, заставляет тебя переживать, не бойся просить помощи у взрослых, которым доверяешь. Иногда только это помогает предотвратить большие неприятности.



Что произойдёт, если ты откажешься выпить алкоголь:

Ничего, о чём можно было бы сожалеть.

Ты запомнишь праздник настоящим, таким, какое оно было на самом деле. Ты избежишь риска «втянуться». Каждый человек, страдающий алкоголизмом, когда-то тоже сделал свой первый глоток.

А у твоих родителей появится ещё один повод для гордости!



ПОМНИ: пить и не пьянеть можно только в одном случае – если ты пьёшь не алкоголь!



Антинаркотическая
площадка
"Быть свободным - здорово!"

