



ŚWIADOMIE
NIE BIORĘ

Świadomie NieBiorę!

Jak rozpoznać uzależnienia?

1. Wypierasz zdanie bliskich, którzy zwrócili uwagę na twój nałóg
 2. Tracisz kontrolę, nie jesteś w stanie powstrzymać się przed zażywaniem
3. Zaniedbujesz codzienne czynności na poczet uzależnienia
 4. Podejmujesz nieudolne próby rzucenia nałogu

**80% uczniów
deklaruje, że
choć 1 osoba w
klasie jest
uzależniona**

Jeśli zgodziłeś się z punktami powyżej, zacznij działać



**ŚWIADOMIE
NIE BIORĘ**

Dotyka Cię problem uzależnień?

GDZIE ZGŁOSIĆ SIĘ PO POMOC :

Jeśli dotyka Cię problem uzależnień porozmawiaj z bliską ci osobą lub skontaktuj się z organizacjami, które na co dzień zajmują się takimi problemami :



ANONIMOWI ALKOHOLICY
TEL: 801 033 242



MONAR
TEL: 61 868 72 27



**OGÓLNOPOLSKI TELEFON
ZAUFANIA UZALEŻNIENIA**
TEL: 800 199 990

**UZALEŻNIENIA MOJĄ WPŁYW NA CAŁE TWOJE OTOCZENIE
PROWADZĄ CZĘSTO DO NIEODWRACALNYCH SZKÓD I MOGĄ
SKOŃCZYĆ SIĘ ŚMIERCIA**

NIE CZEKAJ, DZIAŁAJ!



swiadmieniebiore



swiadmieniebiore



swiadmieniebiore@gmail.com



**Młodzieżowa
Rada Gminy**
SUCHY LAS

**Sfinansowane ze
środków**