

Министерство образования и науки Российской Федерации
государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение Самарской области «Борский государственный техникум»

**Методическая разработка
Акции « Наркотикам - НЕТ»!**

Разработчик: Бочарова Светлана Александровна, мастер производственного обучения.

Организация-разработчик: ГБПОУ СО «Борский государственный техникум»

Цель: способствовать формированию знаний о вреде наркомании, росту самосознания и самооценки подростков.

Задачи:

1. Развить умение аргументировать свою точку зрения.
2. Помочь учащимся выработать зрелую, обоснованную позицию в отношении употребления наркотиков, осознать глубину данной проблемы.
3. Воспитывать потребность в здоровом образе жизни.

Ход мероприятия

Видеоролик о наркоманах с песней «Я умираю».

Чтец: Играя отблеском в лучах рассвета,

И каплю смерти источая,

Игла холодным блеском света,

Очередную жертву отмечает.

Ей безразлично кто ты,

Она колоть не устает,

В мозгу людей растут пустоты,

Когда-нибудь она убьет.

Глаза мутны твои и безразличны,

Слюна стекает изо рта,

Вся жизнь к тебе сейчас цинична,

А впереди маячит темнота.

Все прошлое тобой забыто,

А настоящее всегда в тумане,

Что дальше для тебя закрыто,

Вся жизнь твоя в сплошном обмане.

Друзья давно уж не друзья,

Для них ты тень, или туман,

И жизнь тебя не трогает ничья,

Ты в этой жизни наркоман.

Игла не даст тебе смириться,

Не даст забыть тот кайф вовек,

Тебе сейчас лишь «забуриться»,

Для всех исчез, как человек.

Ведущий 1: Здравствуйте! Сегодня мы собрались для того, чтобы поговорить о самой большой и серьезной проблеме для России и всего мира – о наркомании.

Истощенное, с исколотыми венами тело. Отрешенный взгляд ничего не выражают глаза. Бессвязная речь, ответы невпопад, на, казалось бы, самые обычные вопросы! И полное отсутствие интереса к жизни.

И все это в 14-20 лет. Название этому - наркомания!

Слово «наркотик» прочно существует в словаре 21 века, как одно из самых употребляемых слов.

А как реагируют люди на это слово чисто внешне?

Ведущий 2: Учащиеся одной из школ разбились на 3 группы и провели небольшой социальный опрос у людей пожилого возраста, среднего возраста и учащейся молодежи.

Опрос на улицах села дал следующую статистику.

Было опрошено 30 человек.

1. Люди пожилого возраста – 12 человек

их реакция:

испуг - 4 человека

недоумение, непонимание – 3 человека

безразличие – 3 человека

озлобленность и агрессия – 2 человека

2. Люди среднего возраста – 10 человек

страдание – 1 человек

испуг – 4 человека

агрессия – 5 человек

3. Молодежь – 8 человек

интерес к теме разговора – 5 человек

испуг – 3 человека

Ведущий 1: «О чём говорит эта небольшая статистика? О том, что проблема наркомании на слуху у всех членов общества. Все о ней знают или слышали, все пытаются существовать с этой проблемой параллельно.

За последние 10 лет число смертей от употребления наркотиков увеличилось в 12 раз, а среди детей – в 42 раза.

Посмотрите на эти страшные кадры (фото наркоманов)

Путь туда легкий и простой, вернуться оттуда невозможно.

Вы должны знать, что наркомания – это одно из самых тяжелых и трудноизлечимых, а порой и неизлечимых заболеваний.

Ведущий 2: А что означает слово «наркомания»?

Слово «наркомания» происходит от греческого слова «наркэ» - страсть, безумие. В одном слове заключена трагическая судьба человека, нарушившего нравственные законы. Сначала ловушка (оцепенение), отчуждающая человека от реальности, переход через грань, погружение ни во что.

Затем уход в Зазеркалье, где каждый может совершить самоубийство - грех, не прощаемый ни в этом веке, ни в будущем.

Наркомания – это общее название болезней, проявляющихся во влечении к постоянному приему наркотических средств, вследствие стойкой психологической и физической зависимости от них.

Наркоман деградирует как личность.

Чтец: Портрет наркомана:

Цвет лица землист.

А он не старый.

В доме холод, грязь.... И тишина.

Дети в школе умственно отсталых

И в психиатрической жена....

Слаб и вял он, словно из мочала сотворен,
А он при всем притом
Человеком тоже был сначала
Тенью человека стал потом.

Ведущий 1: Каковы причины наркомании?

Их множество. Одна из них

Любопытство

Чтец: О люди! Все похожи вы
На прародительницу Еву:
Что вам дано, то не влечет,
Вас непрестанно змий зовет
К себе, к таинственному древу,
Запретный плод вам подавай,
И без того вам рай не рай.

(А.С.Пушкин, «Евгений Онегин»)

Враждебность

Достаток и досуг.

Скука и потеря интереса к жизни

Уход от физического стресса

Попытка установить дружеские отношения со сверстниками

Возможность привлечь к себе внимание

Давление группы, отсутствие навыка отказа

И вот уже для того, чтобы каждый день иметь свою дозу, наркоман начинает приучать к наркотикам своих знакомых. За каждого новичка он получает бесплатную дозу.

Ведущий 2: Как вы считаете, кто становится наркоманом?

Ответ: Как правило, наркоманом становится человек со слабой волей, не научившийся делать верный выбор даже в мелочах, четко определять, что такое хорошо и что такое плохо. Обычно такие люди вовлекаются в различные авантюры, истории. Они не способны отказаться от сигареты или дурманящей таблетки.

Ведущий 1: Где же совершается таинство приобщения к наркотикам?

По данным статистики, около 30 школьников из 100 впервые попробовали наркотик на улице или во дворе; 26 – на квартире приятеля или подруги; 18 – на чердаке, в подвале, в подъезде; 17 – на пикнике, в походе, на природе; 14 – на дискотеке. Восемь подростков из 100 «дебютировали» как наркоманы под крышей отчего дома. 4% старшеклассников приобщились к «белой смерти» под прокуренными сводами кафе и баров.

Назовите, какие вы знаете наркотики?

Ведущий 2: Классификация наркотических средств

Наркотики – вещества различной природы, изменяющие состояние организма в целом, в том числе и сознания, способные вызвать зависимость. От разных наркотиков зависят по-разному. Например, марихуана и такой галлюциноген, как ЛСД, вызывают психологическую зависимость. А героин вызывает химические изменения в мозге, и наркоман уже физически не

может обходиться без зелья. Но даже те наркотики, которые не вызывают физиологической зависимости, приводят организм в такое состояние, что он реагирует только на более массированные дозы.

Летучие наркотически действующие вещества

К летучим наркотически действующим веществам относят обширную группу органических летучих жидкостей и газов, которые преднамеренно вдыхаются для получения состояния эйфории. Такие вещества, которые вводятся в организм посредством вдыхания, называют ингалянтами.

Ингалянты получили широкое распространение ввиду относительно низкой стоимости, отсутствии строгого учета, многообразия форм выпуска и простоты хранения. Их употребление стало наиболее «популярным» в подростковой группе. Клей «Момент», бензин, растворители... - обладают наркотическим эффектом.

Злоупотребление ингалянтами внешне очень напоминает опьянение алкоголем. Отличий немного: обычно подростки под действием ингалянтов ведут себя крайне вызывающе и шумно: громко кричат, смеются, дерутся между собой, запах алкоголя при этом отсутствует, зато иногда можно почувствовать слабый запах растворителя, бензина..., исходящий обычно от волос или одежды

При систематическом употреблении ингалянтов окружающим наркомана людям становится заметно его отставание в умственном развитии, замедление мышления, ухудшение успеваемости и поведения. У систематически злоупотребляющих ингалянтами кожа землистого оттенка, переносица и веки несколько отечны, волосы сухие и ломкие.

Ингалянты угнетают деятельность коры головного мозга, вызывают гипоксию. Эффект воздействия начинается уже через несколько секунд после ингаляции и может длиться до нескольких часов. Воздействие ингалянтов сопровождается зрительными, слуховыми, тактильными галлюцинациями, часто фантастического или угрожающего характера.

Самое страшное, что может случиться при употреблении летучих наркотически действующих веществ – так называемая «смерть в мешке». Малолетние экспериментаторы, начав вдыхать пары токсина, быстро пьянеют, теряют сознание и уже не могут снять с головы мешок. Тяжесть опьянения быстро возрастает, и очень скоро дыхание и сердечная деятельность останавливаются. К несчастью, таких смертей немало.

Ингалянты повреждают все органы и ткани организма. По токсичности и по скорости разрушения организма с ингалянтами не может сравниться никакой другой наркотик. Кроме того, поскольку ЛНВД в основном употребляют малолетние, у них очень быстро возникает отставание в физическом и интеллектуальном развитии, возможно появление стойкой энцефалопатии. Во многих случаях вдыхание летучих веществ – лишь эпизод в жизни.

Иногда от употребления ингалянтов переходят к злоупотреблению другими психоактивными препаратами, в том числе наркотиками и алкоголем. Барбитураты (снотворные средства барбамил, нембутал и др.). При отравлении небольшими дозами возникают симптомы, сходные с

симптомами алкогольного опьянения. В больших дозах они вызывают кому. Около 10% жертв попыток самоубийства после употребления барбитуратов больше не просыпаются.

Наблюдаются ухудшения памяти, ослабляется умственная деятельность, потеря контроля над эмоциями, переход от состояния оптимизма к состоянию безнадёжности.

Транквилизаторы (успокаивающие средства седуксен, элениум, нитрозепам, реланиум ,валиум, либриум и другие) . Вызывают привыкание, что может привести к возникновению физической и психической зависимости.

Опиаты (опиум, морфин, героин) получают из мака. К синтетическим опиатам относятся промедол, метадон, кодеин и др. Приводят человека в состояние как бы вне времени и вне пространства, в состояние необыкновенной эйфории.

Вызывают психологическую и физическую зависимость, к возрастающему привыканию, из-за которого приходится увеличивать дозу.

Галлюциногены (ЛСД, мексалин – получают из бутонов кактуса, псилобицин – из грибов ,буфотенин – из яда жаб) воздействуют на восприятие окружающего мира, искажая восприятие формы и цвета.

Приводят к эмоциональному расстройству. Галлюцинации сопровождаются идеями величия или преследования, превращения в других существ окружающего мира.

Психоделики (марихуана, гашиш, анаша – получают из конопли, эфедрин, амфетамин, катинон, табак, алкоголь). Обладают одновременно галлюциногенным, возбуждающим и эйфоризирующим действием.

Восприятие времени и пространства изменяются настолько. Что минута может показаться веком. Воображение оказывается свободным, легко возникают ассоциации мыслей.

Снимают ощущение усталости, сонливости, подавляют чувство голода, повышается двигательная активность, болтливость, учащается сердцебиение.

В отсутствие наркотика развивается подавленное состояние, часто проявляющейся наклонностью к самоубийству.

Амфетамины – сильные возбуждающие средства, что может далее привести к упадку сил. Вызывает вспышку сильного наслаждения, непреодолимое желание говорить, иллюзорное чувство превосходства над окружающими.

Длительное употребление амфетамина приводит к психопатическим проявлениям: человек чувствует себя затравленным, малейшее движение другого человека может быть принято как угроза. Бредовые идеи сопровождаются слуховыми галлюцинациями.

Ведущий 1: Стадии формирования наркотической зависимости

Стадия социальной зависимости

Подросток ещё не начал употребление наркотиков, но общается с наркозависимым. Подросток выражает положительное отношение к наркотикам, принимает стиль поведения наркозависимых и внешние атрибуты референтной группы. В этот период подросток готов начать

употребление наркотиков. Своевременное выявление и разрушение группы, изоляция её лидеров, может остановить развитие интереса к наркотикам

Стадия психической зависимости

Подросток стремится вновь вернуть состояние, которое он испытывает, находясь в наркотическом опьянении. Эта зависимость формируется в короткие сроки после начала употребления наркотиков. Подросток желает получить приятные ощущения от приёма наркотических средств или, находясь под их воздействием, отвлечься от неприятных переживаний и отрицательных эмоций.

Стадия физической зависимости

Формируется при более длительном употреблении наркотиков. Наркотик включается в процесс обмена веществ. При прекращении приёма наркотика наблюдается состояние физического дискомфорта – от легкого недомогания до тяжёлых проявлений абстинентного синдрома («ломки»)

Ведущий 2: Очень часто мы слышим слово «ломка» наркамана. Что это такое? Абстинентный синдром

Возбуждение, тревога, страх → тоска, мысли о безысходности → судорожные припадки → острый психоз с нарушениями сознания → галлюцинации, бред → нарушение всех функций организма
повышение кровяного давления, учащение сердцебиения, сильные мышечные боли, нарушение работы пищеварительного тракта, тошнота, рвота, понос, боли в желудке → непереносимость наркотика

Ведущий 1: По каким признакам можно определить факт употребления наркотических веществ?

Внешние признаки

Бледность кожи

Расширенные или суженные зрачки

Покрасневшие или помутневшие глаза

Замедленная речь

Плохая координация движений

Похудение или прибавка в весе

Блеск в глазах

Нарушение пищеварения

Очевидные признаки

Следы от уколов, порезы, синяки

Свернутые в трубочку бумажки

Маленькие ложечки

Капсулы, бутылочки, пузырьки

Запахи табачного дыма с примесями запахов трав или синтетики

Изменения в поведении

Наращающее безразличие

Невозможность сосредоточиться

Болезненная реакция на критику

Частая и резкая смена настроения

Смена круга знакомых

Безобразное отношение к учебе

Проявление грубости, лени

Нарушение сна

Ведущий 2: От чего же может погибнуть наркоман?

Смерть может наступить уже в самом начале заболевания.

От передозировки наркотика

В результате употребления непроверенных веществ

От внесения в организм инфекции при инъекции

От ослабления иммунитета, развития инфекционных заболеваний

Ведущий 1: Миры о наркомании

Распространители наркотиков умело используют неосведомлённость подростков о наркотических веществах. С другой стороны активно внедряются в сознание молодёжи мифы о наркотиках. Предлагаем подвергнуть обсуждению каждый миф.

Миф первый: «Попробуй – пробуют все !»

Это неправда: исследования показывают, что большинство подростков не удалось склонить к употреблению наркотиков. Они уже никогда не будут жертвами наркомании!

Миф второй: «Попробуй- вредных последствий не будет !»

Это ложь. Пристрастие к некоторым наркотикам может возникнуть и после 1-2 приёмов. Существуют индивидуальные различия организма. Возможна гибель даже при первой инъекции. В клинической практике описано множество случаев отравлений, вызываемых токсическими примесями в кустарно изготовленных наркотиках. Есть проблемы в точном дозировании вещества, что может привести к летальному исходу.

Миф третий: «Алкоголь и табак – тоже наркотики, но человек употребляет их, поэтому нет ничего страшного в «лёгких» наркотиках»

Это неправда. Алкоголизм и табакокурение приводят к неизлечимым хроническим заболеваниям, часто к смерти. Кроме того, они вызывают привыкание.

Миф четвёртый «Существуют «безвредные» наркотики»

Это неправда. Безвредных «легких» наркотиков не существует. Не все наркотические вещества вызывают физическую зависимость, но все они пагубно влияют на личность, даже при незначительном употреблении.

Выявлено, что практически все наркоманы, прибегающие к самым «тяжёлым» наркотикам начинали с марихуаны, применение которой привело к психической зависимости

Миф пятый: «Попробуй - если не понравится, прекратишь приём»

При употреблении любого вида наркотика прежде всего страдает воля, снижается целеустремлённость, т. е. человек становится неспособен к продуктивной деятельности, часто прекращает учиться, бросает работу.

Нельзя физическую зависимость «ломку» преодолеть без помощи врачей, одной силой воли, т.к. волевые качества личности практически сведены к нулю.

Ведущий 2: Один наркоман способен посадить на иглу 15-20 человек. Не просто «способен» - ему это необходимо по простейшим соображениям. 15 новорожденных наркоманов станут его «спонсорами».

Ведущий 1: Подростковую наркоманию характеризует ряд особенностей.

1. Подросткам свойственна высокая чувствительность

2.Подростки оказываются наиболее незащищёнными, уязвимыми и психологически беспомощными перед возникающими жизненными и личностными трудностями.

3.Часто они не готовы к новым, нередко жестоким требованиям общества, не способны сделать самостоятельный выбор и взять на себя ответственность за своё поведение, за своё будущее, поэтому часто оказываются в стрессовых ситуациях.

4.Это приводит к дезадаптивному и саморазрушающему поведению, в том числе и к злоупотреблению наркотиками и другими психоактивными веществами

5.Тенденция к массовому злоупотреблению наркотическими веществами

6.Влечеие к наркотику у подростков очень долго остаётся психологическим.

7.Омоложение контингента лиц, употребляющих психоактивные вещества до возраста 12-13 лет

8.Переход от «легкодоступных» психоактивных средств (транквилизаторы, барбитураты, препараты конопли) к дорогостоящим и престижным (кокаин, героин, «экстази»), наносящим более разрушительное действие на организм подростка, вызывающим быстрое привыкание и приводящим к деградации личности

9.Изменение социального статуса подростков, начинающих употреблять наркотические препараты, - от детей из неблагополучных семей до подростков из благополучных семей с высоким достатком.

10.Следование молодёжной моде. Популярным видом молодёжных развлечений являются молодёжные клубы, где распространяются психоактивные вещества для «бездурного веселья», обострения восприятия модной музыки и сексуальной расторможенности

11. Недооценка опасности приёма наркотиков, связанная с распространением мифов о наркомании

Давайте попытаемся разобраться: в чем же причина разгула детской наркомании?

Ответ: Мне кажется, что важная причина разгула детской наркомании заключается в том, что в стране практически истреблена культура детского досуга. Мы сами в своих анкетах жалуемся на то, что нечем заняться в свободное время.

Ведущий 2: Вдумайтесь в следующие цифры. 30 подростков из 100 проводят досуг в подворотнях, в подвалах, на улице, во дворе. 700 детей из 1000 не заняты так называемым позитивным времязпровождением.

Природа создала все, чтобы человек был счастлив: деревья, яркое солнце, чистую воду, плодородную почву. И нас, людей, – сильных, красивых, здоровых и разумных.

Человек рождается для счастья, и, кажется, нет места в его душе для злого духа и низменного порока.

Но некоторые губят свою жизнь наркотиками. Её губят и простые люди, и очень талантливые.

Перед страшной бедой ни у кого нет защиты.

Звучит песня В.Высоцкого «Спасите наши души».

Ведущий 1: Великий поэт, актер Владимир Высоцкий употреблял наркотики. Это была его самая большая проблема. Он предпринимал отчаянные попытки излечиться от наркомании, но было поздно. 5 июля 1980 года Высоцкого не стало. Смерть его была неожиданной для его поклонников.

Подросток подражает поп-кумирам, оклеивает их глуповатыми ликами стены своей комнаты. Попробуйте убедить восьмиклассника Васю, что «травка» - то плохо, если его любимые поп – звезды в теле - радио - журнальных интервью без сожаления признавались (и признаются) в том, что принимали (или принимают) наркотики.

Их жизни оборвали наркотики:

- Мэрилин Монро – по одной из версий, актриса умерла от передозировки наркотиков.
- Курт Кобейн, лидер группы «Нирвана», покончил жизнь самоубийством, приняв большую дозу наркотиков.
- Джуди Гарленд – актриса и мать Лайзы Минелли – умерла от алкоголизма и передозировки наркотиков.
- Джимми Хендрикс – супергитарист, скончался после принятия большой дозы наркотиков в Лондоне.
- Элвис Пресли – наиболее вероятная причина смерти – пристрастие к наркотикам.
- Александр Башлычев, рок-бард, выбросился из окна. Одна из возможных причин – наркотики.

- Анатолий Крупнов, основатель группы «Черный обелиск», умер от остановки сердца после многолетнего употребления героина.
- Игорь Сорин – один из «Иванушек» - выбросился из окна. Одна из версии самоубийства – передозировка ЛСД.

Видеоролик

Ведущий 2: Стоит задуматься, Задумайтесь: средняя продолжительность жизни наркомана с того момента, как он плотно сел на иглу, составляет 6-7 лет.

- по данным на 1 января 2013 года, более 2 тысяч жителей Брянской области находилось на учете с диагнозом «наркомания». И с каждым годом количество таких людей увеличивается. Поэтому ни кто не должен оставаться равнодушным к этому страшному явлению нашей жизни.

Политики, ученые, артисты, поэты, спортсмены и просто неравнодушные люди в нашей стране говорят: «Нет наркотикам!»

Ведущий 1:-Возможна ли была бы их победа, если бы они впустили в свою жизнь наркотики?

Чтец: Никогда!
Скала – огромная глыба,
Прочна она и тверда.
Пожалуй, и некоторым людям,
Не сдвинуть ее никогда.
Скала – огромная глыба,
Скала – увы, тяжела.
Но множество рук наляжет –
Сдвинется эта скала.
Коль сможем объединиться,
Слитъ воедино сердца, -
Любое нелегкое дело.
Мы доведем до конца.

Ведущий 2: Проблемы наркотиков не знают государственных границ, вследствие чего для эффективной борьбы с ними требуется предпринимать меры на наднациональном уровне.

В июне 1990 г. была создана Международная ассоциация по борьбе с наркоманией и наркобизнесом (МАБНН), зарегистрирована в Минюсте СССР в феврале 1991 года.

Основная цель данного движения - уберечь ребят от общения с теми, кто попал в наркотическую зависимость. Лидеры движения формируют самосознание подростка, обучают конструктивному межличностному общению, помогают самостоятельно противостоять наркомании. Это движение борется с подростковой наркоманией бесхитростными, но эффективными методами. Взять, к примеру, занятия рисованием. Через природный материал, через цветовую гамму снимается агрессивность. А ведь употребление наркотиков и есть агрессия, направленная вовнутрь, реализующаяся в самоуничтожении. Таким же образом действует написание стихов. Главное - занять подростков полезными делами, спортом, трудом. Иначе им труднее будет противостоять злу – тому, что внутри и тому, что вокруг.

Ведущий 1. Но к сожалению ещё не во всех странах в полной мере есть понимание того, что нужно вести постоянную борьбу с этим негативным явлением в среде молодёжи.

Так недавно в Голландии было разрешено легально продавать ЭКСТАЗИ. У потребителей осталась одна проблема - чтобы «колеса» были настоящими. У отечественных потребителей риск проглотить подделку огромен. Вообще основная масса приверженных к наркотикам россиян (а среди них, как известно, преобладают неимущие) предпочитают клей, ацетон и дихлофосы. Последствия печальные: удушье от пакетов, расстройство нервной системы, слабоумие, отставание в физическом развитии.

А один подросток для того, чтобы испытать состояние психоза с галлюцинациями вводил себе в вену теплую кровь убитой вороны.

Ведущий 2: А я приведу другой пример. Молодой человек практиковал слабое удушье. Из-за нехватки кислорода в мозгу возникают причудливые

видения. Механизм для той цели сконструировал – петля сама затягивалась вокруг шей, потом сама ослабевала! Однажды в работе «адской машины» произошел сбой – петля затянулась, но не ослабла. Наутро родители взломали дверь и в комнате сына увидели бездыханное тело

Ведущий 1: Искоренить наркоманию – неотложная и гуманнейшая задача. Для этого наше общество имеет все возможности и действия. И гражданский долг каждого из нас – включиться в борьбу против наступления дурманящей отравы. Чтобы никогда не увидеть на руках детей следы ядовитого жала шприца, не уловить приторный запах анаши, не увидеть родных вам людей в муках. Надо, чтобы мы все поняли, что наркомания – это трагедия.

Бруно Ясенский когда – то сказал: «Не бойся врагов, в худшем случае они могут тебя убить. Не бойся друзей, в худшем случае они могут тебя предать. Бойся равнодушных – они не убивают и не предают, но только с их молчаливого согласия существуют на земле предательство и убийство».

Ведущий 2: 26 ИЮНЯ ДЕНЬ БОРЬБЫ С НАРКОМАНИЕЙ И РАСПРОСТРАНЕНИЕМ НАРКОТИКОВ

Этот международный день, который ежегодно отмечается 26 июня, был учреждён в 1987 году Генеральной Ассамблеей ООН на основании рекомендации международной конфедерации по борьбе со злоупотреблением наркотическими средствами и их незаконным оборотом. Международный день борьбы с наркоманией был создан с целью привлечения внимания мирового сообщества к проблеме наркомании и сплочения населения всех стран для борьбы с заразой 21-го века.

По данным министерства, в России действует 138 наркологических диспансеров, 1 тысяча 856 лечебных учреждений имеют отделения или наркологические койки, в том числе 277 отделений для несовершеннолетних. Каждый человек должен осознать, что его здоровье, жизнь – это то, что он получил от прошлых поколений, и то, что он спустя время должен передать грядущим поколениям.

Проживи свою жизнь!!!

Скажи наркотикам нет!!!