**Дети России -2019**

**С 17 апреля по 26 апреля 2019 года в районе проводится операция «Дети России -2019»**

В рамках операции проводятся профилактические мероприятия с детьми и молодежью в учреждениях здравоохранения, образования, культуры, направленные на пропаганду здорового образа жизни, профилактику вредных привычек, предупреждение распространения наркомании. К сожалению, все больше и больше подростков начинают употреблять табак, алкоголь и наркотики. Основной возраст первого знакомства с наркотическими средствами приходится на 11-14 лет (41%), 15-17 лет (51%).

Уважаемые родители! Придерживайтесь правил, позволяющих предотвратить потребление психоактивных веществ вашим ребенком:

1. Общайтесь друг с другом: отсутствие общения с Вами заставляет ребенка обращаться к другим людям, которые могли бы с ним поговорить. Но кто они и что посоветуют Вашему ребенку?

2. Выслушивайте друг друга: умение слушать означает быть внимательным к ребенку; выслушивать его точку зрения; уделять внимание взглядам и чувствам. Важно знать, чем именно занят Ваш ребенок, ведь употребляющие наркотические вещества и являются "тихими" в отличие от тех, кто употребляет алкоголь.

3. Ставьте себя на его место: показывайте, что Вы осознаете, насколько ему сложно. Договоритесь, что он может обратиться к Вам в любой момент, когда ему это действительно необходимо. Главное, чтобы ребенок чувствовал, что Вам всегда интересно, что с ним происходит.

4. Проводите время вместе: поддерживая его увлечения, Вы делаете очень важный шаг в предупреждении употребления ПАВ.

5. Дружите с его друзьями: порой друзья оказывают огромное влияние на поступки Вашего ребенка. Он может испытывать очень сильное давление со стороны друзей и поддаваться чувству единения с толпой. Именно от окружения во многом зависит поведение детей, их отношение к старшим, к своим обязанностям, к школе.

6. Помните, что Ваш ребенок уникален: любой ребенок хочет чувствовать себя значимым, особенным и нужным.

7. Подавайте пример собственным отношением к вредным привычкам: родительское пристрастие к алкоголю и декларируемый запрет на него для детей дает повод обвинить Вас в неискренности.

В Ваших силах сделать так, чтобы ребенок всегда знал: он необходим Вам и дорог. Поддержка в семье и любовь более всего помогают воспитывать чувство ценности жизни!