



г. Минусинск, ул. Ачинская, д. 67

тел.: 2-31-37

Телефоны "Горячей линии"

для приема обращений граждан:

— телефон доверия "Право на здоровье"
8-800-700-00-03 (работает круглосуточно)

Граждане зависимые от психоактивных веществ могут пройти социальную реабилитацию в АНО ЦСП «Ковчег» находящийся по адресу: г. Красноярск, ул. Ленина 74, стр.2 ул. Чернышевского, 118а

тел.: +7 923 355 34 04

эл.почта info@rckovcheg.ru

Не разрушай своё здоровье и жизнь!

Не будь злобным, угрюмым, не таи обид, избавляйся от негативного взгляда на мир. Это отталкивает людей и укорачивает жизнь. Помни: - неправильное, неполноценное питание делает жизнь короче. Недостаток движения, физических нагрузок, очень вредны. Откажись от курения, оно укорачивает жизнь не меньше, чем на 20 лет и делает человека больным. Не будь жертвой курильщиков. Пассивное курение (вдыхание табачного дыма) укорачивает жизнь до 10 лет. Не употребляй психоактивных веществ, разрушающих ткани мозга и весь организм (алкоголь, наркотики).

КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ
"КОМПЛЕКСНЫЙ ЦЕНТР
СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ
НАСЕЛЕНИЯ "МИНУСИНСКИЙ"
(КГБУ СО «КЦСОН «Минусинский»)

Я
ВЫБИРАЮ
ЖИЗНЬ



Социальная реабилитация наркозависимых -

один из обязательных этапов борьбы с наркоманией. После прохождения медикаментозного и психотерапевтического лечения в условиях стационара зависимый должен вновь стать полноценным членом общества, трудоустроиться, вернуть или обрести семью, друзей, увлечения.

После выхода из реабилитационного центра зависимый попадает в привычную ему среду, встречает старых знакомых, которые так и не завязали с наркотиками. И чтобы минимизировать риски возвращения к прежней жизни, зависимый должен посещать группы психологической поддержки. Также ему необходима помощь в трудоустройстве или переквалификации. Важно, чтобы в семье зависимого была доверительная атмосфера, человек ощущал поддержку, а сами родственники не боялись рецидива, а точно знали, как сократить риски. Для этой цели работа проводится не только с самим зависимым, но и с его ближайшим окружением.

Отсутствие этапа социальной реабилитации – это возвращение к наркотикам в кратчайшие сроки. Снять ломку недостаточно – важно, чтобы сам зависимый осознал опасность заболевания и преимущества жизни без ПАВ.



Услуги, предоставляемые отделением срочного социального обслуживания «КГБУ СО «КЦСОН «Минусинский»

- Обеспечение бесплатным набором продуктов.
- Обеспечение одеждой, обувью и другими предметами первой необходимости.
- Содействие в получении экстренной психологической помощи с привлечением к этой работе психолога.
- Содействие в получении юридической помощи в целях защиты прав и законных интересов получателя социальных услуг.
- Содействие в сборе и оформлении документов для определения права на меры социальной поддержки.
- Содействие в восстановлении документов, удостоверяющих личность получателя социальных услуг.

Наркомания – это болезненное непреодолимое пристрастие к наркотическим средствам, вызывающее тяжелейшие расстройства психики, разрушение всех органов и систем человеческого организма. Преждевременная смерть — вот последствия для здоровья!!!

Здоровье - это твой личный ответственный выбор

Хочешь быть здоровым и успешным?

Будь добрым и приветливым, вырабатывай позитивный взгляд на мир. Это располагает к тебе людей и продлевает жизнь. Правильно питайся, выбирай полезные продукты. Это добавляет до 20 лет жизни. Употребляй витамины. Они прибавляют 5-7 лет жизни. Употребляй продукты, содержащие клетчатку, которая очищает желудочно-кишечный тракт. (Плюс 5-7 лет жизни). Развивай свой ум, интеллект. Доказано, что люди с высшим образованием живут дольше. Тренируй естественные защитные силы организма. Занимайся спортом, больше двигайся, ходи пешком, закаляйся. Это добавляет ещё 7-10 лет жизни.