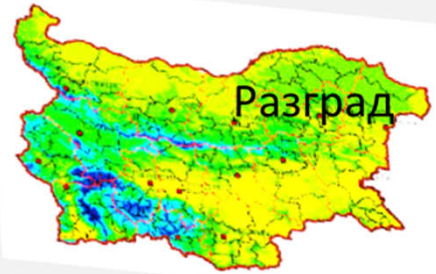
Община Разград

Електронен бюлетин на Общински съвет по наркотични вещества и Превантивно-информационен център към него – гр.Разград

ВСИЧКИ И … ЗАЕДНО!





Брой №3 април 2021г.

СКЪПИ ПРИЯТЕЛИ, ***представяме ви още творби на наградените в конкурса, организиран от ОбСНВ и ПИЦ гр.Разград, посветен на Международния ден за безопасен Интернет. Трябва всеки ден да откриваме дигиталния свят заедно и…безопасно. В този брой на Електронния ни бюлетин, участниците в конкурса са в област на изява – есе и компютърна рисунка.***

В следващия брой очаквайте още творби на участниците в конкурса.

„Как да сърфираме безопасно в интернет – тъмната и светлата му страна“

1-во място в област на изява – есе

Белослава Маринова Маринова

4 клас ОУ „Н.Икономов“

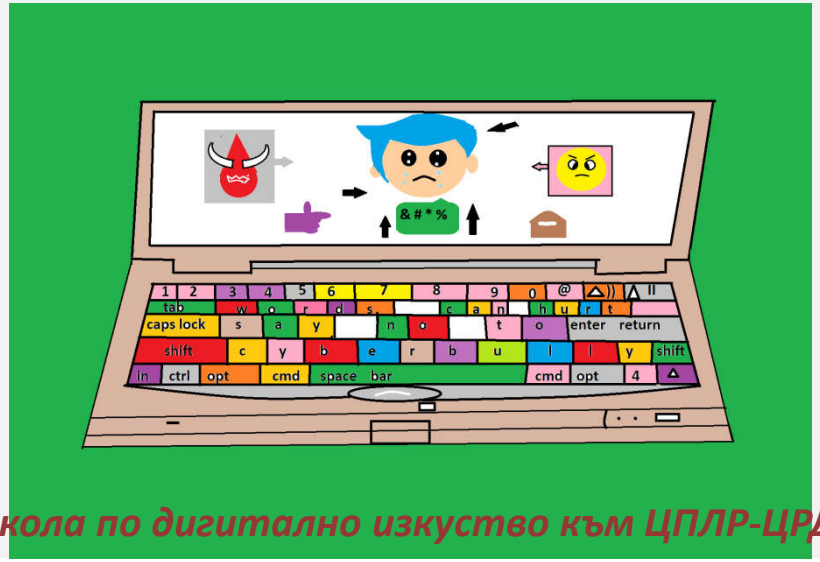
Интернет е ценна придобивка за всички ни. Преди много години, хората дори не предполагали, че може да съществува. Децата не са имали компютри и таблети. Дори мобилни телефони не са използвали. Откъде са получавали информация тогава? Как са се забавлявали?...Знам, че са чели книги, изработвали различни неща на ръка, работили са в домашната градина, помагали в домакинството. Общували помежду си само „на живо“. Когато са отдалечени един от друг, пишели истински писма - без клавиатура и емотикони. Изпращали ги по пощата и чакали отговор със седмици. Днес всичко е различно. Имаме много възможности да бъдем виртуално навсякъде, да се виждаме с далечни роднини и приятели, макар и чрез камера. Да разговаряме по мобилните си телефони, когато се налага и не сме у дома. Но напоследък прекарваме много време в интернет, понякога твърде много. Обучаваме се от разстояние, търсим информация, слушаме музика, гледаме клипове. Когато сме в изолация общуваме с приятели, пътуваме виртуално по света и опознаваме красиви места. Сърфираме в океани и морета, „летим“ до далечни планети и звезди. Можем да стигнем дори до студения Северен полюс и в джунглите на гореща Африка. Когато сме в училище, в часовете често използваме образователни материали на „ Академико“ и „ Уча се“ , гледаме различни и интересни презентации, правим кратки анимации. Извън училище играем онлайн игри с приятели. И времето неусетно изтича. Понякога трудно се откъсваме от играта, която сме започнали и не ни остава време за други полезни занимания.

Белослава Маринова Маринова

4 клас ОУ „Н.Икономов"

В много игри има насилие и агресия, които някои приятели пренасят в реалното ни общуване – използват грозни думи, обиждат, подиграват се, подражават на лошите. Не искам да съм част от тях! Но понякога ме предизвикват и неволно проявявам неучтивост. А трябва да уважавам всички във виртуалното пространство, както и в реална среда. Предимствата, които ми дава интернет са големи , но дали ни прави по-добри, по- знаещи и по- можещи?! Не! Нашите постъпки, нашите знания и умения, нашето отношение към другите, са важни. Знам , че Интернет има и своята тъмна страна и крие много опасности. Опитвам се да бъда внимателна. Но дали винаги успявам?! Приложенията, които използвам, сайтовете, които разглеждам не винаги са подходящи за мен. Затова трябва да търся съдействие и помощ от родителите си, от учителите си. Понякога любопитството ми е по-голямо и се опитвам да се справя сама. Но аз нямам достатъчно информация за опасни и подвеждащи сайтове, не знам как да ги разпозная. Знам, че трябва да имам добра антивирусна програма, да се пазя от злоупотреба с личните ми данни . Затова държа мобилното си устройство заключено и не споделям паролата си. Не публикувам снимки, защото те също могат да ми причинят неприятности. Не можем да изключим Интернет и да се върнем във времето, когато не е съществувал, но със сигурност можем да бъдем по-разумни и предпазливи. Трябва да бъдем! За да превърнем новите възможности, които ни дава той, в бъдещи успехи. Всички заедно можем да направим така, че Интернет да бъде едно по-добро и по-полезно пространство за нас. Да бъдем в светлата му страна, за да се чувстваме защитени и сигурни. Да не злоупотребяваме с виртуалното, за да имаме време за реални игри и занимания. Да запазим всичко ценно и да го превърнем в знания, умения и способности!

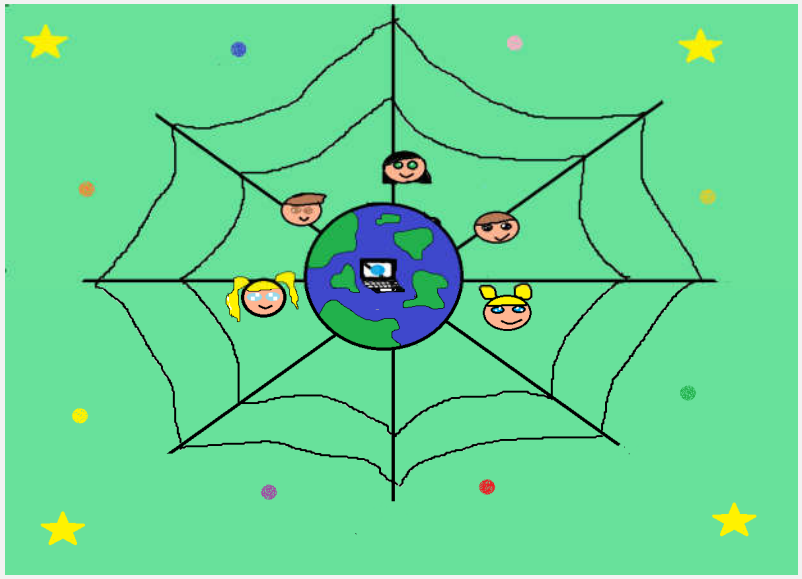
Корай Селманов Мехмедов 3 клас



1-во място за компютърна рисунка

Школа по дигитално изкуство към ЦПЛР-ЦРД

Идил Танжурова Илиязова 4 клас – 2-ро място
Школа по дигитално изкуство към ЦПЛР-ЦРД

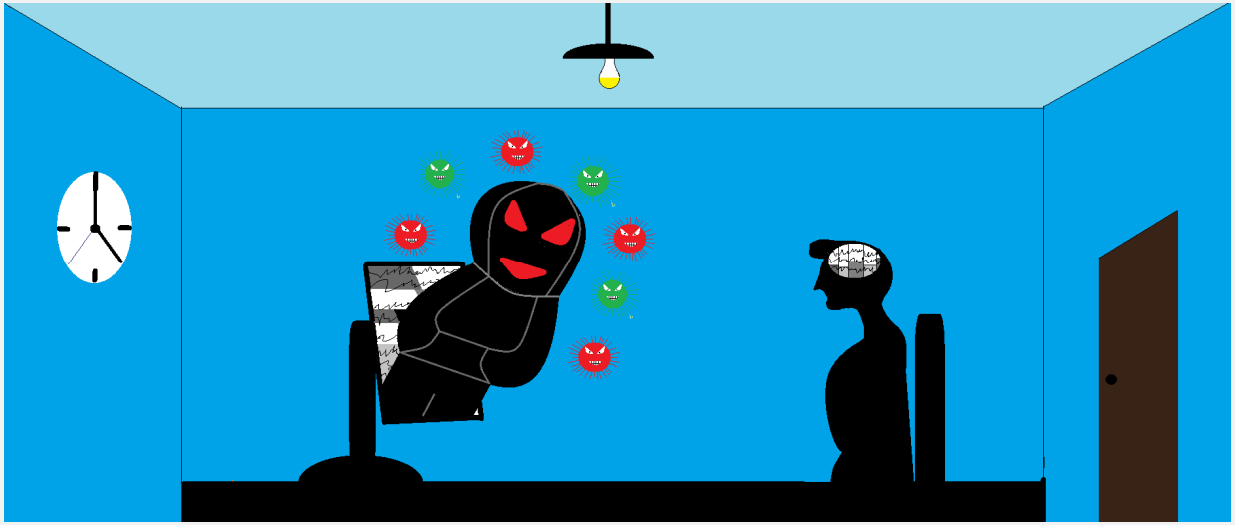




Максим Калинов Костадинов 4 клас – 3-то място
Школа по дигитално изкуство към ЦПЛР-ЦРД



Иван Атанасов Ганчев 5 клас – 1-во място
Школа по дигитално изкуство към ЦПЛР-ЦРД



Мартин Стоянов Вълчинов 5 клас – 2-ро място
Школа по дигитално изкуство към ЦПЛР-ЦРД



Деница Ценкова Стойчева 5 клас – 3-то място
СУ „Христо Ботев“ гр.Кубрат



Деница Ценкова Стойчева 9 клас – 1-во място
Профилирана гимназия „В.Левски“ гр.Исперих

Здравословна страничка……

Дизайнерска дрога … какво знаем???

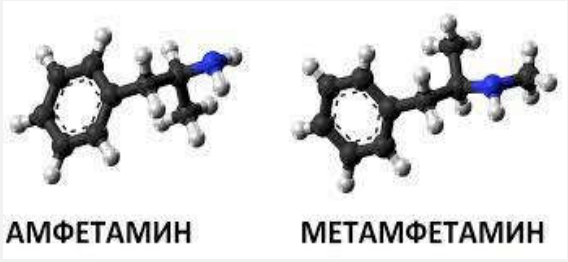
Дизайнерската дрога е термин, който описва **наркотиците**, създадени (или продавани, ако вече са съществували) така, че да заобиколят съществуващите закони, обикновено чрез промяна на молекулярната структура на вече съществуващи дроги в различни граници или в намиране на съвсем различни химични структури, които имат същите ефекти като истинската дрога. Например само за 2019 година са се появили **53 нови вещества,** които се добавят в т. нар. **дизайнерски дроги**. До момента са познати **над 840 вида синтетични наркотици**.

Това означава, всяка седмица синтезиране на ново вещество, което прави терапевтичния подход за спасяване на хората изключително труден. **Тези нови формули имат определени действия,** които не могат да бъдат изучени от лекарите достатъчно бързо. Това е нов етап в еволюцията на дизайнерските дроги, тъй като с промяна на формулата се получават нови вещества, които не са включени в забранителните списъци на съответното законодателство. Това пък автоматично ги прави незасегнати от преследването на закона.

Дизайнерските дроги са много разпространени на българския пазар. Те са по-вредни заради цялостното им въздействие върху централната нервна система. **Последиците от дизайнерските дроги са много: агресия, депресии, склонност към самоубийство, силна параноя** и др. Друг тревожен факт - не може да се определи кога точно употребяващия става зависим. По този начин и профилът на зависимите се измества. Те не са пристрастени към «ренесансовите наркотици» (хероин и кокаин), следователно и лечението им трябва да е различно.



«Дизайнерската дрога пробива път сред все по-млади хора. **Най-рискова група са тийнейджърите между 14 и 18 години**. Затова много важна е работата и със семействата на зависимите» – това казва Желяз Турлаков, който е основател на Терапевтична общност «Ново начало». Специализирал е групова анализа в университета «Зигмунд Фройд» във Виена. Дълги години се занимава с лечение на различни зависимости, основно към наркотици.





Според европейски доклад за наркотиците от 2018 година, България е на **трето място по разпространение на наркотици** в Европа, като преди нея са само Австрия и Белгия. **Проблемът с дизайнерската дрога с всяка изминала година става все по-голям.**

Здравословна страничка……



НОВИТЕ ПСИХОАКТИВНИ ВЕЩЕСТВА СА НЕДОСТАТЪЧНО ИЗСЛЕДВАНИ И НОСЯТ ОГРОМНИ ОПАСНОСТИ И КАТАСТРОФАЛНИ ЗДРАВНИ ПОСЛЕДИЦИ









Продукти, съдържащи **синтетични канабиноиди** са най-разпространените дизайнерски наркотици в България */весел чай, бонзай, диаманти, шмика, крокодил, руска баня, тай хай, попърс, лийн, супермен и др./.*







В лабораториите за производство на дизайнерски наркотици липсва какъвто и да е контрол.

В ЗАВИСИМОСТ ОТ ВЛИЯНИЯТА, НОВИТЕ ПСИХОАКТИВНИ ВЕЩЕСТВА СЕ РАЗДЕЛЯТ НА НЯКОЛКО ГРУПИ. Ще спомена за влиянията, характерни за групата на психеделиците: **усещане за духовна свързаност, загуба на контрол, паника, депресия, страх, изострено възприятие за музика, зрителни или слухови халюцинации, параноя, гадене, мисли за самоубийство и др.**

ОБЩО ЗА ДИЗАЙНЕРСКИТЕ НАРКОТИЦИ:

- **Непредвидими влияния.**
- **Продават се под имена на други наркотици, а употребяващите прилагат дозата на наркотика, който вярват, че приемат (изключително опасни последствия много често със смъртоносен край).**
- **Неизвестен състав на химикалите, който се променя постоянно. Опаковки от една и съща партида може да има различна концентрация на наркотично вещество.**
- **Изключително трудно оказване на медицинска помощ на пострадал, а много често невъзможно.**

АЛТЕРНАТИВНИ ДЕЙНОСТИ

Музика – тя може да изостри умствените способности и е средство за облекчаване на стреса, чрез увеличаване на освобождаването от тялото на ендорфини.

Доброволчество – Да помагаш на другите, е една от основните човешки потребности. Развиват се качества като отговорност, общителност, умения за решаване на проблеми и конфликти.

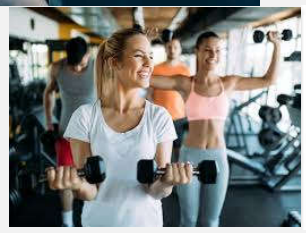
Придобиване на нови трудови умения и навици чрез допълнително обучение, ангажираност в обществено полезен труд.

Участие в младежки клубове, активност в културна организация, трениране на някакъв спорт. Всяка форма на **спортуване** е добра алтернатива срещу пристрастяване към наркотични вещества. Активното движение намалява симптомите на потиснатост и депресия. При активно спортуващите хора се наблюдава прилив на адреналин, който спомага за повишено настроение, самочувствие и добро общо състояние.

Танцово изкуство – проучванията доказват безспорно ползите от танците върху здравето, интелекта и емоционалното състояние на хората.









Лазаровден и Цветница – кой от вас ще празнува?

Лазаровден или Лазарница е християнски празник и според народното вярване този ден се празнува в чест на нивите, пасбищата и гората. Съществува обичай, който е широко разпространен из цяла България. През целия ден ходят лазарки, които пеят песни. Лазаруването е голям религиозен и народен обред. Смятало се е, че мома, която не е лазарувала, не може да се момее (да се омъжи). Прието е, че една мома ходи само веднъж да лазарува.

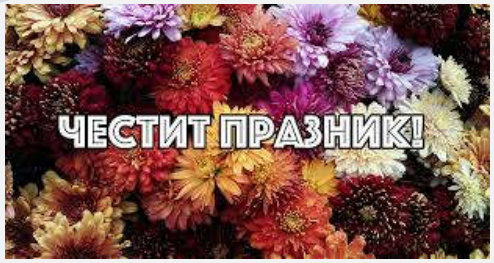












Един от най-хубавите и шарени пролетни празници в българския традиционен календар е **Цветница**. Той е подвижен християнски религиозен и народен празник, който се празнува както в православната, така и в католическата и протестантската църква една седмица преди Великден, в неделята след Лазаровден. Нарича се още Връбница, Цветна неделя. Тази година се пада на 25 април, когато празнуват всички, носещи имена на цветя, дървета и зеленина. Имен ден на **Цветница** празнуват мъже с имена: **Здравко, Филип, Върбан, Дилян, Пламен, Росен, Цено, Явор, Ясен и др.** и жени с имена: **Ива, Иглика, Калина Камелия, Лилия, Лиляна, Лили, Лора, Малина, Маргарита, Невена, Ралица, Ренета, Росица, Теменужка, Аглика, Здравка, Ванеса, Вероника, Дафина, Виолета, Виола, Диляна, Детелина, Жасмина, Цветелина, Цветанка, Цветомира, Цветелина, Цветомила, Ясмина** и др.

За свободното време……и празниците

Великден



Великден, смятан за най-големия християнски празник, всяка година озарява дома на българското семейство. **Тази година се пада на 2 май.** Празнуването на Великденските празници по света има различни обичаи според народните вярвания и предания. Яйцата, козунака и агнето са три от основните елементи на великденската празнична трапеза.





Модерните времена, в които днес живеем, са много различни, но почти всички традиционните елементи от миналото са се запазили в голяма степен – яйцата да се боядисват в четвъртък или събота, на трапезата да има козунак и агнешко, да се ходи на църква, хората да се пременят в нови дрехи, да не се работи по великденските празници.

В миналото яйцето често пъти се е асоциирало с Вселената. През пролетта кокошките снасяли най-много яйца, затова хората започнали да ги варят, за да ги запазят за по-дълъг период от време. Яйцето често пъти се е разглеждало като символ на прераждането през пролетта, а с възникване на християнството започва да се възприема като символ на раждане на човека. В православния християнски свят яйцето се използва като специално великденско поздравление, а в католическия - боядисаните яйца се крият от децата, които трябва да ги намерят.



Червените яйца имат много символики, но една от тях има много специално значение – когато имаме гост на Великден, старите хора казват, че трябва да му се подари червено яйце, за да може богатството никога да не напуска дома ни.



За любителите на четенето……

ЗАЩО 23 АПРИЛ СЕ ПРЕВЪРНА В СВЕТОВЕН ДЕН НА КНИГАТА?

На 23 април честваме Световния ден на книгата и авторското право. Денят е избран като символична почит към двама от най-големите колоси на световната литература – на 23 април в една и съща година (1616 г.) са починали Мигел де Сервантес и Уилям Шекспир.

Любопитен факт е, че първоначалната идея за отбелязване на този ден произхожда от Каталуния. През 1926 г. крал Алфонс XIII подписва декрет за честване на Ден на испанската книга, за който след известно обсъждане се предлага датата на смъртта на Сервантес. И тъй като този ден съвпада с празника в чест на Свети Георги Победоносец – покровител на Каталуния – в Барселона търговците на книги устройвали грандиозен панаир на книгата. От 1931 година там се появява обичаят да се подарява роза на всеки, който си купува книга.







Години по-късно, на 15 ноември 1995 година, на 28-та сесия на ЮНЕСКО, 23 април е провъзгласен за Световен ден на книгата и авторското право. С отбелязването на този ден светът отдава почит на просвещението и културните традиции, на книгите, като най-важното и значимо средство за съхранение и разпространение на знанието.

Трудно е да осмислим огромното значение на книгите – те ни дават отговори на много въпроси, помагат ни да намерим своите житейски ориентири, предлагат ни знание и мъдри съвети, дават ни уникалната възможност да се докоснем до света на други хора.

Екипът на Общински съвет по наркотични вещества и Превантивно-информационен център към него:

Председател на ОбСНВ - Станислава Петрова
Секретар на ОбСНВ - Миленка Александрова
Главен експерт в ПИЦ - Милена Недкова
Главен експерт в ПИЦ - Гергана Йорданова
Главен експерт в ПИЦ - Димитър Трифонов



И нашето послание към вас, мили млади хора:

«Ако има книга, която искате да прочетете, но още не е написана, вие сте този, който трябва да я напише“.

Тони Морисън

ОБЩИНСКИ СЪВЕТ ПО НАРКОТИЧНИ ВЕЩЕСТВА И ПРЕВАНТИВНО-ИНФОРМАЦИОНЕН ЦЕНТЪР – ГР. РАЗГРАД
ЦПЛР – Ученическо общежитие, стая 112, тел.084/66-13-95; email: pic_rz@abv.bg; wwwpic-razgrad.com