



Главное управление МВД России по г. Москве
**УПРАВЛЕНИЕ ПО КОНТРОЛЮ
ЗА ОБОРОТОМ НАРКОТИКОВ**



**МОСКВА —
территория
здоровья!**





**СУЩЕСТВУЕТ
ЕДИНСТВЕННЫЙ СПОСОБ
НЕ ПОПАСТЬ
В ЗАВИСИМОСТЬ
ОТ НАРКОТИКОВ –
НИКОГДА НЕ
ПРОБОВАТЬ ИХ!**

ОБЩИЕ ПРИЗНАКИ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ

Внешние признаки:

- бледность кожи;
- расширенные или суженные зрачки;
- покрасневшие или мутные глаза;
- замедленная речь;
- плохая координация движений;
- нарушение сна;
- потеря аппетита, похудение, иногда чрезмерное потребление пищи;
- хронический кашель;

Поведенческие признаки:

- увеличивающееся безразличие к происходящему рядом;
- уходы из дома и прогулы в школе;
- трудность в сосредоточении, ухудшение памяти;
- неадекватная реакция на критику;
- частая и неожиданная смена настроения;
- необычные просьбы дать денег;
- пропажа из дома ценностей, одежды и др. вещей;
- частые необъяснимые телефонные звонки;
- появление новых подозрительных друзей;
- изменение речи («сленг»).

Признаки улики:

- следы от уколов, порезы, синяки;
- свёрнутые в трубочку бумажки, маленькие ложечки, капсулы, бутылки, пузырьки, пипетки;
- употребление табачных изделий в виде папирос, курительные трубочки;
- пластиковые бутылки и жестяные банки с дырками, фольга;
- упаковка от медикаментов.

Если Вам стали известны факты употребления или распространения наркотических средств и психотропных веществ звоните по телефонам:

Московский научно-практический центр наркологии Департамента здравоохранения г. Москвы	8(495)709-64-04
Центр экстренной психологической помощи Московского городского психолого-педагогического университета	8(495)624-60-01
Единый телефон доверия ГУ МВД России по г. Москве	8(495)694-92-29

Службы ГУ МВД России по г. Москве (по округам)

Служба по ВАО	Измайловский бульвар, д.13	8 (495) 965-14-01
Служба по ЗАО	Лобачевского, д.116	8 (499) 233-91-00
Служба по ЮАО	Каширское шоссе 30, стр.1	8 (499) 320-55-16
Служба по САО	Выборгская, д.14	8 (495) 601-00-08
Служба по ЮВАО	Сормовский проезд, д.13, к.2	8 (495) 376-66-66
Служба по ЮЗАО	Кржижановского, д.20/30, к.7	8 (499) 124-47-01
Служба по СВАО	Вешних Вод, д.10, стр.3	8 (499) 616-06-01
Служба по СЗАО	Маршала Рыбалко, д.4, к.1	8 (499) 194-11-85
Служба по ЦАО	Средняя Калитниковская, д.31	8 (495) 676-40-11
Служба по г. Зеленограду	Панфилова, д.28А	8 (499) 731-08-32
Служба по НАО и г. Троицку	Физическая, д.13	8 (495) 850-13-20

117452, г. Москва, ул. Азовская, дом 19
Телефон дежурной части: 8 (495) 316-75-80; Факс:8(495)316-75-80
E-mail: unkmos@mvd.ru
Instagram: gunk_mvd

ВОСЕМЬ **НЕЛЬЗЯ**, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ ВАМ И ВАШИМ ДЕТЯМ В СЛОЖНЫХ ЖИЗНЕННЫХ СИТУАЦИЯХ

- 1.** Не впадайте в панику или истерику при возникновении беседы, демонстрируйте конструктивный подход к решению проблемы и умение владеть собственным эмоциональным состоянием.
- 2.** Не кричите и не воздействуйте физически на подростка. Уважайте его личность и не переступайте границы.
- 3.** Не поддавайтесь на шантаж. Придерживайтесь избранной линии поведения.
- 4.** Не откладывайте визит к специалисту (психологу, врачу).
- 5.** Не делайте, не решайте за ребенка то, что решить должен он сам. Подростку необходимо столкнуться с неприятными последствиями своих поступков, чтобы научиться отвечать за принятое им самим решение.
- 6.** Не давайте денег больше необходимого минимума.
- 7.** Не критикуйте понапрасну. Если вы не согласны, выскажите свое мнение ненавязчиво, аргументировано и твердо.
- 8.** Не будьте занудой. Многочасовые разговоры о наркотиках, нравоучительны, беседы бесполезны и могут дать только обратный эффект.

ТВОЯ ГРАЖДАНСКАЯ ПОЗИЦИЯ

Если ребенка уговаривают попробовать наркотики, как научить сказать НЕТ?

- выслушать оппонентов и все равно сказать четкое НЕТ.**
- не придумывать «уважительные причины» и оправдываться. Это только раззадорит группу и вызовет шквал оскорблений.**
- отказаться продолжать разговор на эту тему и предложить альтернативный вариант.**
- Если слово НЕТ вызвало реальную атаку критики:**
- Основная ошибка – это желание защитить себя от любых несправедливых нападок. Но помните, каждая попытка защитить себя только подольет масла в огонь.**
- Убедить себя, что никто не может оценивать достоинства других.**
- Помнить что споры – это часть жизни и вы имеете право на свою точку зрения в отношении того или иного вопроса.**

НЕКОТОРЫЕ ВАРИАНТЫ ОТКАЗА:

- 1.** Назови причину. Скажи тем, кто тебе предлагает, почему не хочешь принимать наркотик. "Я знаю, что это опасно для меня".
- 2.** Будь готов к различным видам давления. Люди, предлагающие наркотики, могут быть дружелюбны или агрессивны. Будь готов уйти или сделать что-нибудь, что могло бы уменьшить давление со стороны.
- 3.** Сделай это просто для себя. Ты не должен объяснять всем свои причины. Просто скажи "Нет".
- 4.** Имей какое-нибудь дело. Если ты занят, это уже будет причиной отказа от наркотиков.
- 5.** Дружи с теми, кто не употребляет наркотики. Твои настоящие друзья не будут заставлять тебя принимать наркотики, пить спиртное и не будут делать этого сами.

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ЧЕЛОВЕКУ, ПОРАЖЕННОМУ НАРКОТИКАМИ

Вызовите Скорую помощь по телефону 03

Идее прибытия постарайтесь соблюдать следующие правила:

1. Поддерживайте человека в спокойном и удобном состоянии.
2. Не оставляйте одного человека, если его тошнит, положить его следует так, чтобы голова была повернута в сторону, а не опрокинута назад, тем самым исключается возможность захлебнуться рвотными массами.
3. Следите за дыханием. Если губы и кончики пальцев начали синеть, значит, дыхание прекращено.
4. Соблюдайте дистанцию. Перед тем, как приблизиться или прикоснуться, объясните, что вы собираетесь делать.
5. Говорите в ясной, успокаивающей манере.
6. Не позволяйте поражённому наркотиками человеку ходить, бегать и вообще двигаться. Прежде всего, не разрешайте ему садиться за руль.
7. Не давайте ничего в рот (пищу, жидкости или лекарства) с целью приведения в чувство (единственное, что может отрезвить человека — это время).
8. Не ставьте человека под холодный душ: шок может привести к потере сознания, падению и увечью.
9. Не принуждайте человека делать что-то без трезвого помощника.
10. Не смейтесь, не насмехайтесь, не вызывайте гнева, спора или угрозы.

ЕСТЬ НЕСКОЛЬКО НЕСЛОЖНЫХ, НО НАДЕЖНЫХ ПРАВИЛ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ, КОТОРЫЕ ПОЗВОЛЯТ ИМ НЕ ПОТЕРЯТЬ КОНТАКТ С ПОДРОСТКОМ И УДЕРЖАТЬ ЕГО ОТ ОПАСНЫХ ЭКСПЕРИМЕНТОВ:

1. Чаще беседуйте со своим ребенком на самые разные темы. Поощряйте его инициативу.
2. Относитесь с уважением к его личностно-духовным потребностям.
3. Помните, что забота это не только создание материального благополучия, а любовь – не сиюминутное выполнение всех требований вашего ребенка. Не подменяйте эти понятия!
4. Для вашего ребенка самым главным является время, проведенное вместе с вами.
5. Попытайтесь так организовать досуг ребенка, чтобы у него оставалось, как можно меньше свободного времени (посещение музеев, театров, кружков, спортивных секций, музыкальных и художественных школ и т.п.).
6. Вникайте в дела ваших детей, в их увлечения, не отдаляйтесь от ваших взрослеющих детей, внимательно относитесь к любому возникающему у них вопросу.
7. Поддерживайте своих детей на пути к взрослой жизни. В повседневных хлопотах не забывайте о бесценном даре, который у вас есть – о вашем ребенке.
8. Любите своего подростка безусловной любовью, не за что-то (отличные оценки, хорошее поведение и т.д.), а просто потому, что у вас есть и сейчас рядом с вами.
9. Будьте примером здорового образа жизни.

Уважаемые родители, старайтесь использовать каждую свободную минуту для общения со своим ребенком. Это позволит вам на долгие годы сохранить теплые, доверительные отношения.

051

**ТЕЛЕФОН
НЕОТЛОЖНОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ
ПОМОЩИ**

www.msph.ru

НАРКОЛОГИЧЕСКИЕ ДИСПАНСЕРЫ Г. МОСКВЫ

ЦАО	№ 14	т. 8 (499) 245-03-85
ВАО	№ 8	т. 8 (499) 166-73-54
ЗАО	№ 5	т. 8 (499) 145-00-11
СЗАО	№ 7	т. 8 (495) 491-66-82
ЮАО	№ 1	т. 8 (495) 675-24-46
САО	№ 11	т. 8 (499) 195-30-05
ЮВАО	№ 6	т. 8 (499) 178-18-45
ЮЗАО	№ 12	т. 8 (499) 126-34-75
СВАО	№ 13	т. 8 (495) 474-77-01
г. Зеленоград	№ 10	т.8 (495) 536-47-62

ЭТО ДОЛЖЕН ЗНАТЬ КАЖДЫЙ

1. Отказаться от наркотиков можно, но только в первый раз.

Даже первая доза способна вызвать очень сильный эффект привыкания (зависимости).

2. Наркомания – хроническое заболевание, и оно продолжается до конца жизни.

Возможна лишь приостановка потребления (ремиссия). При этом болезнь как бы дремлет и может возобновиться в любой момент. Наркотик «умеет» ждать.

3. Наркотики делают человека слабым и безвольным.

Помни: наркотик сильнее тебя, ты всегда проиграешь ему. Даже если на некоторое время бросишь, он уже не позволит тебе уйти. Лечение наркомании очень редко приводит к полному выздоровлению: психологические и личностные изменения не восстановимы. Наркомания – болезнь не только тела, но и души, духа. Сначала она поражает совесть (свойство души) и волю (свойство духа), и человек уже не может и не хочет выбирать что-либо сам, а управляется наркотиком. Любые желанные действия предполагают сначала наркотик, потом наступает зависимость, далее наркомания поражает организм.

4. Наркотики нарушают познавательные способности человека.

Затрудняют обучение, лишают способности и желания работать. В первую очередь страдает краткосрочная («оперативная») память. Становится трудно соображать и правильно выражать свои мысли.

5. Наркотики дают фальшивое представление о счастье.

Искусственная «радость» заменяет общение, дружбу, любовь.

6. Наркотики разрушают семью.

Кто сам в плену, не может заботиться о близких, воспитывать детей.

7. Наркотики разрушают дружбу.

Тому, кто «дружит» с наркотиками, друзья не нужны. А нужно только использовать людей в собственных интересах. Наркоман, по сути, - предатель, он предаёт сначала себя, потом близких. Со временем для него уже нет ничего и никого дороже наркотика. Привычка предавать делает характер лживым. Такому человеку нельзя доверять или положиться на него в трудную минуту. И кто же захочет с таким дружить?

8. Наркотики ставят под угрозу будущее.

Наркоману не нужны ни учеба, ни работа, ни достижения, ни любовь, ни семья, ни близкие люди, а нужен только «кайф». Его ждёт больница, тюрьма, смерть.

9. Наркотики – причина многих заболеваний.

От разрушения клеток мозга, слабоумия, шизофрении, поражения печени, легких, сердечно-сосудистой, нервной, половой систем до заражения гепатитом, СПИДом и другими смертельными заболеваниями. Причем это не зависит ни от вида наркотиков, ни от способа их употребления. Финал всегда один. Это только вопрос времени.

10. Наркотики – причина уродства у детей.

Даже один прием некоторых наркотиков меняет генетический код человека. Не говоря уже о периодическом и, впоследствии, постоянном употреблении.

11. Наркотики приводят к несчастным случаям.

Рассеянность внимания, нарушение координации движения и ориентации в пространстве часто становятся причиной ДТП, бытовых и производственных травм, смертельно опасных авантур, несут угрозу жизни и здоровья других людей.

12. Наркотики укорачивают жизнь.

Если хронический алкоголик иногда доживает до 3 стадии алкоголизма (по медицинской классификации), то для наркомании стадий вообще не существует. Постоянная потребность повышать «дозу» приводит к необратимым последствиям

АНТИДОПИНГ

Уважаемые родители!

Осведомленность старших к вопросу злоупотребления допинговыми средствами своих детей, которые занимаются спортом, становится актуальной.

Применение запрещенных веществ рано или поздно может привести к отстранению спортсмена от спорта. Наша с вами задача — научить ребенка работать самостоятельно и нести ответственность за свой выбор.

Помните, что успех ребенка в первую очередь зависит от ответственности, воспитанной Вами.

Списки веществ, которые запрещены в спорте, Вы можете всегда посмотреть на сайте ГКУ «ЦСТиСК» Москомспорта
www.anti-doping.ru

или позвонить на горячую линию «Внимание, допинг!»:
+7(495)530-24-69

Будьте бдительны:

- Спросите, как проходят тренировки;
- проверьте содержимое рюкзака (на предмет допинговых средств);
- будьте внимательны к разговорам, которые ведет ваш ребенок;

Это поможет Вашему ребенку не оказаться вовлеченным в неприятности, как со стороны антидопингового контроля, так и со стороны ГУ МВД России по г. Москве.



УГОЛОВНАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

Статья 228. Незаконные приобретение, хранение, перевозка, изготовление, переработка наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов, а также незаконные приобретение, хранение, перевозка растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, либо их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества - наказывается лишением свободы на срок до 10 лет.

Статья 228.1. Незаконные производство, сбыт или пересылка наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов, а также незаконные сбыт или пересылка растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, либо их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества - наказывается лишением свободы на срок от 4 до 20 лет (с 1 января 2013 года - до пожизненного лишения свободы).

Статья 228.2. Нарушение правил оборота наркотических средств или психотропных веществ - наказывается лишением свободы до 3 лет.

Статья 228.3. Незаконные приобретение, хранение или перевозка прекурсоров наркотических средств или психотропных веществ, а также незаконные приобретение, хранение или перевозка растений, содержащих прекурсоры наркотических средств или психотропных веществ, либо их частей, содержащих прекурсоры наркотических средств или психотропных веществ, в крупном размере наказывается лишением свободы до 2 лет (вступает в силу с 1 января 2013 года).

Статья 228.4. Незаконные производство, сбыт или пересылка прекурсоров наркотических средств или психотропных веществ, а также незаконные сбыт или пересылка растений, содержащих прекурсоры наркотических средств или психотропных веществ, либо их частей, содержащих прекурсоры наркотических средств или психотропных веществ, в крупном размере - наказывается лишением свободы до 2 лет (вступает в силу с 1 января 2013 года).

Статья 229. Хищение либо вымогательство наркотических средств или психотропных веществ, а также растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, либо их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества - наказываются лишением свободы на срок от 3 до 15 лет.

Статья 229.1. Контрабанда наркотических средств, психотропных веществ, их прекурсоров или аналогов, растений, содержащих наркотические средства, психотропные вещества или их прекурсоры, либо их частей, содержащих наркотические средства, психотропные вещества или их прекурсоры, инструментов или оборудования, находящихся под специальным контролем и используемых для изготовления наркотических средств или психотропных веществ - наказываются лишением свободы на срок от трех до пожизненного лишения свободы (с 1 января 2013 года).

Статья 230. Склонение к потреблению наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов - наказываются лишением свободы на срок от 3 до 15 лет.

Статья 231. Незаконное культивирование растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества либо их прекурсоры - наказываются лишением свободы на срок до 8 лет.

Статья 232. Организация либо содержание притонов для потребления наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов - наказываются лишением свободы на срок до 7 лет.

Статья 233. Незаконная выдача либо подделка рецептов или иных документов, дающих право на получение наркотических средств или психотропных веществ - наказываются лишением свободы на срок до 2 лет.

Статья 234. Незаконный оборот сильнодействующих или ядовитых веществ в целях сбыта - наказываются лишением свободы на срок до 8 лет.

Статья 234 ч.1. Незаконный оборот новых потенциально опасных психоактивных веществ – наказываются штрафом до 30 тыс. либо ограничением свободы до 8 лет, либо принудительными работами до 5 лет.

АДМИНИСТРАТИВНАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

Статья 6.8. Незаконный оборот наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов и незаконные приобретение, хранение, перевозка растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, либо их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества - административный штраф в размере от 4 до 5 тысяч рублей или административный арест на срок до 15 суток.

Статья 6.9. Потребление наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача - административный штраф в размере от 4 до 5 тысяч рублей или административный арест до 15 суток.

Статья 6.9.1. Уклонение от прохождения диагностики, профилактических мероприятий, лечения от наркомании и (или) медицинской (или) социальной реабилитации в связи с потреблением наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача либо новых потенциально опасных психоактивных веществ - административный штраф в размере от 4 до 5 тысяч рублей или административный арест до 15 суток.

Статья 6.10. Вовлечение несовершеннолетнего в употребление пива и напитков, изготавливаемых на его основе, спиртных напитков или одурманивающих веществ - административный штраф в размере до 3 тысяч рублей.

Статья 6.13. Пропаганда наркотических средств, психотропных веществ или их прекурсоров, растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества либо их прекурсоры, и их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества либо их прекурсоры - административный штраф на граждан в размере от 4 до 5 тысяч рублей с конфискацией рекламной продукции и оборудования, использованного для ее изготовления.

Статья 20.20. Распитие пива и напитков, изготавливаемых на его основе, алкогольной и спиртосодержащей продукции либо потребление наркотических средств или психотропных веществ в общественных местах - административный штраф в размере от 500 до 5 тысяч рублей или административный арест на срок до 15 суток.

Статья 20.21. Появление в общественных местах в состоянии опьянения - административный штраф в размере от 500 до 1000 рублей или административный арест до 15 суток.

Статья 20.22. Нахождение в состоянии опьянения несовершеннолетних, а равно распитие ими пива и напитков, изготавливаемых на его основе, алкогольной и спиртосодержащей продукции, потребление ими наркотических средств или психотропных веществ в общественных местах - административный штраф на родителей или иных законных представителей несовершеннолетних в размере до 2000 рублей.

В октябре 2016 года запущен пилотный проект **«Школа правопорядка»** ГУ МВД России по городу Москве (далее – Проект), направленный на детей «группы риска», состоящих на учете в ПДН ГУ МВД России по г. Москве и в УФСИН России по городу Москве.

Курс мероприятий антинаркотической направленности составляет 3 месяца, периодичность посещения 1 раз в неделю. Это комплексный, последовательный подход ко вторичной профилактике, в основе которого тренинговые мероприятия, направленные на формирование целостного отношения к себе, включающее физическое, психологическое и социальное благополучие.



Цель: исключить рецидивы совершения противоправных деяний среди детей и молодежи, сформировать устойчивую позицию к соблюдению законодательства Российской Федерации.





Задачи:

- 1** Обучить способам сопротивления негативному давлению со стороны сверстников.
- 2** Довести информацию о правовых, социальных и медицинских последствиях употребления наркотических средств и психотропных веществ.
- 3** Сформировать патриотическое и духовно-нравственное мировоззрение.
- 4** Создать условия для коррекции эмоционально-волевой сферы.
- 5** Повысить уровень доверия к работе сотрудников правоохранительных органов.
- 6** Возможность снятия с учета по результатам прохождения программы.

Принимая во внимание постоянно меняющуюся наркоситуацию на территории столичного региона, появление новых видов наркотиков и повышенный к ним интерес в молодёжной среде, Управлением по контролю за оборотом наркотиков ГУ МВД России по г. Москве во взаимодействии с Департаментом здравоохранения города Москвы и иными органами исполнительной власти в феврале 2017 года планируется запуск Московского молодёжного антинаркотического штаба (далее – Штаб). В основной состав Штаба, наряду с представителями органов исполнительной власти, представителей общественных объединений и организаций войдут студенческие активы ВУЗов и СУЗов.



Деятельность Штаба планируется сконцентрировать на координации и проведении работы, направленной на:

-  предупреждение незаконного наркопотребления,
-  повышение информированности обучающихся и молодежи о последствиях потребления и правовых аспектах противодействия незаконному обороту наркотиков,
-  организацию антинаркотических Акций и создание социальной рекламы,
-  информирование населения о работе Штаба.

Благодаря сплоченным действиям Штаба, вовлечение учащейся молодёжи в антинаркотическую деятельность осуществляется через студенческие активы, что позволяет более системно организовать профилактическую деятельность.

Если у тебя активная гражданская позиция и ты веришь, что можешь помочь спасти чьи то жизни – присоединяйся!

Заявки принимаются по эл. адресу: 2017shtab@mail.ru

Московским Управлением поддерживается собственный раздел на интернет-сайте, где можно увидеть основную информацию о подразделении. Свежие новости, в том числе видеосюжеты о проведенных задержаниях лиц, причастных к незаконному обороту наркотиков можно увидеть в новостной ленте сайта. Так же на сайте можно, ознакомиться с проведенными профилактическими мероприятиями, публикациями в СМИ, работает **единый телефон доверия**
ГУ МВД России по г. Москве: 8 (495) 694-92-29

ГОСУСЛУГИ | ОНЛАЙН-СЕРВИСЫ | СПОРТ | МЕДИКО-САНИТАРНАЯ ЧАСТЬ | НАШИ ПРОЕКТЫ | УВО

ГУ МВД РОССИИ ПО Г. МОСКВЕ

ВСЕГДА НА СВЯЗИ **102**

КАРТА МОСКВЫ

СЛУЖИМ РОССИИ, СЛУЖИМ ЗАКОНУ!

ГУ МВД РОССИИ ПО Г. МОСКВЕ | ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ | ДЛЯ ГРАЖДАН | КОНТАКТЫ | ПРЕСС-СЛУЖБА

МУЛЬТИМЕДИЯ

Подписка на новости

Оперативники Северного округа задержали мужчину по подозрению в мошенничестве
Сегодня 09:00

Злоумышленник, выдавая себе за сотрудника банка, незаконно завладел денежными средствами женщины за обещание помочь в ускорении получения кредита...

[Новости ГУ](#) [Розыск](#)

ВСЕ НОВОСТИ

- В центре внимания
- Борьба с коррупцией
- Осторожно, мошенники!
- Борьба с наркобизнесом
- Миграционная работа
- Уличная преступность
- Онлайн газета
- Спорт

ПРИЕМ ОБРАЩЕНИЙ

ПРАВОВОЕ ИНФОРМИРОВАНИЕ

ВОПРОСЫ МИГРАЦИИ



Главное управление МВД России по г. Москве
**УПРАВЛЕНИЕ ПО КОНТРОЛЮ
ЗА ОБОРОТОМ НАРКОТИКОВ**



Телефон дежурной части: 8 (495) 316-75-80;
E-mail: unkmos@mvd.ru
Instagram: [gunk_mvd](https://www.instagram.com/gunk_mvd)

