Вредные привычки или пагубные пристрастия?









Вредными привычками называют привычки, которые мешают человеку в течение его жизни реализовывать себя как личность.



К числу вредных привычек относится, например, неряшливость, употребление нецензурных выражений и др. К вредным привычкам мы часто относим также курение, употребление алкоголя и наркотиков, и многим людям они кажутся довольно безобидными Так ли это? Обратимся к некоторым фактам.



- •Из каждых 100 человек, умерших от хронических заболеваний лёгких, 75 курили;
- •Из каждых 100 человек, начавших курить, заядлыми курильщиками становятся 80.
- •Если человек начал курить в 15 лет, продолжительность его жизни уменьшается более чем на 8 лет.
- •Среди основных причин повышения смертности алкоголь стоит на 3-ем месте после сердечнососудистых и раковых заболеваний
- •С пьянством связаны 50% всей преступности,75% детской преступности, 96% убийств.
- •Пьянство и наркомания являются главными причинами деградации личности и разрушения семей.





Стоит ли начинать курить, зная, что каждая выкуренная сигарета сокращает твою жизнь?





Подумай, стоит ли стакан спиртного разрушенной семьи, потерянного здоровья и страданий твоих близких?





Стоит ли временный кайф от наркотиков полного разрушения личности и преждевременной смерти?



А может быть, не стоит приобретать эти вредные привычки? Можно ли обойтись без сигарет, спиртного, наркотиков? Давайте подумаем вместе над этими вопросами.

