

Скажи **нет** вредным привычкам.



Какие они бывают?



- Курение
- Алкоголизм
- Наркомания

Курение

- Подражая старшим, школьники приобщаются к курению, а со временем и сами могут стать источником подражания для других.
- Чему могут научить такие мультфильмы?
- Учись отличать ХОРОШЕЕ от ПЛОХОГО!



- Курение – одна из наиболее распространенных вредных привычек, наносящих урон здоровью человека и целому обществу.
- Курение приводит к изменениям внутренних органов, чаще всего поражение затрагивает сердечно-сосудистую систему, органы дыхания, желудочно-кишечный тракт.
- Курение является частой причиной пожаров, а окурки сильно загрязняют помещения и улицы.
- Курение и школьник несовместимы. Организму нужно много сил, чтобы справиться со всеми нагрузками.

Алкоголизм. Что это?

Алкоголизм - хроническое (неизлечимое), прогрессирующее, смертельное заболевание, затрагивающее и разрушающее все сферы человеческой жизни - тело, психику, душу и социальную жизнь человека.



- К ранней алкоголизации относится знакомство с опьяняющими дозами алкоголя в возрасте до 16 лет.
- Вред алкоголя очевиден. Алкоголь разносится по крови ко всем органам и неблагоприятно на них действует, вплоть до разрушения.

Духовные последствия

алкоголизма:

Саморазрушение;
Мысли или попытки суицида;
Потеря интереса к жизни;
Гнев на Бога;
Потеря нравственных ценностей,
деградация личности;
Самоуничтожение.

Нужно противостоять тем, кто пытается склонить тебя к употреблению спиртного. Избегай вечеринок, собирающихся с целью выпить, и людей, не представляющих себе веселье без выпивки.

Наркомания.

- Наркомания – это пристрастие к употреблению наркотиков, болезненное влечение, которое приводит к тяжелым нарушениям психических и физических функций организма.
- Наркотик – это яд, он разрушает мозг человека, его психику, внутренние органы.
- Все наркоманы долго не живут, вне зависимости от вида употребляемого наркотика. Они утрачивают инстинкт самосохранения, что приводит к тому, что около 60% наркоманов, в течение первых двух лет после приобщения к наркотикам, предпринимают попытку к самоубийству. Многим из них это удается.
- Главным заболеванием наркоманов, является «болезнь грязных шприцов» - **СПИД.**



Здоровый образ жизни



- Здоровье - это первая и важнейшая потребность человека, определяющая способность его к труду и обеспечивающая гармоническое развитие личности. Оно является важнейшей предпосылкой к познанию окружающего мира, к самоутверждению и счастью человека. Активная долгая жизнь - это важное слагаемое человеческого фактора.
- **Делай как мы!!!!**

Мы - за здоровый образ жизни

