

Профилактика вредных привычек у подростков



Курение: мифы и реальность



ЧЕСНА "РЕКЛАМА"



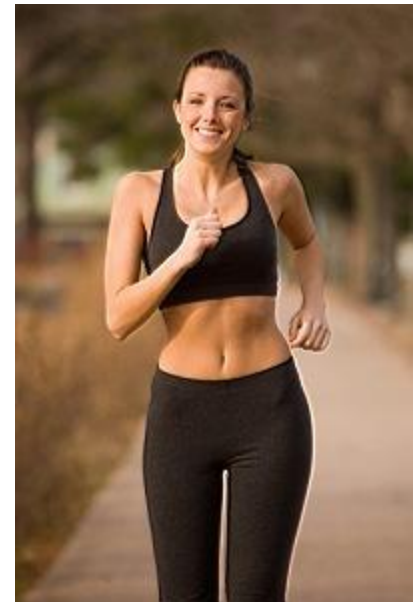
РА "ЛУКА'S" м.Тернопіль тел. 8(068)515-68-56

Курение способствует похуданию



© Stas Perov-Fotolia.com

Реальность: многие полные люди курят и не худеют. Если не хочешь полнеть, то вместо курения лучше избрать другие методы снижения веса.

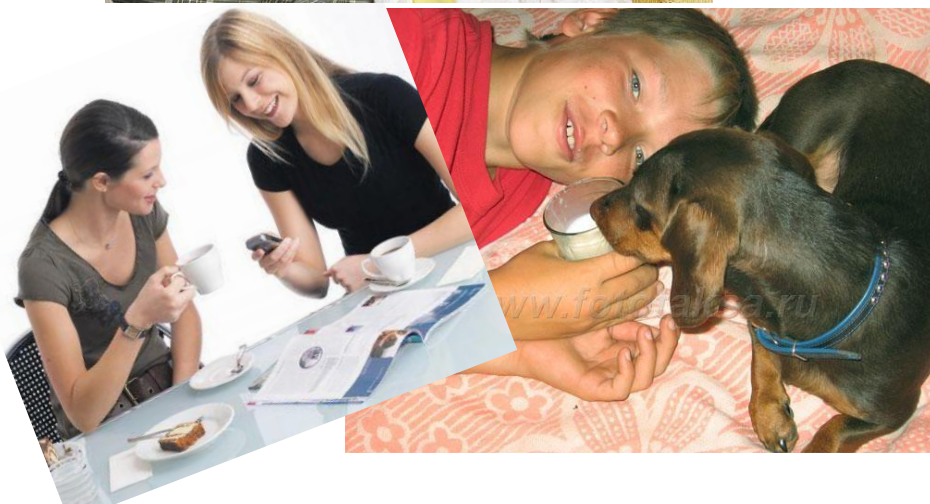




Курение успокаивает нервы.



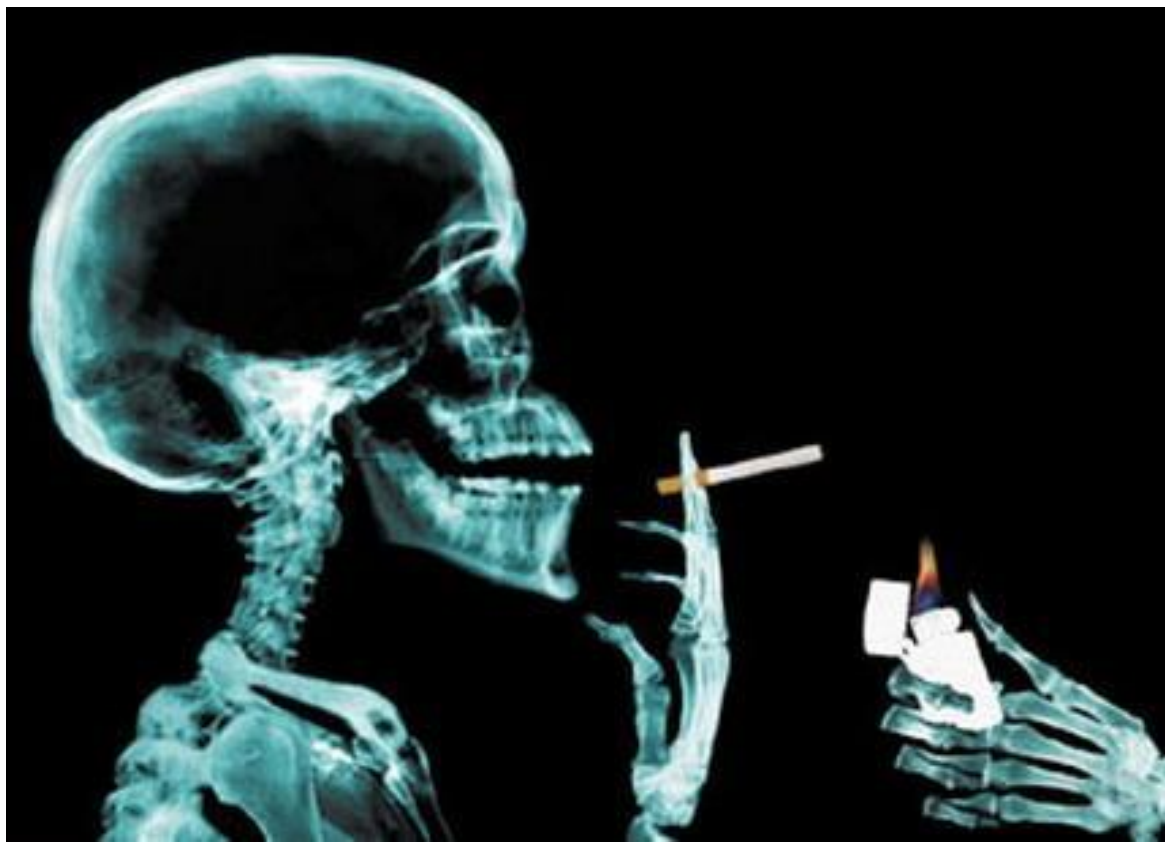
Реальность: чувство раздражения и напряжения нередко связано у курящего с самой привычкой к курению. Поэтому сигарета, как «соска», его успокаивает.



**Курение помогает
сосредоточиться.**



**Реальность: никотин сужает сосуды
головного мозга, мозг хуже снабжается
кислородом и питательными
веществами. В результате умственная
работоспособность снижается.**



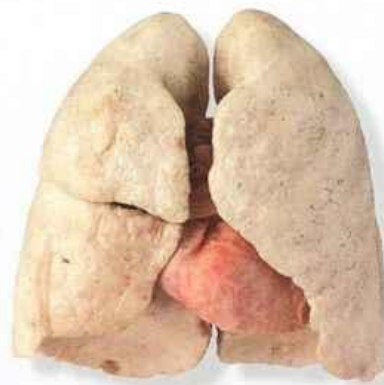
**Курение не так вредно, как
говорят.
Сигареты не опасны.**



Реальность: курение – одна из ведущих причин многих заболеваний и смертности среди взрослого населения, в первую очередь заболевания сердца и лёгких.



Курить - это круто!



Да конечно!



Как вы думаете, зачем люди употребляют табак – курят?

- Причины курения
- Причины не курения



Мифы: Пиво не алкоголь



Реальность: пиво содержит спирт!



**ОСТОРОЖНО!
ПИВО — ЯД**

**Употребление алкоголя
делает человека более
взрослым, сильным,
привлекательным.**



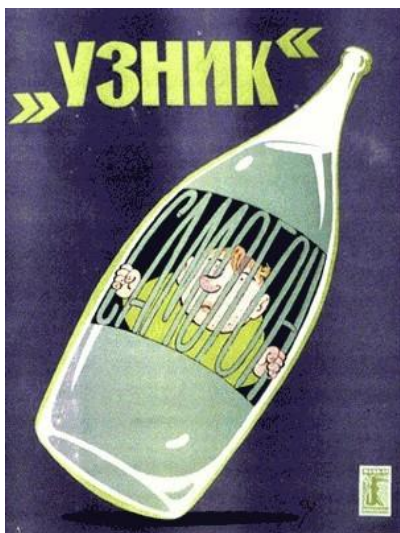
Реальность: алкоголь не может сделать человека сильнее, сообразительнее, симпатичнее, сексуальнее, т.к. алкоголь действует разрушающе на весь организм, приводит к быстрому старению, снижению половых функций.



Я всегда знаю меру, всегда смогу
остановиться. У меня сильная
воля и алкоголиком я не стану.



Реальность: Большинство алкоголиков не считают себя таковыми. И никогда начинающий пить алкоголь не собирался стать алкоголиком.



Ежегодно алкоголь **УБИВАЕТ**
1 миллион россиян.



НЕ ПРОПУСТИ СВОЮ ОЧЕРЕДЬ

strenioff.ru
Beavers.at.ua

Узелок на память

- Правила торговли запрещают продажу спиртных напитков несовершеннолетним.
- Употребление алкоголя подростками является незаконным:
- до 16 лет ответственность несут родители;
- с 16 лет ответственность несут сами подростки.

Узелок на память

- Если подросток употребил спиртные напитки вместе со взрослыми, то виновных, в том числе и родителей, подвергают штрафу, а если это повторялось неоднократно, виновных в этом взрослых наказывают лишением свободы сроком до 5 лет.

Что выбираешь ты: здоровый образ жизни или бесцветное существование?



- Мы верим, что совместными усилиями и пропагандой здорового образа жизни можно добиться хоть какого-нибудь толка.

Даже если удастся переубедить и «наставить на путь истинный» несколько человек – это тоже небольшая, но победа!

