

**Я
выбираю
жизнь!**



***Что
такое
жизнь?***



«Каждый из нас хочет
жить долго, но никто не
хочет жить правильно,
однако правильно жить
может каждый, но долго
– нет»

Ларошфуко



***Что
такое
здоровье?***





Здоровье
– это состояние
физического,
биологического и
социального
благополучия

Факторы, формирующие





Здоровый человек
есть самое
драгоценное
произведение
природы.

О ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧКАХ

Что заставляет людей прибегать к контакту с ядовитыми для организма веществами – никотином, алкоголем, наркотиками?

*Тревога,
порождённая
гормональным
прессингом*

*Желание быть
«как все»*

*Личностные и
социальные
факторы*

АЛКОГОЛЬ -

*Внутриклеточный яд,
разрушающе действующий
на все системы и органы
человека*

**Алкоголизм
возникает в
результате
систематического
употребления
алкоголя**

*Алкоголизм делает
больше опустошения,
чем три исторических
бича, вместе взятые:
голод, чума, война.*

У.Гладстон

Степени алкогольного опьянения



Легкая

Чувство бодрости, самоуверенность, повышенная самооценка, речь быстрая и громкая.

Длительность от 30 мин до 3 часов

Средняя

Грубость, брань, бестактное поведение, сексуальная расторможенность, банальные высказывания.

Длительность — несколько часов, затем сонливость

Тяжёлая

Отсутствие речи, падение давления в крови, тошнота, рвота, медленное протрезвление. Возможен смертельный исход

Запомните:

Доза 7-8 г чистого спирта на 1 кг веса
тела является смертельной для
человека.

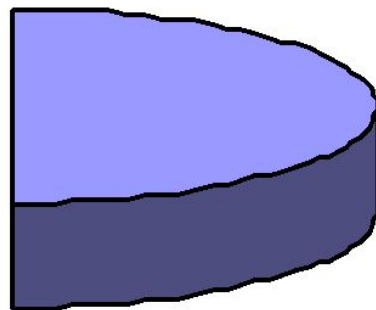
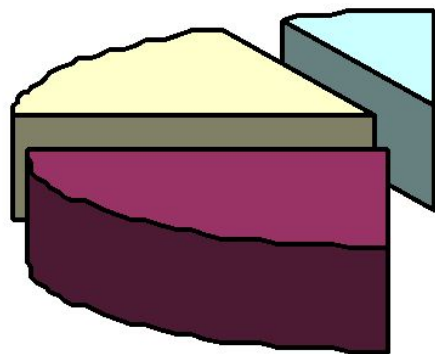
По данным Всемирной организации
здравоохранения алкоголизм ежегодно
уносит 6 млн. человеческих жизней

Цель жизни наркомана

Стремление принять
новую дозу наркотика

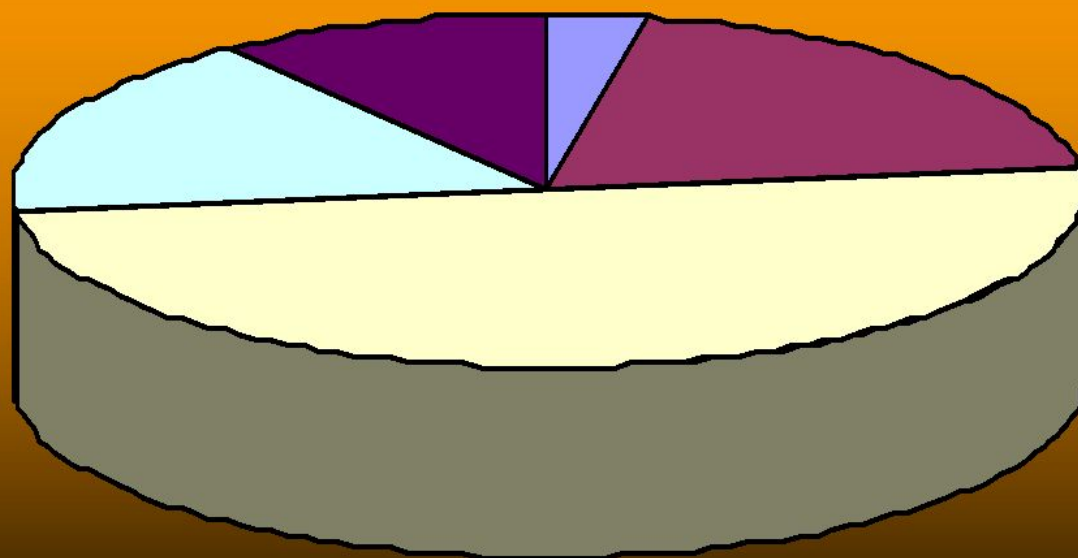


Причины употребления наркотиков



- было интересно попробовать
- приучили друзья
- от нечего делать
- за компанию

Наркотики начали употреблять:



в 10 лет

в 12 лет

в 14 лет

в 16 лет

в 25 лет

НИКОТИН

The background of the slide is a grayscale X-ray image of a human skeleton, showing the ribcage, spine, and pelvic/leg bones. The image is slightly blurred and has a dark, moody atmosphere.

Один из самых опасных ядов растительного происхождения.

Для человека смертельная доза никотина составляет от 50 до 100 мг, или 2-3 капли.

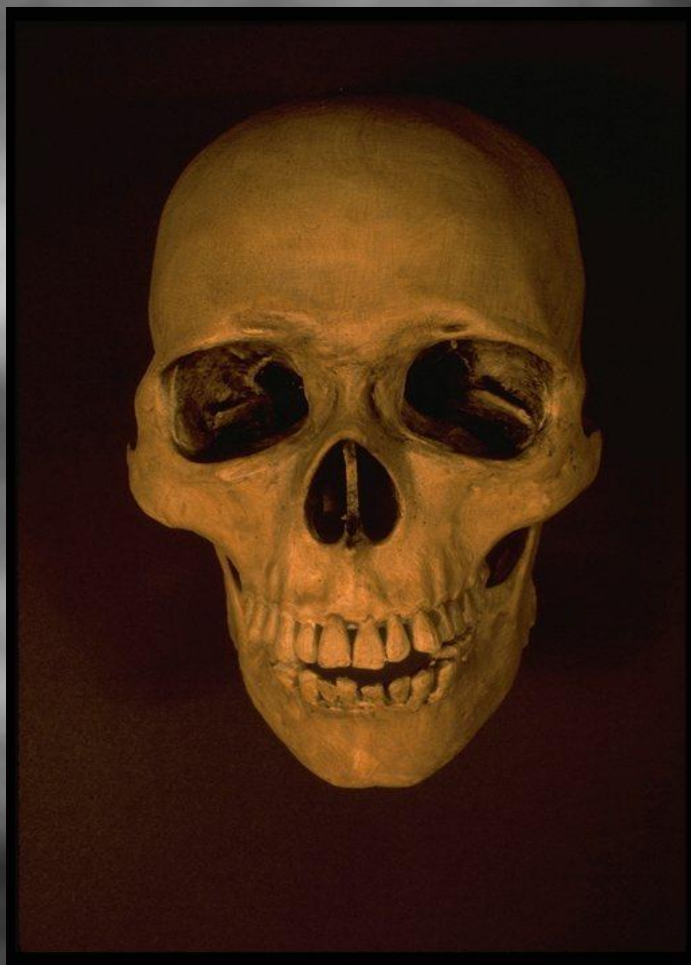
В одной сигарете содержится примерно 6-8 мг никотина, из которых 3-4 мг попадают в кровь

Прежде чем закурить - подумай!

**В одной сигарете содержится
примерно 6-8 мг никотина, из
которых 3-4 мг попадают в кровь.**

**Если человек курит в день от 1 до 9
сигарет, то сокращает свою жизнь на
4, 6 года по сравнению с некурящим,
от 10 до 19 сигарет - на 5,5 года, от 20
до 30 сигарет - на 6,2 года.**

ОПАСНОСТЬ:



*В мире от табака
ежегодно умирают 3
млн. человек, т.е. От
курения погибает 1
человек каждые 13
сек. Курение убивает
в 50 раз больше
людей, чем СПИД*

ПОМНИТЕ:

- ***Спиртные напитки никакими целебными свойствами не обладают***
- ***Закурить легко , а отвыкнуть очень трудно***
- ***Наркоманы редко доживают до 40-45 лет***



Как мы бережем свое здоровье.





A vibrant rainbow arches across a bright blue sky filled with soft, white clouds. Below the sky, a calm body of water reflects the light. In the foreground, a lush green grassy bank sits at the water's edge. The overall scene is bright and cheerful, symbolizing hope and strength.

***Это путь
сильных!***

Это твой путь!