

ЧТО МОЖЕТ ТОЛКНУТЬ ТЕБЯ В ОБЪЯТИЯ АЛКОГОЛЯ?

Причин, по которым подростки начинают пробовать различные спиртные напитки множество:

- подверженность чужому влиянию;
- неразвитое чувство ответственности и долга;
- подражание взрослым или другим подросткам в кругу своего общения;
- безделье;
- демонстрация своей взрослости;
- стремление быть похожими на своих кумиров и подражать их поведению.

ПОЧЕМУ МНОГИЕ ПОДРОСТКИ НЕ ПЬЮТ, ВЫБИРАЯ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!



- Не нравится вкус алкоголя.
- Не нравится состояние алкогольного опьянения.
- Это не соответствует ценностям их семьи или группы друзей, к которым они принадлежат.
- Это не соответствует их ценностям или религиозным убеждениям.
- Это не отвечает их собственным интересам.
- Им нельзя терять спортивную форму.
- Понимают, что алкоголь уменьшает способность четко мыслить и принимать решения.
- Знают, что в состоянии алкогольного опьянения люди теряют контроль над своими эмоциями и совершают необдуманные поступки и преступления.

Пить или не пить - ты решаешь сам.
Но прежде чем сделать выбор, подумай, ради чего ты это делаешь?!

Если же ты твердо решил отказаться от употребления алкоголя, ты на верном пути!

КАК ОТКАЗАТЬСЯ, ЕСЛИ ТЕБЕ ПРЕДЛАГАЮТ ВЫПИТЬ?

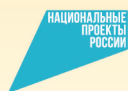


- Нет, спасибо мне необходимо иметь ясную голову.
- Нет, спасибо, я катаюсь на велосипеде, занимаюсь спортом, или делаю что-либо еще, что не позволяет мне пробовать психоактивные вещества.
- Нет, спасибо, это не для меня. Спасибо

тебе за твою «доброту», но здоровье для меня важнее. Нет, спасибо, я сейчас на диете. Посмотри на себя! Я не хочу быть таким как ты.

- Не хочу. Мне и так хорошо. Мне это не интересно!
- Я спортсмен, мне нельзя.
- Я занимаюсь спортом, у меня скоро соревнования.
- В здоровом теле здоровый дух.

ПОМНИ! Ты - кузнец своего счастья!
**Достойная жизнь, крепкое здоровье,
благополучие ЗАВИСИТ ОТ ТЕБЯ!**



ДЕМОГРАФИЯ

Укрепление
общественного здоровья



При содействии
РОО «За здоровое Забайкалье!»



Министерство
здравоохранения
Забайкальского края

*Алкоголь -
похититель здоровья,
молодости, будущего...*

**ОНИ ВЫБРАЛИ
Здоровый Образ Жизни**





Юный друг!

Ты наверняка много читал или слышал об алкоголизме и спиртных напитках, о том, что они вредны и лучше их вообще не употреблять. У тебя, конечно же, есть свое собственное мнение по этому вопросу. Мы не будем пытаться тебя пугать или загружать скучными научными выкладками о вреде алкоголя, просто еще раз напомним о самом важном, чего не следует забывать.

Алкогольные напитки сейчас льются рекой, пьют их даже дети. Причем, спиваются и те, кто вырос в неблагополучных семьях и те, кто рос в достатке и не страдал от отсутствия внимания к своей персоне.

ЧТО ЖЕ ТАКОЕ АЛКОГОЛЬ?

Похититель разума – так именуют алкоголь с давних времен.

Алкоголь – это психоактивное вещество, содержащееся в таких напитках как пиво, вино, крепкие спиртные напитки, в некоторых медицинских препаратах, сиропах, отдельных парфюмерных изделиях.

Алкоголь является наркотическим ядом и действует, прежде всего, на клетки головного мозга, парализуя их.



Безопасных доз алкоголя не существует:

- 100 г водки губит 7500 активно работающих клеток головного мозга.
- Доза в 7-8 г чистого спирта на 1 кг веса тела является смертельной для человека.
- Вредное воздействие алкоголя на организм длится более двух недель. Даже после одного приема небольшой дозы спиртного алкоголь сохраняется в мозгу, сердце, почках, желудке от 2-х до 15 суток.
- У людей, употребляющих спиртное хотя бы один раз в неделю, организм не очищается от алкоголя.



ОРГАНИЗМ МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ ОЧЕНЬ ЧУВСТВИТЕЛЕН К ДЕЙСТВИЮ АЛКОГОЛЯ

Подростки, употребляющие даже пиво:

- имеют серовато-бледный цвет лица, вялую, с преждевременными признаками одряхления кожу (некоторые выглядят как маленькие старички);
- отстают от своих сверстников и в умственном, и в физическом развитии;
- плохо учатся;
- не успешны в спорте;
- нарушают общепринятые нормы поведения в семье и школе;

- подвержены частым нервно-психическим расстройствам;
- страдают малокровием, гастритами и другими заболеваниями внутренних органов.

Не исключено, что подросток, взявший в руки бутылку пива сегодня, рано или поздно может повторить судьбу многих молодых людей, чья жизнь начиналась именно с бутылки пива и приводила к встрече с законом (приводы в полицию, постановка на учёт, колония для несовершеннолетних) за появление в нетрезвом виде и распитие спиртных напитков в общественных местах, драки и другие противоправные действия.

Согласись, не совсем оптимистический прогноз. Ведь каждый в глубине души мечтает быть успешным, сильным, самодостаточным, занимать определенное положение в обществе, в будущем иметь крепкую и здоровую семью, высокооплачиваемую работу, хороший автомобиль, собственный дом, бизнес и много еще чего. Разве можно с низким интеллектом быть квалифицированным специалистом, достичь успехов в спорте, построить крепкую, дружную и здоровую семью?! Кстати, молодых людей, состоящих на наркологическом учёте, не берут в армию, они не могут получить водительские права, устроиться на хорошую работу...

