# МЕСЯЧНИК ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ПАГУБНЫХ ПРИВЫЧЕК

Здоровье человека - основной собственный ресурс каждого из нас. К сожалению, оно занимает у человека далеко и не всегда первое место.

Традиционно к вредным привычкам относят: неумеренное потребление алкоголя (пьянство) и курение. В последние десятилетия в число и попала наркомания. Важной составной частью здорового образа жизни является пропаганда и профилактика отказа от вредных привычек: курения, употребления алкоголя и наркотиков. Несмотря на запреты, вводимые государством, алкоголь и табак находятся в свободном доступе для всех групп населения. По данным Всемирной организации здравоохранения в России за последние 10 лет число курильщиков увеличилось на 14 % а подростков, употребляющих алкоголь, на 62 %. «Алкоголизм ежегодно уносит около 6 миллионов человеческих жизней». Проблема употребления алкоголя очень актуальна в наши дни. Сейчас потребление спиртных напитков в мире характеризуется огромными цифрами. От этого страдает все общество, но в первую очередь под угрозу ставится подрастающее поколение: дети, подростки, молодежь, а также здоровье будущих матерей. Ведь алкоголь особенно активно влияет на несформировавшийся организм, постепенно разрушая его. Вред алкоголя очевиден. Доказано, что при попадании алкоголя внутрь организма, он разносится по крови ко всем органам и неблагоприятно действует на них вплоть до разрушения. При систематическом употреблении алкоголя развивается опасная болезнь – алкоголизм. Алкоголизм опасен для здоровья человека, но он излечим, как и многие другие болезни. Особого внимания заслуживает проблема пьянства среди подростков. Основными принципами побуждающими их к первому знакомству с алкоголем являются желание "быть как все" в компании друзей и просто любопытство.

Борьба с вредными привычками довольно таки сложная, но крайне необходимая. И чем раньше человек это осознает, тем легче ему будет побороть свою зависимость и навсегда отказаться от пагубных привычек. И если ваш товарищ предлагает вам пойти покурить или выпить, то от таких друзей лучше держаться подальше.

Самое главное, чтобы человек как можно скорее осознал, что вредные привычки вредят его жизни и жизни окружающих и приложил все усилия, для того чтобы навсегда с ними расстаться. Ведь вести здоровый образ жизни доступно каждому здравомыслящему человеку, главное иметь желание, силу воли, преодолеть лень и тогда избавиться от пагубных привычек будет намного проще.

Потребление наркотиков, алкоголя и табака сейчас не модно и крайне вредно влияет на спортивные возможности юношей, на внешние данные девушек.

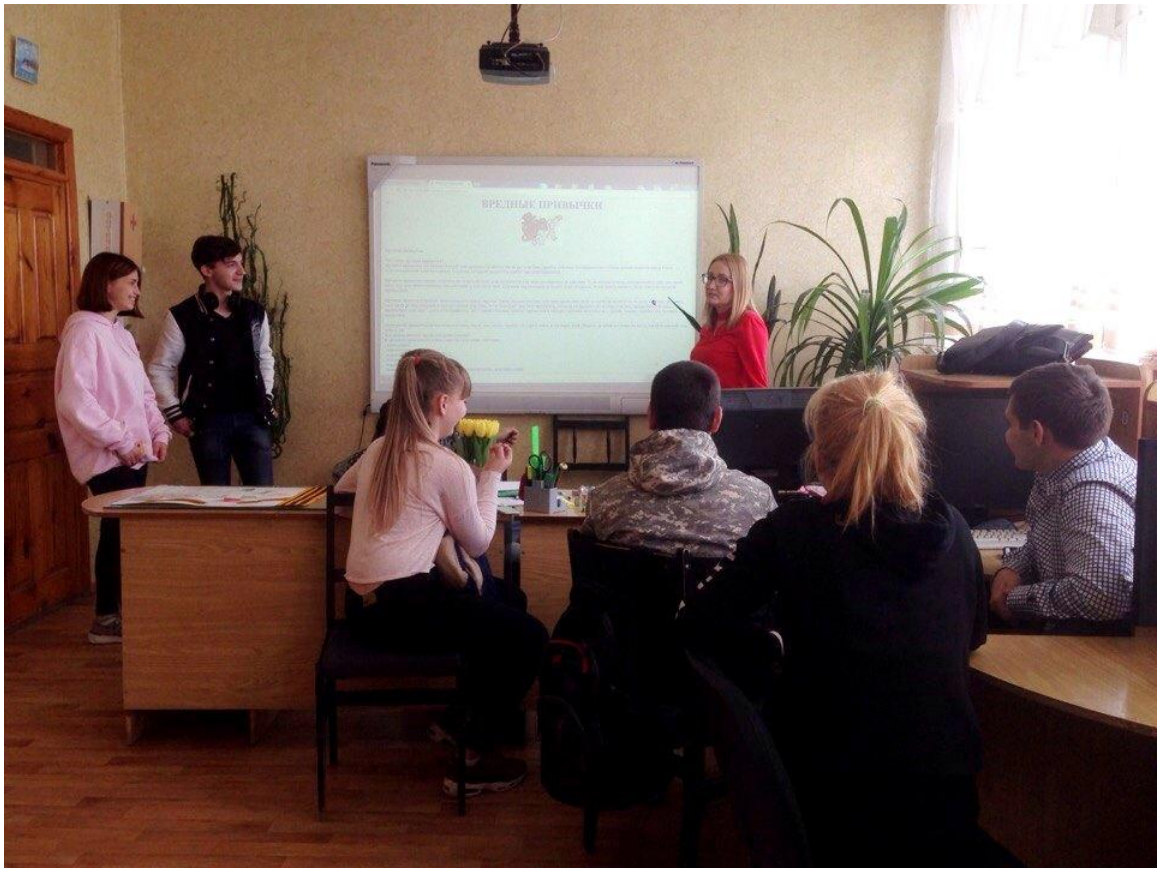
С этой целью в ГАПОУ «Камышинский политехнический колледж» в группах среди студентов 1-3 курсов прошли внеклассные профилактические мероприятия. Демонстрировались научные документальные фильмы, социальные видеоролики, студенты выступали с докладами и наглядной агитацией. Также студенты групп

выпустили стенгазеты, рисунки и плакаты на тему: «Мы не курим и не пьем, без наркотиков живем!»

23 апреля воспитатели студенческого общежития провели со студентами беседу: «Курить – здоровью вредить». В ходе беседы ребята узнали, как появился в России табак, какими болезнями страдают курящие люди. Активно участвовали в обсуждении важного вопроса – «Курить или не курить?», решать который приходится многим в какой-то момент жизни. И в тот момент, когда им придётся делать этот выбор, они вспомнят это мероприятие и задумаются, что важнее: курение или здоровье. Ведь здоровье - это главная ценность человека, а человек – это главная ценность нашей страны. И будет здоровой наша страна или нет, зависит от каждого из нас!

Группы, которые подготовили стенгазету: Э-102 (кл. рук. Казакова А.Ф.), ПС-108 (кл. рук. Воронина Т.В.), Бух-109, 309 (кл. рук. Свиридова А.И.), АМ-206 (кл. рук. Мухина С.А.), БД-310 (кл. рук. Назарова О.В.), Э-203 (кл. рук. Самофалова А.Н.)

**Воспитательная служба**


ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ

Чем опасны
вредные
привычки!
НАУКИ О ПРИРОДЕ.

СКАЖЕМ "НЕТ"
НАРКОТИКАМ

Статистические данные

23 14:18

23/04/2018

НАРКОТИК
Вычеркни лишнее.
Пока не поздно
Э102.

Сигареты могут лишить тебя всего!
БД-30
ПОДАРИ себе ЖИЗНЬ
ОТКАЖИСЬ ОТ КУРЕНИЯ НАРКОТИКОВ И АЛКОГОЛЯ
Не упусти ЖИЗНЬ
Этого нам не надо!
Бух-109
ОНА КУРИЛА
ОН ЗЛОУПОТРЕБЛЯЛ АЛКОГОЛЕМ
НАРКОМАНКА ....
СКАЖИ КУРЕНИЮ – НЕТ!
СКАЖИ АЛКОГОЛЮ – НЕТ!
НЕТ НАРКОТИКАМ!
мы за здоровый образ жизни!