

## **ПОСЛЕДСТВИЯ СИГАРЕТ И АЛКОГОЛЯ**

**Что же такое алкоголизм?**

По действию на организм он относится к наркотикам.

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

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

**Похититель разума** – так именуют алкоголь с давних времен.

*Алкоголь разрушает клетки головного мозга, образуются мертвые клетки, так называемые, мертвые зоны головного мозга, снижается интеллект. Все это ведет к деградации личности человека.*

### **УМЕЙ СКАЗАТЬ «НЕТ»**

Большинство людей начали употреблять алкогольные напитки под влиянием других. Хотя и не хотели

пробовать, но все же поддавались на уговоры и принимали алкоголь.

Почему они так себя вели?

Да потому, что боялись, что их будут считать дураками. На этой слабости и играют те, кто предлагает зелье. Значит, нужно показать им, что ты не боишься, что ты умнее и сильнее их. Нужно просто сказать:

- «Да, я боюсь за свое здоровье»;
- «Да, я, маленький»;
- «Да, я дурак».

Или повторять одну и ту же фразу: «Спасибо, нет». И это выбьет из рук манипуляторов их оружие. Они поймут, что вас не запугать, и вы действительно, самостоятельный, сильный человек.

Помните, что нужно говорить? Покажите, что вы не боитесь?

### **Фразы для провокации.**

- Что, слабо? Боишься выпить?
- Пей! Или ты у нас маменькин сынок?
- Выпей, ты уже не маленький!
- Не будешь пить? Значит, ты просто тормоз!

**Но самый лучший способ избежать таких провокаций – не ходить туда, где предлагают выпить.**

## **КАКОЙ ВРЕД НАНОСИТ АЛКОГОЛЬ?**

**Алкоголизм ведет к слабоумию.**

В нашей стране в коррекционных школах для слабоумных детей обучается около 300 тыс. школьников.

Мировая статистика утверждает, что 50% слабоумных детей рождается от пьющих родителей.

В древнем мире до 26 лет запрещали употреблять спиртное, так как считали, что до этого возраста человеческий организм является не полностью окрепшим. Сегодня алкоголизм молодеет.

*Если в 1925 году подростков, употребляющих алкоголь, было 17%, то сейчас эта цифра достигла 95%.*

**Что сейчас пьют молодежь? –  
ПИВО**

Что вы знаете о пиве?

Пиво, как и водка, содержит алкоголь, к нему развивается такое же привыкание. Пивной алкоголизм формируется быстрее водочного.

Пиво – калорийный напиток, но набор питательных веществ, содержащихся в нем, не сбалансирован.

**ПОДРОСТКОВЫЙ  
АЛКОГОЛИЗМ**

*возникает при чрезмерном  
употреблении пива*



МАУО ГИМНАЗИЯ №:6

Г НОВОРОССИЙСКА



**ПАМЯТКА  
УМЕЙ СКАЗАТЬ – НЕТ!**



г. Новороссийск

2016г.