

*Мы рождены, чтоб жить на свете
долго,*

*Грустить и петь, смеяться и
любить.*

*Но чтобы стали все мечты
возможны,*

Должны мы все здоровье сохранить.

Спроси себя: готов ли ты к работе?

*Активно двигаться, и в меру есть и
пить,*

*Отбросить сигарету, выбросить
окурок,*

И только так здоровье сохранить?

Взгляни вокруг: прекрасная природа

Нас призывает с нею в мире жить,

*Дай руку, друг! Давай с тобой
поможем*

Планете и себе здоровье сохранить!

Здоровье человека зависит от следующих факторов:

-от внешней среды на 20-25%;

-от наследственности на 15-20%;

-от медицинской помощи на 8-
10%;

-от образа жизни на 50-55%.

**Значит, наше здоровье в
основном зависит от нас
самих, от нашего выбора.**



Мы выбираем жизнь!



МКОУ «Подосиновская ООШ»

Волонтерское объединение

«Всё в наших руках!»

Наркомания, включает две формы зависимости:

Психическая зависимость – состояние организма, характеризующееся патологической потребностью в употреблении какого-либо лекарственного средства или химического вещества для избежания нарушений психики или дискомфорта, возникающих при прекращении употребления вещества, вызвавшего зависимость, но без соматических явлений абстиненции.

Физическая зависимость – состояние, характеризующееся развитием абстиненции при прекращении приема вызвавшего зависимость вещества или после введения его антагонистов.

Я говорю «НЕТ»
наркотикам!

НЕ БОЙСЯ ПРОСИТЬ ПОМОЩИ

Если тебе тяжело, у тебя возникли проблемы, появились вопросы, здесь тебя всегда выслушают и помогут разобраться в трудной ситуации:

Единый общероссийский детский телефон доверия

8 800 2000 122

(круглосуточно, бесплатно)



*Для человека милее всего жизнь,
потому что с нею только
связаны все наши радости, все
наше счастье, все наши
надежды.*

Н.Т. Чернышевский



с. Подосиновка 2021 год