



**МБОУ «БЕЗЫМЯНСКАЯ
ООШ № 28»**

Мы выбираем мир

без наркотиков, мы
выбираем:

✓ **Здоровый**

образ жизни!

✓ **Спорт!**

✓ **Радость!**

✓ **Успех! Удачу! Учебу!**

✓ **Творчество!**

✓ **Полноценную**

СЧАСТЛИВУЮ жизнь!

Прочитай уважаемый друг и поразмысли!

Мифы и реальные факты

Есть хорошие наркотики.

Единственное, что попадает под данный критерий — препарат, назначенный врачом в терапевтической дозировке. Любое злоупотребление, бесконтрольный прием с целью получения эйфории — это не просто плохой, а смертельно опасный наркотик. Исключений не бывает, в перечень попадают даже аптечные средства, не говоря о дизайнерских психостимуляторах с плавающей формулой и различными добавками для усиления ощущений.

При отмене очередной дозы все токсины выходят бесследно. Это в принципе невозможно, поскольку наркотические вещества обладают накопительным действием и могут обнаруживаться в волосах и костях через несколько лет после прекращения приема.

Наркотики пробуждают творческий потенциал. Прежде всего, они провоцируют развитие психических расстройств. Также стоит учесть, что действие наркопрепарата сугубо индивидуально. Там, где один увидел психоделические картины и красочные галлюцинации, другой стал жертвой кошмаров, которые привели к попытке суицида.

Сделай свой выбор!



Да, шотландскому писателю Роберту Льюису Стивенсону, написавшему под воздействием кокаина за 6 дней роман о докторе Джекиле и мистере Хайде, повезло. Но эксперимент мог закончиться и в палате психиатрической клиники. Кстати это литературное произведение отлично иллюстрирует психологическую трансформацию человека под действием психостимуляторов — из сдержанного джентльмена в разнузданную личность без моральных установок и тормозов.

Подобные малоизвестные факты о наркотиках заставляют еще раз задуматься о том, а стоит ли рисковать, пытаясь получить новые ощущения через прием запрещенных веществ.

Преимущества здорового образа жизни

Специалисты выделяют множество его преимуществ, отвечающих на вопрос, чем полезен здоровый образ жизни:

- укрепление иммунитета и снижение заболеваемости вирусными и инфекционными недугами;
- достижение активного долголетия и сохранение даже в старости дееспособности и подвижности;
- избавление от плохого настроения, депрессий и стрессов;
- активное участие в социальной и семейной деятельности;
- возможность заниматься любимым делом даже в старости;

- ежедневно вставать и ощущать себя полным сил и энергии;
 - подавать правильный пример окружающим;
 - иметь красивое тело и чистую кожу без прыщей и морщин;
- А самое главное чувство, что всё возможно и достижимо!**
- Мы выбираем счастливую успешную здоровую жизнь!**

