

«Мы хотим жить!»

Устный журнал

о здоровом образе жизни.

Семёнова Маргарита

8 класс

МБОУ «Чихачёвская средняя школа»

Обращение к друзьям



Вот сюда мы прибыли, чтоб всё вам
рассказать,
Чем- то поделиться, здоровья пожелать
Если вы всё это запомните ,друзья,
То вредная привычка вам будет не
нужна

1 страница

Девиз:

«Сделай выбор в свою пользу!»

Осторожно - наркотики!

 Продолжительность жизни человека, попавшего в наркотическую зависимость, 10 – 15 лет.

 Срок жизни наркомана 30 – 40 лет.

Основные причины смерти наркоманов:

- 👉 Передозировка
- 👉 Сердечно-сосудистая недостаточность
- 👉 Почечная недостаточность
- 👉 Гибель в драках и дорожно-транспортных происшествиях
- 👉 Самоубийство



Статистика утверждает...

- Смертность среди наркоманов за 5 лет увеличилась в России в 5 раз
- 90 % ВИЧ - инфицированных - наркоманы

**СКАЖИ НАРКОТИКАМ «НЕТ!» сейчас,
сегодня!**

Завтра может быть поздно!

2 страница

« О вреде никотина»

Курением гибель приближаешь,
Меняешь жизнь на деготь, смрад.
И в этой сделке сам ты виноват.
Тебе дан разум-царь природы!
Так откажись от глупой моды.

«В здоровом теле - здоровый дух!»

- Мы, юное поколение 21 века, должны избежать вредных привычек
- Табак и наркотики – коварные враги человечества
- Наркоманами , курящими не рождаются, ими становятся, потому что кто –то не удержал вовремя, не протянул руку помощи



3 страница

Что же нам делать?

 Заниматься спортом!

 Найти интересное занятие!

 Записаться в кружки и клубы!

 Ходить в кино , посещать
выставки!

Что же нам делать?

☞ Заниматься художественной самодеятельностью в школе!

☞ Путешествовать, коллекционировать, фотографировать!

☞ Рисовать и танцевать!

☞ Жить надо содержательно и творчески!



Мы хотим быть здоровыми! Мы хотим жить!

Давайте будем жить все трезво,
Здоровьем нашим дорожа,
Не принимайте вы наркотики,
Курить бросайте навсегда
Хотим посмотреть в лицо судьбе мы,
Чтоб не кидать всё на авось,
Шагать по жизни твёрдо, смело,
О чём мечтаем, чтоб сбылось

