

Памятка

«Мое здоровье в моих руках»

1. Если ты стоишь перед выбором, сделай его в пользу здоровья.
2. Помни: «силен тот, кто побеждает самого себя».
3. Если ты не избавишься от вредных привычек, то они избавятся от тебя!
4. Сумел побороть в себе тягу к вредным привычкам, помоги в этом другу.
5. Оглянись: вокруг много интересных занятий.
6. Хочешь экстрима – займись спортом.
7. Не умеешь общаться – учись дружить по-настоящему. Будь честным, искренним, уважай других!
8. Нечего делать – ставь перед собой цели и стремись достигать их.
9. Каждый день говори себе: «Мое здоровье в моих руках!»

Знаешь ли ты об административной ответственности за появление в состоянии опьянения, распитие спиртных напитков?

Административная ответственность за употребление алкоголя несовершеннолетними наступает с 16 лет.

Кодекс об административных правонарушениях РФ предусматривает административную ответственность за:

- статья 20.20 КоАП РФ - потребление алкогольной продукции в местах, запрещенных федеральным законом влечет наложение административного штрафа в размере от 500 до 1500 рублей;

- статья 20.21 КоАП РФ – появление в общественных местах в состоянии опьянения влечет наложение административного штрафа в размере от 500 до 1500 рублей или административный арест на срок до 15 суток;
- статья 20.22 КоАП РФ - нахождение в состоянии опьянения несовершеннолетних в возрасте до шестнадцати лет, либо потребление (распитие) ими алкогольной и спиртосодержащей продукции, влечет наложение административного штрафа на родителей или иных законных представителей несовершеннолетних в размере от 1500 до 2000 рублей.

ВЫБОР ЗА ТОБОЙ -

РЕАЛЬНОСТЬ или

ИЛЛЮЗИЯ?



ГБКУ АО «Вельский центр "Скворушка"»
Адрес: ул. Первого Мая, д. 77, г. Вельск,
Архангельская область, 165150
Телефон 89062840364

В оформлении буклета использованы материалы сайта
<https://kcsn-kansk.krn.socinfo.ru>



ГБКУ АО «Вельский центр
«Скворушка»

АЛКОГОЛЬ И ПОДРОСТОК

Буклет для несовершеннолетних



АЛКОГОЛЬ дарит ИЛЛЮЗИИ,
но ОТНИМАЕТ реальность...

ВЕЛЬСК

Что такое алкоголизм?

Алкоголизм – это хроническое заболевание, вызываемое систематическим употреблением



спиртных напитков, характеризующееся патологическим влечением к ним, развитием психической и физической зависимости. Алкоголь по природе своего действия притупляет чувства, но не устраняет причину раздражения, в результате – раздражение накапливается. Под воздействием алкоголя человек способен причинить боль самым близким.

Алкоголиками не рождаются.

Ими становятся!

Причины приобщения подростков к алкоголю:

- любопытство;
- стремление почувствовать себя взрослым;
- облегчение общения с другими ребятами;
- устранение страха;
- для снятия напряжения;
- для смелости.

Психологические причины:

- трудности приспособления к условиям окружающей среды;
- конфликт с окружением;
- неудовлетворенность своим положением, одиночество;
- осознание своей неполноценности в чем-либо.

Стадии приобщения к алкоголю:

1. Употребление «безобидных» и «безалкогольных» легких напитков.
2. Постепенный переход к крепким напиткам.
3. Частое употребление алкоголя, отсутствие выраженных соматических последствий.
4. Отрицание наличия проблем, связанных с алкоголем.
5. Негативное отношение к предложению начать лечение.

Последствия подросткового алкоголизма

Последствия подросткового алкоголизма связаны с тем, что в этом возрасте организм находится в стадии роста и развития важнейших систем органов и функций. Воздействие спиртного на них оканчивается тяжелыми болезнями и неизлечимыми патологиями.



Алкоголь в подростковом возрасте быстро приводит к нарушению памяти, нарушению нормального сна. Последствия этого ещё более вредные: появляется хроническая усталость, нарушается нормальное восстановление организма после физических и психологических нагрузок, человек начинает испытывать постоянное напряжение, которое он стремится снять алкоголем. Получается замкнутый круг.

Одновременно у подростка начинает часто меняться настроение, он становится угнетённым, агрессивным, случаются депрессии. Со временем у подростка появляются алкогольные психозы. Вместе с этим наблюдается уже значительная деградация личности.

Вред здоровью, наносимый алкоголем:

- умственная деградация,
- всевозможные расстройства эмоциональной и волевой сфер,
- снижение умственной активности,
- невозможность нормально трудиться,
- постоянная смена настроения,
- нарушение нормального сна,
- негативные изменения в иммунной системе,
- деформация органов эндокринной и нервной системы,
- нарушение функционирования дыхания, мочеиспускательной системы,
- поражение печени, развитие цирроза печени,
- «разъедание» слизистой оболочки пищевода, желудка, нарушение секреции и состава желудочного сока, что затрудняет процесс пищеварения, резкое истощение организма с потерей веса,
- постоянное ощущение усталости,
- невозможность восстановить силы после дневной нагрузки,
- при тяжелой патологии – летальный исход.