

Хочешь быть молодым и здоровым?

Если ДА, то:

- имей на всё свою собственную точку зрения: осознанно живущий человек значительно реже впадает в депрессию и бывает подавленным, чем тот, кто плывёт по течению;
- движение это жизнь! Больше двигайся, не важно, что это будет – утренняя зарядка, танцы или регулярное посещение спортзала – это пойдёт только на пользу твоему организму;
- тренируй свой мозг, повышай и развивай свои умственные способности: разгадывай кроссворды, играй в интеллектуальные игры, учи иностранные языки. Заставляй работать свой мозг.
- общайся и дружи: любовь и дружба составляют неотъемлемую часть полноценной человеческой жизни.

**ПОМНИ: КАЖДЫЙ
ЧЕЛОВЕК САМ
ВЫБИРАЕТ СВОЁ
ЗАВТРА!**

**Ты молод, а это
значит, что у тебя
впереди большая
жизнь.**

**Не вырони из рук
своё будущее!**



Жизнь прекрасна!

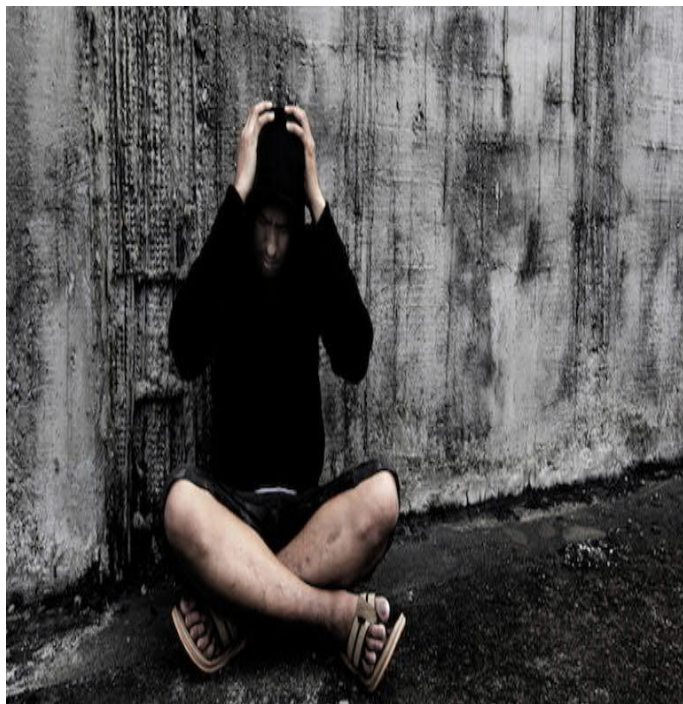


**Наркотики:
не влезай, убьёт!**



ЗАПОМНИ!!!

Наркомания – это необратимый процесс. Все изменения, которые произошли в результате употребления наркотиков, такие как изменение внутреннего мира, способов существования и отношений с другими людьми, остаются с человеком навсегда.



Главные точные утверждения о наркотиках:

1. Любой наркотик – ЯД.
2. Все наркотики воздействуют на разум.
3. Люди принимают наркотики, что бы избавиться от неприятных ощущений.
4. Когда действие наркотика закончиться, человек захочет ещё.
5. Марихуана повреждает лёгкие, нервы и мозг.
6. Экстази – один из самых наиболее опасных наркотиков.
7. Наркотики мешают творчеству.
8. Наркотики притупляют все ваши чувства.
9. Наркотики держатся в организме годами после их употребления.

Подумай, пока не поздно!

Последствия от употребления наркотиков:

- Реальная опасность заражения ВИЧ-инфекцией.
- Быстрая смерть от передозировки наркотиков.
- Плохие отношения с членами семьи и друзьями.
- Проблемы в учебе и на работе.

НАРКОТИКИ УБИВАЮТ!!!

