Сохрани свое здоровье!

Здоровье духовно–нравственное и физическое – это бесценный дар, который позволяет человеку полноценно жить и развиваться, противостоять приносящим зло соблазнам и порокам. Не обладая душевным и физическим здоровьем, невозможно сделать свою жизнь интересной, одухотворенной и счастливой!

Да, настало время, когда каждый должен не только думать о своем здоровье, но и действовать, так как к здоровому образу жизни, счастью, долголетию дорогу ты выбираешь сам! Дорога жизни бывает трудна. Хотелось бы, чтобы на вашем жизненном пути и на пути ваших детей никогда не встречались губительные дорожные знаки: «СПИД», «Алкоголь», «Наркотики», «Никотин» , «Спайс» и др.

Дети подрастают. Из маленьких и беспомощных они превращаются в подростков. Растут дети, серьезнее становятся проблемы, с которыми мы сталкиваемся сегодня. Главной ценностью является здоровье, и наша задача, сохранить этот дар природы.

**Итак, наркотики сегодня – реальность, а с ними:**

1. Наркотик – средство, которое постоянно увеличивает потребность в его использовании. Это прием ядов, которые становятся частью обменных процессов в организме, и вызывает привыкание.
2. Привязанность к наркотикам ведет к деградации личности подростка, резко снижается работоспособность, память, внимание.
3. Наркотики – это постоянные траты денег, а подросток может либо взять их у родителей либо украсть, отсюда возрастание подростковой преступности.

Специалисты выделяют факторы, способствующие привлечению подростка к наркотикам и родители должны их знать и иметь в виду:

**Сложность взаимоотношений со старшими или отсутствие контроля со стороны родителей;**

**Отдельные подростки стараются таким образом привлечь к себе внимание коллектива сверстников любой ценой, из-за того, что привыкли к повышенному вниманию со стороны родителей.**

**Нередко, используется сила принуждения, особенно к слабовольным, либо к подросткам, лишенным внимания взрослых.**

Все большее распространение получают курительные смеси. Употребление психотропных веществ приводит к слабоумию. Самое страшное – это разрыв с реальностью. Человек видит галлюцинации, не понимает, где он и что он делает.

Стоит ли сомнительное наслаждение и визуальные галлюцинации вашей жизни?



