

**«ЗНАТЬ, ЧТОБЫ НЕ
ОСТУПИТЬСЯ!»**

ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК.



ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК

- **ТАК ХОЧЕТСЯ, ЧТОБ БЫЛИ ВСЕ СЧАСТЛИВЫМИ!
ЧТОБ КОЛОКОЛЬЧИКОМ ЗВЕНЕЛ ВЕСЕЛЫЙ СМЕХ!
ДАВАЙТЕ СТАНЕМ КАПЛЮ ТЕРПЕЛИВЕЕ!
ДАВАЙТЕ СТАНЕМ ЧУТОЧКУ ДОБРЕЙ!
ДАВАЙТЕ ЖИТЬ В СПОКОЙСТВИИ, СОГЛАСИИ!
ПУСТЬ СВЕТ ЗЕМЛИ НАМ ОСВЕЩАЕТ ПУТЬ!
ТРУДИТЬСЯ БУДЕМ ТВОРЧЕСКИ И РАДОСТНО, НО ТАК,
ЧТОБЫ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ СОХРАНЯТЬ!**



ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК

**ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА – ЭТО ГЛАВНАЯ ЦЕННОСТЬ В ЖИЗНИ,
ЭТО СОСТОЯНИЕ ПОЛНОГО ФИЗИЧЕСКОГО, ПСИХИЧЕСКОГО И
СОЦИАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ, А НЕ ТОЛЬКО ОТСУТСТВИЕ
БОЛЕЗНЕЙ И ФИЗИЧЕСКИХ ДЕФЕКТОВ.**

**С САМЫХ МАЛЫХ ЛЕТ НЕОБХОДИМО БЕРЕЧЬ СЕБЯ,
ПРИДЕРЖИВАТЬСЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ.**



ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК

- **ВАЖНЕЙШЕЙ ПОТРЕБНОСТЬЮ КАЖДОГО ЧЕЛОВЕКА В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ ЯВЛЯЕТСЯ УКРЕПЛЕНИЕ И СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ, ХОРОШЕГО САМОЧУВСТВИЯ И НАСТРОЕНИЯ, ВЫСОКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ, ТВОРЧЕСКОГО ДОЛГОЛЕТИЯ.**
- **ОДНО ИЗ НАИБОЛЕЕ ЭФФЕКТИВНЫХ И ДОСТУПНЫХ СРЕДСТВ УДОВЛЕТВОРЕНИЯ ЭТОЙ ПОТРЕБНОСТИ – СОБЛЮДЕНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ, ОТКАЗ ОТ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК. ПРИВЫЧКА - ЭТО ТО, ЧТО МЫ НЕИЗМЕННО ПОВТОРЯЕМ ИЗО ДНЯ В ДЕНЬ, В ОТЛИЧИЕ ОТ НАШИХ ОШИБОК, НА КОТОРЫХ МЫ УЧИМСЯ.**
- **ПРИВЫЧКИ БЫВАЮТ ВРЕДНЫЕ, ДУРНЫЕ, НЕРАЗУМНЫЕ И ПОРОЙ ОПАСНЫЕ. ПЕРВЫЕ ПРИВЫЧКИ БЕРУТ СВОИ ИСТОКИ ИЗ ДЕТСТВА. САМОЕ НЕПРИЯТНОЕ В НАШЕЙ ЖИЗНИ - ЭТО ПЛОХИЕ ПРИВЫЧКИ.**
- **МЫ ЗНАЕМ. ЧТО ОНИ ПЛОХИЕ, А ЗАЧАСТУЮ НИЧЕГО С СОБОЙ СДЕЛАТЬ НЕ МОЖЕМ - ПРИВЫКЛИ!**

ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК

- **ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ – ТЕРМИН, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИЙ ТАКОЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ, ПРИ КОТОРОМ ЧЕЛОВЕК ОСОЗНАННО НАНОСИТ ВРЕД СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ, ЗАНИМАЯСЬ ОПРЕДЕЛЁННЫМИ ВЕЩАМИ, ПРИНОСЯЩИМИ ПРИЯТНЫЕ ОЩУЩЕНИЯ.**
- **ОСОБЕННО ЭТО ХАРАКТЕРНО ДЛЯ ПОДРОСТКОВ, КОТОРЫЕ ЕЩЁ РАЗВИВАЮТСЯ И НЕ ИМЕЮТ ЧЁТКО ВЫРАБОТАННЫХ ПРИНЦИПОВ.**
- **ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК – РЯД МЕРОПРИЯТИЙ, КОТОРЫЕ ДОЛЖНЫ ПРОВОДИТЬСЯ В ШКОЛЕ И ДРУГИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ, А ТАКЖЕ В СЕМЬЕ. ВЕДЬ БОРОТЬСЯ С УЖЕ СЛОЖИВШИМСЯ ОБРАЗОМ ЖИЗНИ, ДАЖЕ ЕСЛИ ОН НЕСЁТ СЕРЬЁЗНЫЙ ВРЕД, НАМНОГО СЛОЖНЕЕ, ЧЕМ ПРЕДОТВРАТИТЬ ПОЯВЛЕНИЕ ОПАСНЫХ ВЛЕЧЕНИЙ. ДА И НЕ ВСЕ ЗНАЮТ, НАСКОЛЬКО ЭТО ВРЕДНО.**

ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК

- **ЧТО ТАКОЕ ВРЕДНАЯ ПРИВЫЧКА?**
- **ВРЕДНАЯ ПРИВЫЧКА – ЭТО АВТОМАТИЧЕСКИ ПОВТОРЯЮЩЕЕСЯ МНОГОЕ ЧИСЛО РАЗ ДЕЙСТВИЕ, ПРИЧЕМ ДЕЙСТВИЕ ЭТО ВРЕДОНОСНОЕ С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ ОБЩЕСТВЕННОГО БЛАГА, ОКРУЖАЮЩИХ ИЛИ ЗДОРОВЬЯ САМОГО ЧЕЛОВЕКА, КОТОРЫЙ ПОДПАЛ ПОД КАБАЛУ ВРЕДНОЙ ПРИВЫЧКИ.**
- **ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ БЫВАЮТ НЕ ПОЛЕЗНЫ ИЛИ ПРЯМО ВРЕДНЫ. ТАКИЕ АВТОМАТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ ПРОЯВЛЯЮТСЯ ИЗ-ЗА СЛАБОСТИ ВОЛИ. ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК НЕ МОЖЕТ ПРОЯВИТЬ СИЛУ ВОЛИ, ЧТОБЫ СОВЕРШИТЬ ПРОГРЕССИВНОЕ ДЕЙСТВИЕ, ТО ОН ПОДПАДАЕТ ПОД СИЛУ ПРИВЫЧКИ, КОТОРАЯ ВОЗВРАЩАЕТ ЕГО В СТАРУЮ КОЛЕЮ, ПРИВЫЧНОЕ ДЕЙСТВИЕ.**

ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК

К ВРЕДНЫМ ПРИВЫЧКАМ МОЖНО ОТНЕСТИ СЛЕДУЮЩИЕ ДЕЙСТВИЯ:

- **1. АЛКОГОЛИЗМ**
- **2. НАРКОМАНИЯ**
- **3. КУРЕНИЕ**
- **4. ИГРОВАЯ ЗАВИСИМОСТЬ**
- **5. ТЕЛЕВИЗИОННАЯ ЗАВИСИМОСТЬ**
- **6. ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТЬ**

ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК

- **АЛКОГОЛИЗМ** – САМАЯ РАСПРОСТРАНЕННАЯ ВРЕДНАЯ ПРИВЫЧКА ЗАЧАСТУЮ ПРЕВРАЩАЕТСЯ В СЕРЬЕЗНОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩЕЕСЯ БОЛЕЗНЕННЫМ ПРИСТРАСТИЕМ К АЛКОГОЛЮ (ЭТИЛОВОМУ СПИРТУ), С ПСИХИЧЕСКОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТЬЮ ОТ НЕГО, СОПРОВОЖДАЮЩАЯСЯ СИСТЕМАТИЧЕСКИМ ПОТРЕБЛЕНИЕМ АЛКОГОЛЬНЫХ НАПИТКОВ НЕСМОТЯ НА НЕГАТИВНЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ.



- **ОН ВЫЗЫВАЕТ БОЛЕЗНИ СЕРДЦА И СОСУДОВ, ПЕЧЕНИ. ЧАСТЫЙ ПРИЕМ АЛКОГОЛЯ РАЗРУШАЕТ КЛЕТКИ МОЗГА, УХУДШАЕТ ПАМЯТЬ. НЕРВНАЯ СИСТЕМА ТОЖЕ СТРАДАЕТ. АЛКОГОЛИКИ БЫВАЮТ АГРЕССИВНЫМИ, КОГДА ДОЛГО НЕ ПЬЮТ. ИМ НЕ ХВАТАЕТ ПРИВЫЧНОГО УДОВОЛЬСТВИЯ. ЭТО ДЕЛАЕТ ЛЮДЕЙ НЕРВНЫМИ. ПОД ВЛИЯНИЕМ АЛКОГОЛЯ ОНИ СОВЕРШАЮТ СТРАШНЫЕ ПОСТУПКИ.**
- **ПРИВОДИТ ПЬЯНСТВО К АВТОМОБИЛЬНЫМ АВАРИЯМ, ПРЕСТУПЛЕНИЯМ, НЕСЧАСТНЫМ СЛУЧАЯМ НА ПРОИЗВОДСТВЕ.**

ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК

- **НАРКОМАНИЯ** – ХРОНИЧЕСКОЕ ПРОГРЕДИЕНТНОЕ (РАЗВИТИЕ БОЛЕЗНИ С НАРАСТАНИЕМ СИМПТОМАТИКИ) ЗАБОЛЕВАНИЕ, ВЫЗВАННОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕМ ВЕЩЕСТВ-НАРКОТИКОВ.

- **РАЗНЫЕ НАРКОТИКИ ВЫЗЫВАЮТ РАЗНУЮ ЗАВИСИМОСТЬ. ОДНИ НАРКОТИКИ ВЫЗЫВАЮТ СИЛЬНУЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКУЮ ЗАВИСИМОСТЬ, НО НЕ ВЫЗЫВАЮТ ФИЗИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТИ. ДРУГИЕ ЖЕ, НАПРОТИВ, ВЫЗЫВАЮТ СИЛЬНУЮ ФИЗИЧЕСКУЮ ЗАВИСИМОСТЬ. МНОГИЕ НАРКОТИКИ ВЫЗЫВАЮТ И ФИЗИЧЕСКУЮ, И ПСИХОЛОГИЧЕСКУЮ ЗАВИСИМОСТЬ.**

НАРКОМАНИЯ — САМЫЙ ГУБИТЕЛЬНЫЙ ВИД ЗАВИСИМОСТИ. УПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИКОВ МОМЕНТАЛЬНО «ЗАБИРАЕТ» ЧЕЛОВЕКА. БРОСАТЬ ПРИХОДИТСЯ В СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОЙ КЛИНИКЕ. НАРКОМАНИЯ ВЫЗЫВАЕТ ТЯЖЕЛЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ В ПСИХИКЕ ЛЮДЕЙ. ПОРОЙ НЕОБРАТИМЫЕ. ПОД ВЛИЯНИЕМ НАРКОТИКОВ СОВЕРШАЮТСЯ СТРАШНЫЕ ДЕЯНИЯ В ОТНОШЕНИИ НЕ ТОЛЬКО ОКРУЖАЮЩИХ, НО И БЛИЗКИХ. ЭТА ФОРМА ЗАВИСИМОСТИ НАИБОЛЕЕ ОПАСНА.



ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК

• **КУРЕНИЕ** — ВДЫХАНИЕ ДЫМА ПРЕПАРАТОВ, ПРЕИМУЩЕСТВЕННО РАСТИТЕЛЬНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ, ТЛЕЮЩИХ В ПОТОКЕ ВДЫХАЕМОГО ВОЗДУХА, С ЦЕЛЮ НАСЫЩЕНИЯ ОРГАНИЗМА СОДЕРЖАЩИМИСЯ В НИХ АКТИВНЫМИ ВЕЩЕСТВАМИ ПУТЁМ ИХ ВОЗГОНКИ И ПОСЛЕДУЮЩЕГО ВСАСЫВАНИЯ В ЛЁГКИХ И ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЯХ.

ГЛАВНАЯ ОПАСНОСТЬ КУРИЛЬЩИКОВ — БОЛЕЗНИ ЛЕГКИХ: РАК, ТУБЕРКУЛЕЗ. ТАКЖЕ КУРЕНИЕ ОТРАВЛЯЕТ ОКРУЖАЮЩИХ ЛЮДЕЙ. ЕСЛИ РОДИТЕЛИ КУРЯТ НА КУХНЕ, ДЕТИ БУДУТ ЯВЛЯТЬСЯ ПАССИВНЫМИ КУРИЛЬЩИКАМИ. КУРЕНИЕ НЕГАТИВНО ВЛИЯЕТ НА СЕРДЦЕ, СОСУДЫ. ПОВЫШАЕТ ДАВЛЕНИЕ. БРОСИТЬ КУРИТЬ ОЧЕНЬ ТЯЖЕЛО. ДЕЛАТЬ ЭТО НУЖНО ПОСТЕПЕННО, ЛУЧШЕ — ПОД КОНТРОЛЕМ НАРКОЛОГА.



ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК

- **ИГРОВАЯ ЗАВИСИМОСТЬ** – ПРЕДПОЛАГАЕМАЯ ФОРМА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТИ, ПРОЯВЛЯЮЩАЯСЯ В НАВЯЗЧИВОМ УВЛЕЧЕНИИ ВИДЕОИГРАМИ И КОМПЬЮТЕРНЫМИ ИГРАМИ, А ТАКЖЕ.
- **ЛУДОМАНИЯ** – ПАТОЛОГИЧЕСКАЯ СКЛОННОСТЬ К АЗАРТНЫМ ИГРАМ ЗАКЛЮЧАЕТСЯ В ЧАСТЫХ ПОВТОРНЫХ ЭПИЗОДАХ УЧАСТИЯ В АЗАРТНЫХ ИГРАХ, КОТОРЫЕ ДОМИНИРУЮТ В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА И ВЕДУТ К СНИЖЕНИЮ СОЦИАЛЬНЫХ, ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ, МАТЕРИАЛЬНЫХ И СЕМЕЙНЫХ ЦЕННОСТЕЙ, ТАКОЙ ЧЕЛОВЕК НЕ УДЕЛЯЕТ ДОЛЖНОГО ВНИМАНИЯ СВОИМ ОБЯЗАННОСТЯМ В ЭТИХ СФЕРАХ.
- **ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТЬ** — ПСИХИЧЕСКОЕ РАССТРОЙСТВО, НАВЯЗЧИВОЕ ЖЕЛАНИЕ ПОДКЛЮЧИТЬСЯ К ИНТЕРНЕТУ И БОЛЕЗНЕННАЯ НЕСПОСОБНОСТЬ ВОВРЕМЯ ОТКЛЮЧИТЬСЯ ОТ ИНТЕРНЕТА. ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТЬ ЯВЛЯЕТСЯ ШИРОКО ОБСУЖДАЕМЫМ ВОПРОСОМ, НО ЕЁ СТАТУС ПОКА НАХОДИТСЯ НА НЕОФИЦИАЛЬНОМ УРОВНЕ

ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК

БОРЬБА С ВРЕДНЫМИ ПРИВЫЧКАМИ - ДЕЛО, КОТОРЫМ ДОЛЖЕН ЗАНЯТЬСЯ ПРАКТИЧЕСКИ КАЖДЫЙ ЧЕЛОВЕК

ЧТОБЫ НЕ СТАТЬ РАБОМ СВОИХ ПРИСТРАСТИЙ, НУЖНО ЧАЩЕ ВЫХОДИТЬ ИЗ ЗОНЫ КОМФОРТА.

1. НАЛАДЬТЕ ВЗАИМООТНОШЕНИЯ В СЕМЬЕ, СБЛИЗИТЬСЯ С ДРУЗЬЯМИ.

2. ВАЖНО ЗАНИМАТЬСЯ ЧЕМ-ТО ПОМИМО РАБОТЫ ИЛИ УЧЕБЫ: ИГРА НА ГИТАРЕ, ТАНЦЫ, ОРИГАМИ.

3. РАБОТА ДОЛЖНА ПРИНОСИТЬ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ ЭМОЦИИ НЕ ТОЛЬКО В ДЕНЬ ЗАРПЛАТЫ.

ЕСЛИ ОНА УГНЕТАЕТ, СТОИТ ПОИСКАТЬ ЧТО-ТО ДРУГОЕ. ЖИЗНЬ КОРОТКА, НЕ ТРАТЬТЕ ЕЕ НАПРАСНО.

4. ВАЖНО ПРИВЕСТИ В ПОРЯДОК ЗДОРОВЬЕ: ВЫЛЕЧИТЬ ХРОНИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ,

КУШАТЬ ПОЛЕЗНЫЕ ПРОДУКТЫ, ЗАНИМАТЬСЯ СПОРТОМ. В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ БУДУТ ЗДОРОВЫЕ ЭНДОРФИНЫ.

ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК

- **ЛУЧШАЯ ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК – ЗДОРОВЫЙ И АКТИВНЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ. ВРЯД ЛИ ЧЕЛОВЕК, УВЛЕКАЮЩИЙСЯ ТАНЦАМИ ИЛИ ГРЕБЛЕЙ НА БАЙДАРКАХ, РЕШИТ ЗАКУРИТЬ ИЛИ НАПИТЬСЯ. ПОМОЖЕТ ВЫПЛЕСНУТЬ НЕГАТИВ, ПЕРЕКЛЮЧИТЬСЯ С ПРОБЛЕМ САМЫЙ РАЗНЫЙ СПОРТ.**
- **ДА И ВОСПИТАНИЕ ИМЕЕТ ОГРОМНОЕ ЗНАЧЕНИЕ. РЕБЁНОК, ВЫРОСШИЙ В НЕКУРЯЩЕЙ И НЕПЬЮЩЕЙ СЕМЬЕ, ГДЕ С ЕГО МАЛЫХ ЛЕТ ВЕДУТСЯ БЕСЕДЫ ОБ ОПАСНОСТИ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК, НЕ БУДЕТ КУРИТЬ ИЛИ УВЛЕКАТЬСЯ АЛКОГОЛЕМ. НО ЗДЕСЬ ОГРОМНОЕ ЗНАЧЕНИЕ ИМЕЕТ ЕЩЁ СРЕДА, В КОТОРОЙ РАЗВИВАЕТСЯ ПОДРОСТОК. ЕСЛИ ВСЕ ЕГО СВЕРСТНИКИ ПЬЮТ И КУРЯТ, ТО ПРОТИВ СОБЛАЗНА ПОПРОБОВАТЬ СЛОЖНО УСТОЯТЬ. ПРИЧЁМ ПОДРОСТКИ РЕДКО ОСОЗНАЮТ, КАК ОПАСНА ТА ИЛИ ИНАЯ ПРИВЫЧКА.**

ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК

- **ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ ЛЮДЕЙ – НИЧТО В СРАВНЕНИИ С ПОЛЕЗНЫМИ ДЕЛАМИ.**
- **НАЧНИТЕ ЗАНИМАТЬСЯ СПОРТОМ. ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ ТОЖЕ ВЫЗЫВАЕТ СВОЕГО РОДА ЗАВИСИМОСТЬ. НО ОНА ПОЛЕЗНА, БЛАГОДАРЯ ЕЙ ТАКЖЕ ВЫДЕЛЯЮТСЯ ЭНДОРФИНЫ. ЭТО СНИМАЕТ СТРЕСС. ТРИ В ОДНОМ: ПОЛЬЗА ФИГУРЕ, ГОРМОНЫ УДОВОЛЬСТВИЯ И СТИЛЬ. СПОРТ — ЭТО МОДНО.**



ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК

Лучший способ избавиться от нездоровой привычки — заменить ее хорошей.

Как только появится желание выкурить сигарету, необходимо постараться отвлечься,

выполнив 30 отжиманий от пола или почистив зубы.

Конечно, трудно не обращать внимания на дискомфорт,

но ведь это только лишний раз подтверждает, что дурная привычка уходит.

Самое главное — не допускать никаких поблажек,

ведь многие сдаются именно на этом этапе.



ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК

Подросток это самая чувствительная и легковнушаемая часть населения, работа с которой должна начинаться в семье. Здесь без соответствующего примера не обойтись ведь трудно доказать ребенку, что курить вредно, если родитель во время такого разговора сам затягивается сигаретой. Но самая лучшая профилактическая мера заключается в ведении здоровой и активной жизни. Безделье и неумение рационально распорядиться свободным временем называют одной из главных причин появления дурных привычек, поэтому вместо того, чтобы проводить выходной перед телевизором, лучше отправиться на стадион вместе со своим ребенком, чтобы поиграть в мяч или теннис.



ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК



Схема ЗОЖ.

Постарайтесь следовать этой схеме здоровья, и вы на долгие годы сохраните молодость и красоту. Каждый человек должен заботиться о своём здоровье. Ведь никто не позаботится о вас лучше, чем вы сами.



Никто из нас
не застрахован от ошибок.
Каждый может оступиться:
сказать сгоряча, сделать не подумав,
обидеть не поняв...

И пусть далеко не все
можно простить,
но человеку порой просто
необходимо дать шанс,
ведь иногда именно маленький шанс
способен изменить целую жизнь.


Мир Взаимки

ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

ОТДЕЛЕНИЕ МБУК СЕМИКАРАКОРСКОГО РАЙОНА «МЦБ» КИРСАНОВСКАЯ СЕЛЬСКАЯ БИБЛИОТЕКА.