

## **КУРЕНИЕ**

Курение – это зависимость от наркотика, имя которому никотин. По своей ядовитости никотин равен синильной кислоте – смертельному яду. Ученые подсчитали, что курильщик сокращает свою жизнь на 6 лет. Все органы человеческого тела страдают от табака. В табаке содержится 1200 ядовитых веществ. У курильщиков плохая память, плохое физическое здоровье, неустойчивая психика, они медленно думают, плохо слышат.

От курения страдают и некурящие. Половина вредных веществ, которые есть в сигарете, курильщик выдыхает, отравляя воздух. Этим воздухом вынуждены дышать окружающие, которые становятся пассивными курильщиками.



## **ИГРОМАНИЯ**

Эта вредная привычка начинается безобидно – игровые автоматы, компьютерные игры, карты. А может закончиться разрушением психики, преступлением, даже самоубийством. Игромания не щадит ни детей, ни взрослых. Даже благоразумные старушки становятся игроманками и заканчивают свою жизнь в голоде и нищете.

## **СКВЕРНОСЛОВИЕ**

Сегодня может встретить людей, которые не ругаются, а разговаривают матом. А между тем, эта вредная привычка очень опасна для здоровья человека. Причем, вредно не только говорить, но и слушать матерные слова. Ученые провели эксперимент: возле семян растения арабидопсис они долгое время произносили матерные слова. В результате почти все растения погибли, а те, которые выжили, стали генетическими уродами. Влияние матерных слов ученые сравнили с радиоактивным излучением в тысячи рентген. Они установили, что матерные слова поражают гены человека, уничтожая его детей и внуков. То есть мат – это программа самоликвидации всего потомства.



**БЕРЕГИТЕ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ!**

МИНИСТЕРСТВО ТРУДА И СОЦИАЛЬНОГО  
РАЗВИТИЯ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ  
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ «АБИНСКИЙ  
СОЦИАЛЬНО-РЕАБИЛИТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
ДЛЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ»

**Буклет для несовершеннолетних**

**«Эти вредные привычки»**



Составитель:

*Воспитатель отделения диагностики и  
социальной реабилитации №2  
Делу Светлана Степановна*

*ст. Холмская, 2024год*

## **ДОРОГИЕ ДЕТИ!**

**Если вы уже попали в плен какой-то вредной привычке, старайтесь избавиться от нее изо всех сил. И если вам это удастся.**

**Вы – настоящий герой.**

**«Тот, кто может победить другого, - силен, тот, кто побеждает самого себя, - Воистину могущественен» - Лао – То, древний китайский мудрец.**

**- Чтобы вы сделали, если бы вам попался дракон с шестью головами?**

**А вот представьте, что есть такие люди, которые с радостью лезут в пасть этого дракона – только хруст стоит от того, как переламывает человеческие жизни это страшное чудовище.**

**А вот и портрет этого дракона. Каждая голова имеет свое имя:**

**ТОКСИКОМАНИЯ  
НАРКОМАНИЯ  
КУРЕНИЕ  
АЛКОГОЛЬ  
ИГРОМАНИЯ  
СКВЕРНОСЛОВИЕ**

Каждая голова – это вредная привычка, которая превращается в смертельно опасную болезнь.

Это не просто вредные, но и опасные привычки. «Мания» — это психическая болезнь, когда человек постоянно думает о чем-то одном.

## **АЛКОГОЛИЗМ**

Еще одна вредная привычка – пьянство. Пьянство очень быстро перерастает в манию – алкоголизм. Алкоголь – самый распространенный наркотик, ежегодно убивающий сотни людей. Это тоже яд, он нарушает работу всех внутренних органов. Пьяный человек – зрелище отталкивающее. Но алкоголику безразлично мнение окружающих, он теряет человеческий облик и становится рабом своей вредной привычки. От алкоголизма страдают не только сами пьяницы, но и близкие им люди: матери, жены, дети. Огромное количество преступлений совершается на почве пьянства, разрушается много семей, ломаются судьбы.



Наш адрес: 353307  
Краснодарский край  
Абинский район  
станция Холмская  
ул. Школьная, 5  
Тел./ факс 8 (961 50) 3-19-69  
электронный адрес:  
[srcn\\_abinsk@mtsr.krasnodar.ru](mailto:srcn_abinsk@mtsr.krasnodar.ru)

## **НАРКОМАНИЯ**

Наркотики – отравы еще более серьезные, она рассчитана на простаков, которые, привыкнув к ним, не смогут без них жить, и станут платить большие деньги, чтобы быстрее умереть. Наркотики моментально попадают в кровь. Наркомания действует своими ядами сильно и быстро – буквально с первого раза человек может стать наркоманом! У человека появляются галлюцинации, кошмары. Наркоман ради наркотиков готов пойти на любое преступление. У наркоманов три пути – тюрьма, психбольница, смерть.

## **ТОКСИКОМАНИЯ**

Токсикоман постоянно думает о яде. «Токсикомания» с латыни так и переводится как «мания к яду» (токсин – значит «яд»). Эти яды попадают в организм человека при вдыхании ядовитых паров и вызывают сильные отравления. Очень быстро появляется привыкание, наступают изменения в психике, но главное – разрушается здоровье человека, так как яды постепенно накапливаются в организме.

