



ПАМ'ЯТКА НАСЕЛЕННЮ

АЛКОГОЛЬ - ЦЕ НЕБЕЗПЕЧНО !

«Річка починається із струмочка, а пияцтво з чарочки»

З чого починається пияцтво і алкоголізм?

ЗАПАМ'ЯТАЙТЕ, що:

- ▶ вживання алкоголю абсолютно недопустиме для дітей і підлітків: для 12-13 річних дітей 250 грам горілки є смертельною дозою;
- ▶ чим раніше починається вживання алкоголю, то швидше розвивається хвороблива пристрасть до нього: якщо регулярно вживання алкоголю починається в 13-15 років, то така пристрасть виникає уже через рік, якщо в 15-17 років – то через 2-3 роки, якщо в 22-25 років, то через 5-7 років.

Над цими даними варто задуматись, щоб не було пізно:

- ▶ алкоголь не тільки шкодить здоров'ю, але й погано діє на психіку людини та її розумову діяльність: руйнується інтелект, втрачається активність, ініціатива, праця не приносить радості, наступає постійна втома. Таким чином, алкоголь приводить до психічного виродження особистості;
- ▶ якщо перший досвід знайомства з алкоголем був для тебе неприємним, не повторюй спроб вживати спиртні напої, не давай організму звикнути до них;
- ▶ не бійся категорично відмовитись від чергових тостів за здоров'я чи знайомство. Якщо твоя відмова призведе до розриву дружніх стосунків, то чого варта така дружба.

**Алкоголізм, викликаний ПИВОМ,
нічим не відрізняється від алкоголізму, викликаного іншими
спиртними напоями.**

Бережіть своє здоров'я і життя!

**Навчально-методичний центр ЦЗ та БЖД
Харківської області**