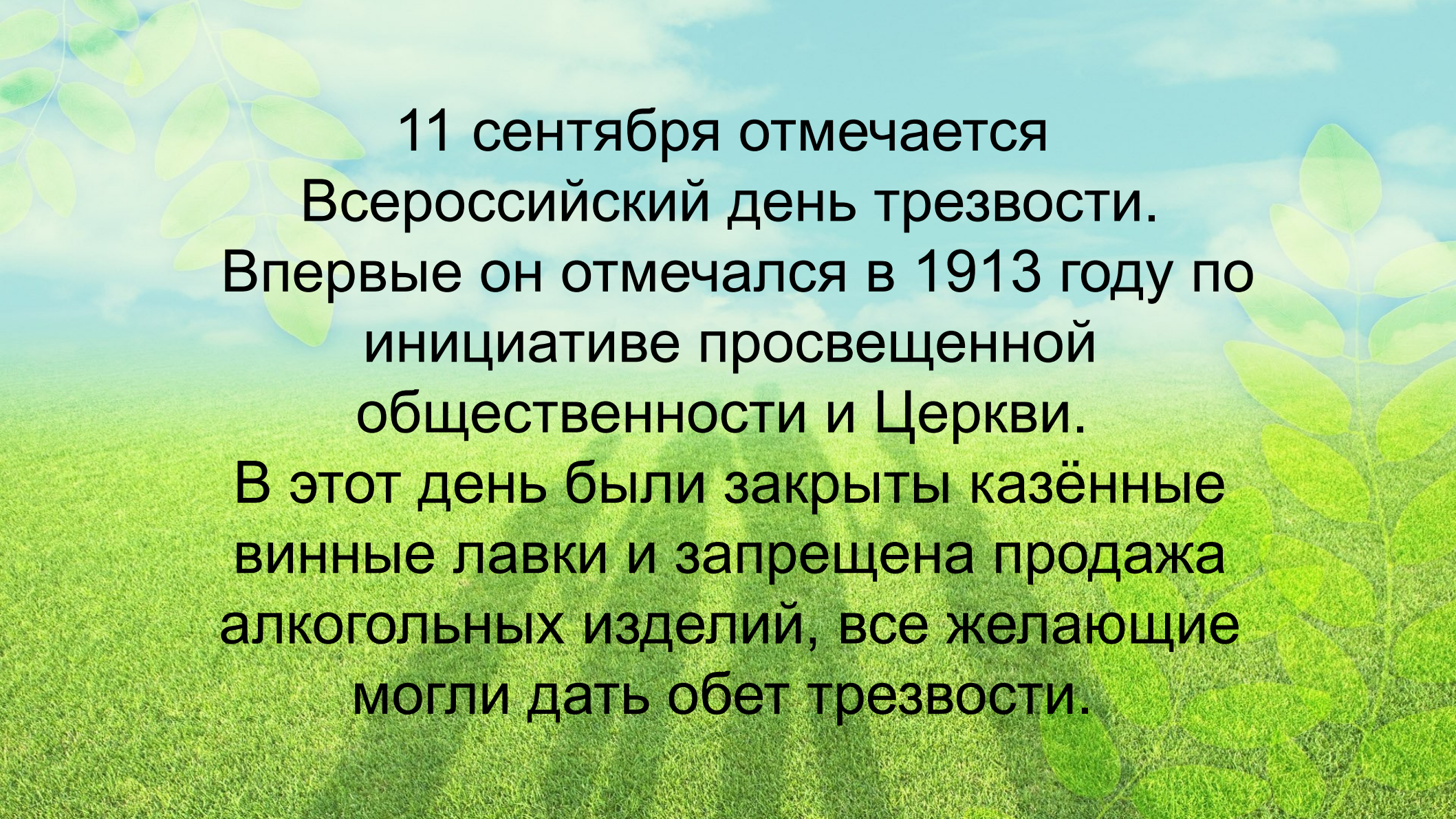


МБУ «Новолеушковская сельская библиотека имени И.И. Никонова»

# **11 СЕНТЯБРЯ** **ВСЕРОССИЙСКИЙ** **ДЕНЬ ТРЕЗВОСТИ**

**«Да!»** Здоровому образу жизни





11 сентября отмечается  
Всероссийский день трезвости.  
Впервые он отмечался в 1913 году по  
инициативе просвещенной  
общественности и Церкви.  
В этот день были закрыты казённые  
винные лавки и запрещена продажа  
алкогольных изделий, все желающие  
могли дать обет трезвости.



**Алкоголь пагубно влияет на организм человека.  
Под влияние попадают все органы и системы человеческого  
организма.**

**Действие алкоголя на организм проявляется следующим  
образом:**

**негативно воздействует на клетки органов (в первую очередь,  
поражает центральную нервную систему и головной мозг);  
способствует мутации и образованию онкологии;  
при употреблении во время беременности может привести к  
необратимым последствиям для плода;  
относится к наркотическим ядам;  
нарушает нормальный обмен веществ;  
снижает иммунитет.**



## Немного статистики

Каждые 100 грамм водки приводят к гибели 20 000 активно работающих клеток мозга.

Ежегодно 550 тысяч мужчин и женщин превращаются в хронических алкоголиков.

Ежегодно рождается 180 тысяч умственно отсталых детей.

В России ежегодно от последствий употребления алкоголя умирает около 700 000 человек.

71% страдающих алкоголизмом умерли в возрасте до 50 лет, из них половину составляли лица в возрасте 36-45 лет.



К первичным признакам алкоголизма относятся такие как:

Влечение к выпивке по поводу и без повода

Выпивка в одиночку

Запой

Провалы в памяти

Отсутствие контроля количества выпитого

Отсутствие тошноты и рвоты при токсическом отравлении  
алкоголем

Стойкая и ярко выраженная абстиненция (похмельный  
синдром)

Агрессия по отношению к близким

Потеря интереса к любимым занятиям



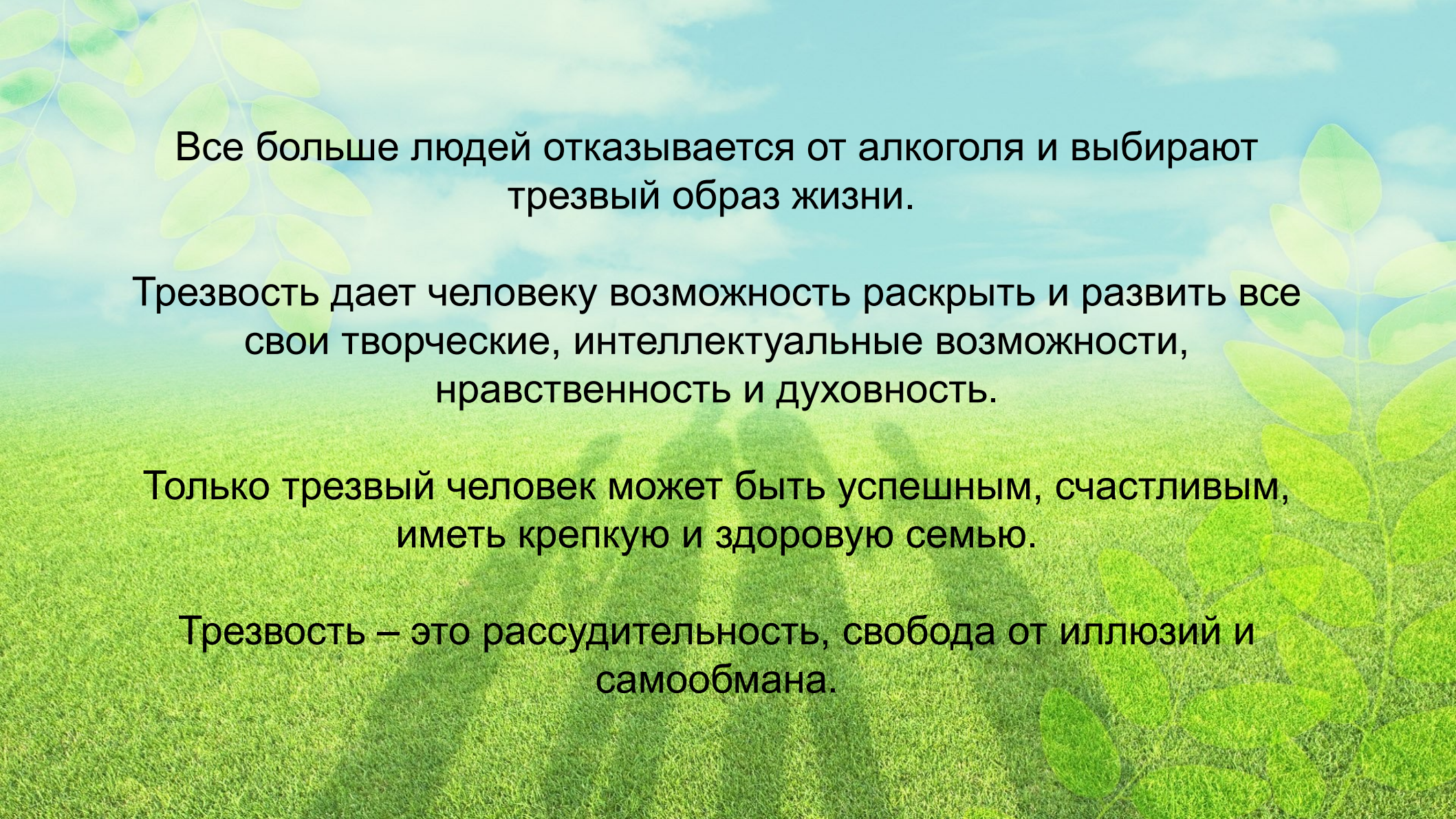


Алкоголь и табак– «открывающие» наркотики.

Человека формируется положительное отношение к этим наркотическим веществам, а потом ему уже не страшно попробовать и более сильные наркотики.

Все пробы наркотиков у молодежи происходят после некоторого опыта курения и приема алкоголя и, практически всегда, в состоянии алкогольного опьянения.





Все больше людей отказывается от алкоголя и выбирают трезвый образ жизни.

Трезвость дает человеку возможность раскрыть и развить все свои творческие, интеллектуальные возможности, нравственность и духовность.

Только трезвый человек может быть успешным, счастливым, иметь крепкую и здоровую семью.

Трезвость – это рассудительность, свобода от иллюзий и самообмана.



Сейчас все чаще солидные организации обязательным условием приема на работу выдвигают полный отказ работника от курения и приема алкоголя.

Самые богатые и динамично развивающиеся страны – Швеция и Норвегия – трезвые страны. В этих странах по закону нельзя стать министром, педагогом или медиком, если ты потребляешь алкоголь, табак или какие-то другие наркотики. Многие руководители и в прошлом, и сейчас даже поощряют тех работников, которые не курят и никогда не бывают на работе «с похмелья».

Любой народ, желающий быть самобытным и развивающимся, проводит в жизнь политику отрезвления, полного отказа от алкоголя, табака, наркотиков. Если нет, то он угасает или исчезает.

Трезвость – будущее народа!



Поздравляем всех россиян  
с ДНЕМ ТРЕЗВОСТИ

Желаем всегда помнить, что трезвый образ  
жизни является для человека естественным  
и единственно возможным

Скажи

**«Да!»**

**Здоровому образу жизни**

и своему будущему