

Все зависит от тебя!

В рамках программы «Возвращение в жизнь», которую проводит главный библиотекарь юношеской библиотеки Наталья Викторовна Индесаева, прошел цикл мероприятий.

Валентина КЛЕЙМЕНОВА

Четыре больших мероприятия, охвативших значительное число школьников и учащихся колледжей, прошли в октябре в рамках программы «Возвращение в жизнь». Цель данной программы – профилактика вредных привычек и пропаганда здорового образа жизни.

13 октября состоялась встреча с врачом-эпидемиологом кабинета профилактики инфекции Иваном Александровичем Зиновьевым на базе шестой школы, где он вел разговор со старшеклассниками о СПИДе, о ВИЧ-инфекции, о методах профилактики. Иван Александрович рассказал о ситуации с данными инфекциями в Кузнецке, а также о том, как развивается болезнь, какой вред наносит организму.

В этот же день на базе школы среди учащихся среднего звена (с 6 по 8 классы) прошел урок здоровья «ВИЧ. Знать, чтобы выжить», который провела Наталья Викторовна Индесаева. В более адаптированной форме, используя иллюстрации, она рассказала самое основное: как развиваются ВИЧ-инфекция и СПИД, кто может ими заболеть, что нужно делать, чтобы избежать этого.

Интерес у школьников был неподдельным. Прозвучало немало вопросов, на которые были получены ответы.

Можно сказать, отметила Наталья Викторовна, практически все дети среднего и старшего звеньев школы получили представление об этих инфекциях.

Следующее мероприятие в рамках этой же программы состоялось на базе юношеской библиотеки в читальном зале, где учащиеся колледжа электронной техники встретились с врачом-наркологом Еленой Вячеславовной Широковой. Разговор был серьезным и обстоятельным. Речь шла о пивном алкоголизме. Рассматривая данную ситуацию, врач подробно рассказала, как обстоят дела с этим явлением

злоупотребления так называемыми легкими алкогольными напитками. Особый упор был сделан на воздействие алкоголизма на молодой организм, какие последствия бывают при чрезмерном употреблении пива и другого алкоголя.

В этот же день, 20 октября, состоялась мультимедийная презентация о вреде курения «Планета отказывается».

Учащиеся педагогического отделения многопрофильного колледжа рассказали и наглядно продемонстрировали, к чему приводит курение, особенно если начать курить очень рано.

Ситуация катастрофическая. 53% школьников и подростков в нашей стране курят. Это очень большая цифра.

Ребята увидели, к чему приводит курение, какие органы страдают. Страшные картинки заставили некоторых задуматься: а стоит ли курить?

Как альтернатива прозвучали слова: «Это твоя жизнь, это твой выбор. Или ты будешь отдыхать с сигаретой и бутылкой, или посвятить свое свободное время спорту и займешься позитивной деятельностью».

21 октября на уроке здоровья «Стоит ли идти за «Клинским?»» присутствовали учащиеся колледжа электронной техники. Мультимедийная презентация была посвящена пивному алкоголизму. Ребята узнали, к чему приводит чрезмерное употребление пива.

В нашей стране, в том числе и в городе, молодежь воспринимает пиво как прохладительный напиток. Вместо сока, газировки покупают пиво. Зачастую молодые люди для утоления жажды покупают пиво крепких сортов. В 0,5 литра такого пива содержится такая же доза алкоголя, как примерно в 50 грамах водки. Если человек не спеша выпивает полтора литра, сидя на диване, получается, что он выпил 150 граммов водки, опьянение при этом достигается довольно быстро, особенно в молодом возрасте.

Статистика показывает: употребление пива в 12 – 13-летнем возрасте плохо влияет на мозг, страдают и другие органы.

Все собравшиеся могли сделать однозначный вывод: жизнь каждого дороже сомнительных удо-