

Poznajemy negatywne czynniki wpływające na zdrowie człowieka.

Zdrowie zależy w dużej mierze od zachowań zdrowotnych, a te uzależnione są od świadomości zagrożeń płynących z otoczenia oraz możliwości wykorzystania czasu wolnego. Odpowiedni sposób spędzania czasu wolnego jest kwestią szczególnie ważną w odniesieniu do środowiska młodzieży szkolnej.

Negatywne zachowania mające wpływ na zdrowie człowieka

- **Palenie tytoniu**

https://youtu.be/_EZJ2cgR_5Q

- **Spożywanie alkoholu**

<https://youtu.be/IvepUogucpc>

- **Dopalacze**

https://youtu.be/8eQ-MTy3F_4

- **Złe odżywianie**

<https://youtu.be/OVii5wOmEP8>

Osiągnięcia cywilizacyjne ułatwiają nasze funkcjonowanie, sprawiają, że szybciej zdobywamy informacje, pełniej uczestniczymy w życiu społecznym, kulturalnym, mamy szerszy dostęp do wiedzy i do rozrywki. Niestety, mają one również swoją „ciemną stronę”. Powodują, że czyha na nas więcej pułapek, zwiększają ilość uzależnień, które stanowią nie tylko potencjalne zagrożenie. Dlatego tak ważna jest kampania informacyjna.

Nauczmy się mówić NIE wszelkim uzależnieniom!!!