

## О "незаметных" привычках

12 марта работниками СДК д.Кибирево и Воспушинской сельской библиотеки была проведена познавательная беседа «О "незаметных" привычках». Целью которой являлась формирование здорового образа жизни; профилактика наркомании, алкоголизма, табакокурения; осознанное принятие решений, умение сказать «нет» и противостоять негативному внешнему влиянию. Постепенно вредные привычки становятся зависимостью, избавиться от которых достаточно сложно. Становясь рабом своей привычки, человек, не замечая, приносит существенный вред своему здоровью, нарушает общественные законы человеческого общежития, причиняет беспокойство и хлопоты окружающим людям. Участники беседы еще раз вспомнили, какие вредные привычки бывают у человека и как с ними бороться. А самое главное - они становятся незаметными. Беседа, посвященная данной теме, направлена на решение важной задачи: напомнить подросткам, что зачастую вредные привычки приводят к неблагоприятным последствиям или являются предвестниками серьезных заболеваний. Каждый человек должен заботиться о своём здоровье. Ведь никто не позаботится о вас лучше, чем вы сами!

