

## **Трезвость – естественна!**

Это состояние, которое человек помнит с детства, состояние необыкновенной лёгкости тела и ясности ума. У трезвости нет символов, её нечем обозначить. Человек не осознаёт, что находится в трезвом состоянии до тех пор, пока не выйдет из него. Так же, как он не понимает, что здоров, пока не заболит. Ничем не одурманенный мозг воспринимает и обрабатывает информацию о мире естественным путём и ничем не отравленный организм выполняет свои функции так естественно, как это положено ему от природы.

## **Трезвость – творческое состояние!**

Речь идёт о способности человеческого мозга решить задачу, которую невозможно решить уже известными способами. Перед каждым из нас рано или поздно встают такие задачи. И, к счастью, мозг человека устроен так, что если очень сконцентрироваться на поиске решения, то организм выделяет особые вещества, которые приводят мозг в состояние высокой интенсивности, и это помогает найти совершенно оригинальный способ решения трудной задачи. Физиологически мозг способен на такие действия только в естественном от

природы состоянии, то есть абсолютно трезвый!

По данным учёных, если человек в течение года употребляет 1 литр алкоголя, это лишает его способности к абстрактно-логическому мышлению, а значит, лишает того самого творческого решения, о котором мы говорим.

## **Трезвость – престижна!**

Сейчас всё чаще солидные фирмы обязательным условием приёма на работу выдвигают полный отказ работника от курения и приёма алкоголя. Самые богатые и динамично развивающиеся страны – Швеция и Норвегия – трезвые страны. В них по закону нельзя стать министром, педагогом или медиком, если ты употребляешь алкоголь, табак или какие-то другие наркотические вещества.

## **Трезвость – в ногу с наукой!**

Информация, которой располагали люди раньше, заключалась в том, что алкоголь, табак и наркотики приводят сознание и организм в изменённое состояние на короткое время, а потом всё возвращается в исходное состояние. Но наука движется вперёд, и учёные сделали много открытий.

- Алкоголь держится в организме мужчины до 21 дня, в организме женщины до 100(!) дней.

- Такой алкогольный продукт, как пиво содержит гармоноподобные вещества – растительные аналоги женских половых гормонов – эстрогенов, - поэтому пиво постепенно делает мужчин женоподобными, а у женщин - провоцирует различные заболевания.

- Первое употребление наркотиков всегда происходит после некоторого опыта курения и приёма алкоголя и, практически всегда, в состоянии опьянения.

## **Трезвость – это возможность жить своим умом и с умом!**

Учёные давно знают, что под действием алкоголя многократно повышается внушаемость человека, а абсолютная трезвость даёт возможность мыслить системно и принимать самостоятельные решения. Там, где рождаются умные мысли, где принимаются наилучшие решения, там – трезвость.

Трезвого человека можно сравнить с исправным и готовым к действию компьютером, одурманенного – с компьютером, поражённым вирусом, который «глючит» и «виснет» совершенно непредсказуемо.

## **Трезвость – стиль прогрессивных людей!**

Во время посещения Южной Африки легендарный чемпион по боксу Мухаммед Али наотрез оказался принять в дар пояс из золота и серебра, когда узнал, что пояс был изготовлен на средства фирмы, производящей алкоголь. Спортсмен был убеждён, что **алкоголь губит разум, тело и душу человека**, и поэтому категорически его отвергает.

Отвергайте алкоголь и наркотики смело!

Вы имеете право ничем себя не отравлять и не одурманивать!

Сохраняйте данное от рождения естественное состояние, и вас ждёт в этой жизни успех на все 100!

## **Трезвость – будущее народа!**

Народ, желающий быть самобытным и развивающимся, проводит в жизнь политику отрезвления, полного отказа от алкоголя, табака, наркотиков. Если нет, то он угасает и исчезает. Поэтому трезвость – будущее нашего народа!



## **Мысли знаменитых людей о трезвости**

«Трезвость – это «здоровая рассудительность, свобода от иллюзий, самообмана» В.Даль.

«Никакие напасти и преступления не уничтожают столько народа и народного богатства, как пьянство» Ф.Бэкон.

«Алкоголь – обманчивое средство для поднятия продуктивной деятельности организма, но вполне надёжное средство, когда требуется убавить ума».

Н.Я. Данилевский.

«Водка белая, но красит нос и чернит репутацию» А.П.Чехов.

«Трезвость кладёт дрова в печку, мясо - в кастрюлю, хлеб - на стол, деньги в кошелёк, силу - в тело, одежду - на спину, ум - в голову, довольство - в семью»

Б.Франклин.

Буклет подготовлен педагогом-психологом МБУ ЕЦППН «Диалог» М.Б.Пометелиной по материалам источника: День трезвости. Сборник методических материалов по подготовке и проведению. Изд. 2-ое, дополненное. Екатеринбург, 2012. 177 с.

## **«Секрет твоего успеха:**

# **трезвость на все 100!»**

## **Трезвость – это новый стиль современной молодёжи**

