

e-lekcja

FAKTY O ALKOHOLU



Dowiedz się sam!

TANDEM
WARSZTATY PEDAGOGICZNE
PROFILAKTYKA UZALEŻNIEN

Gra

"Mity i Fakty o alkoholu"

Zapraszam Cię do zagrania w grę.

Gra trwa ok. 8 minut
i nie wymaga logowania.

Wpisz link w przeglądarce
www.learningapps.org/view10473913
lub zeskanuj QR-kod



**Przeczytaj uważnie kilka informacji,
które znajdziesz w kolejnych slajdach.**



Na zakończenie czeka Cię test wiedzy.

Problemy w radzeniu sobie z trudnymi emocjami

Sięganie po alkohol w trudnych sytuacjach jest niebezpiecznym skrótem. Pozorna poprawa samopoczucia trwa chwilę. Drugim etapem jest powrót problemu w towarzystwie wstydu i wyrzutów sumienia.


Nieodwracalne skutki zdrowotne

Alkohol niszczy komórki. Picie powoduje nieodwracalne szkody
tj. uszkodzenie mózgu, wątroby, nerek.
Efektem może być problem w zapamiętywaniu
a nawet padaczka poalkoholowa.

Zagrożenie życia

Najwięcej wypadków powodują osoby upijające się "okazyjnie".
Pod wpływem alkoholu łatwiej podające niebezpieczne
i nieracjonalne decyzje, tj. jazda samochodem, bójka.

Problemy

Reakcja rodziców, konsekwencje w szkole... To już duże nieprzyjemności. Niektórzy  nieletni mają dozór kuratora i sprawę w sądzie. Takie problemy utrudniają dostanie się do szkoły marzeń i swobodnego decydowania o swojej przyszłości.

Szybkie uzależnienie się

Alkohol doda odwagę, gwarantowana zabawa, imponowanie grupie... To tylko pozorne korzyści, które szybko zapędzają w kozi róg.

Kac

Rozkład alkoholu w ciele. Efekt zatrucia organizmu alkoholem.

Objawy kaca działają na psychikę - obniżony nastrój,
funkcjonowanie hormonów i przede wszystkim organów.

QUIZ!

Zapraszam Cię do podsumowania swojej wiedzy.

QUIZ w 5 minut

Zasady:

1. W każdym pytaniu możesz zaznaczyć kilka odpowiedzi.
2. Na pytania średnio masz czas 30 sekund. Pytania krótsze mają 20 sekund a te trudniejsze 45.

Wpisz adres

<https://tiny.pl/7hvvc>

lub zeskanuj QR-kod

