

«И долгод будет пусть твой век!»

профилактика вредных привычек

С людьми живи в мире, а с пороками сражайся

Наркомания, алкоголизм и табакокурение по праву считаются самыми опасными привычками человечества. Беря истоки из глубокой древности, исчисляемые тысячелетиями до нашей эры, наиболее широкое развитие и распространение они получили во второй половине XX столетия. К началу XXI века пораженность населения перечисленными вредными привычками возросла в сотни раз и в настоящее время они оцениваются как национальное бедствие.

Рекомендованные книги по профилактике вредных привычек предназначены широкому кругу читателей, как подрастающему поколению, так и их родителям, учителям.



Баранова, С.В. Вредные привычки: избавление от зависимостей / С.В. Баранова. - Ростов н/Д : Феникс, 2007. - 186 с. - (Психологический практикум).

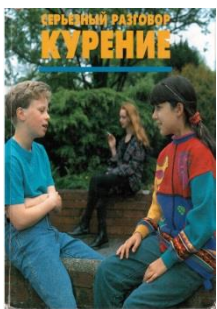
Вредная привычка - это короткий и легкий путь получить удовольствие : наркотики, курение, алкоголь, азартные игры... Именно поэтому вредные привычки столь привязчивы и быстро перерастают в пристрастие, без которых человек себя не мыслит. Они отражаются на профессиональной и творческой деятельности, влекут различные заболевания, психологические отклонения и социальное неблагополучие. Они входят в семью и подчиняют себе жизненный уклад человека, порой влекут за собой весьма тяжелые последствия. Человек зачастую не может сам справиться с этой напастью, наша книга призвана помочь ему и подсказать путь к избавлению.



Для чего люди одурманиваются?: сборник / сост.: Л.А.Богданович, Г.Т.Богданов. - М., Моск.рабочий,1998. - 288с.

В исторической книге, составленной доктором медицинских наук Л.А. Богданович и врачом Г. Т. Богдановым, сделана попытка раскрыть условия и причины распространения пьянства и в какой-то мере обобщен богатейший опыт борьбы с зеленым змием на Руси.

Книга адресована широкому читателю.



Брайант-Моул, К. Курение / Кэрен Брайант-Моул; пер. с англ. Н. Дорофеевой. - М.: Махаон, 1998. - 32 с. : цв. ил. - (Серьезный разговор).

Почему люди курят? Насколько вредно курение? Надо ли запрещать курить в общественных местах? Почему появляется зависимость от табака и как от нее избавиться?

Книга «Курение» из серии «Серьезный разговор» приглашает детей и подростков к размышлению над непростыми и очень важными вопросами. В равной степени книга будет полезна и родителям: прочитав ее, они смогут более доходчиво, опираясь на факты и примеры из жизни, объяснить своим детям, к каким серьезным и нежелательным последствиям приводит курение.

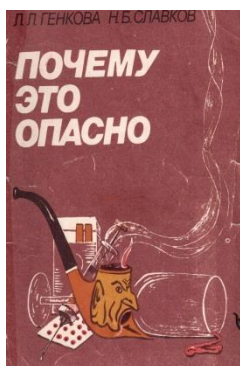


Казьмин, В.Д. Хочу бросить курить! Это проще, чем вы думаете! / В.Д. Казьмин. - Изд. 2-е. - Ростов н/Д : Феникс, 2007. - 157,[1] с. : ил. - (Панацея).

«Все, с понедельника бросаю курить!» Кому из курящих людей не знакома такая фраза? Кто из нас, любителей никотиновых палочек, не бросал курить... и снова возвращался к этой привычке?

В книге собраны советы и рецепты традиционной и народной медицины, а также различные психологические приемы, которые действительно помогут отказаться от этой вредной привычки, рассчитаны эти средства на людей разного характера : кому-то подойдет жесткая метода бросания курить, а кому-то - более щадящий способ.

Помните, бросить курить - это реально?



Генкова, Л.Л. Почему это опасно / Л.Л. Генкова, Н.Б. Славков. - М.: Просвещение, 1989. - 96 с. : ил.

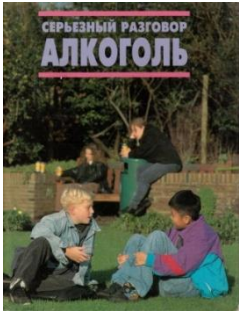
В книге раскрывается общая картина разрушительного действия никотина, алкоголя и наркотических веществ на организм человека. Авторы знакомят читателей с одной из организационных форм пропаганды здорового образа жизни, которая проводится в школах Народной Республики Болгарии.

Книга адресована учащимся, учителям и родителям для ознакомления с профилактикой вредных привычек у детей.



Спасибо, не курю! / сост.: Н.Зайкин, А.Никитин. - М.: Молодая гвардия, 1990. – 174 с.

Авторы сборника заставляют по-новому взглянуть на проблемы курения, которые стоят того, чтобы о них задуматься.



Брайен, Д. Алкоголь / Дженни Брайен; пер. с англ. Н. Дорофеевой. - М.: Махаон, 1998. - 32 с. : цв. ил.- (Серьезный разговор).

Автор книги - журналистка, пишущая на медицинские темы. Как производят спиртное? Что происходит с организмом, если слишком много выпить? Почему опасно водить автомобиль в пьяном виде?

Книга «Алкоголь» побуждает задуматься над этими вопросами, помогая им разобраться в непростых жизненных ситуациях.



Комиссаров, Б.Г. Подросток и наркотики. Выбери жизнь! / Б.Г. Комиссаров. - Ростов н/Д : Феникс, 2001. - 126, [1]. - (Мир вашего ребенка).

По данным Всемирной организации здравоохранения сегодня в мире насчитывается более 50 миллионов наркоманов. 70% из них - молодежь.

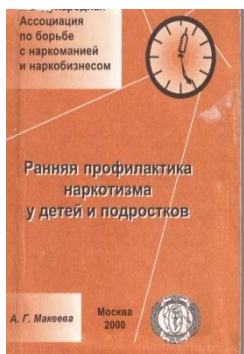
Как уберечь детей от наркотиков? Что делать, если близкий ваш человек начал употреблять наркотики?

Здесь простым и доступным языком описаны первые признаки проявления наркомании и токсикомании у детей и подростков, позволяющие предупредить, остановить возникновение пагубного пристрастия к наркотикам и токсическим веществам на ранних этапах.

Охарактеризованы виды встречающихся в современном мире наркомании и токсикоманий, причины их возникновения и распространения.

Большой раздел автор посвящает профилактической работе с трудными подростками в школе и дома.

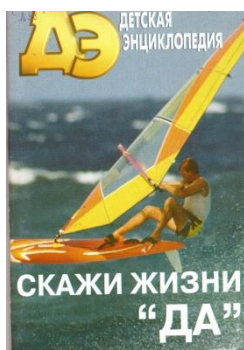
Книга адресована учителям, родителям, всем, кому небезразлично будущее наших детей.



Макеева, А.Г. Ранняя профилактика наркотизма у детей и подростков / А.Г. Макеева. – М., 2000. – 127 с. - (Для Вас, специалисты).

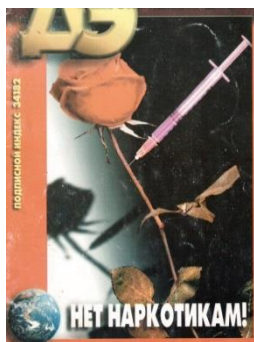
В данном издании рассматриваются теоретические и практические вопросы ранней профилактики наркотизма у детей и подростков.

Для педагогов, психологов, социальных педагогов и других специалистов, занятых в работе по профилактике.



Детская энциклопедия : [познават. журн. для девочек и мальчиков / ред. В. Поляков]. - М.: Аргументы и факты, 2007. №2 : Скажи жизни «Да» / [Оксана Остапчук] . - 2007. - 54,[2] с. : цв. ил.

В книге вы узнаете правду о том, что такое наркотики, как действуют они на организм человека, разрушая его изнутри, подавляя волю и разум, развенчаны распространенные мифы о наркотиках. А также найдете истории тех, для кого наркомания - личный опыт. Они вышли из ада, откуда практически нет возврата.



Детская энциклопедия: познават. журн. для девочек и мальчиков / ред. В.Поляков. - М.: ЗАО «Аргументы и факты», 2002. №7 : Нет наркотикам! / Юрий Гуллер; предисл. А. Колмогоров; худож. А. Хорошевский. - 2002. - 40 с.: ил.

В этом издании читатель найдет ответы на многие вопросы, связанные большим Злом - наркоманией.

Авторы старались подготовить своего читателя к возможной встрече- в том или ином виде. «Кто предупрежден - тот вооружен»,- гласит человеческая мудрость.

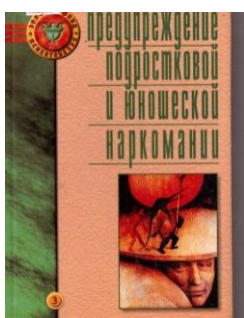
Книга ценна тем, что в ней представлены достоверные сведения о наркотиках и последствиях их употребления. Наркоторговцы, предлагающие наркотики всегда говорят об их привлекательности, но никогда не упоминают о том, какие последствия ждут каждого, кто хоть раз в жизни попробует это Зло. На страницах книги читатель узнает об этих последствиях и сможет самостоятельно определить свой путь.



Кульчитский, Г. Ваш ребенок. Как уберечь от наркотиков: инструкция для родителей от гл. нарколога Евгения Брюна / (Геннадий Кульчитский ; ред. Е. А. Брюн). - М. : Эксмо, 2012. - 238,[1] с. - (Переходный возраст).

В этой книге, изданной под редакцией главного нарколога России о своей беде, болезни сына, рассказывает отец молодого человека, который много лет пытается побороть пагубную привычку.

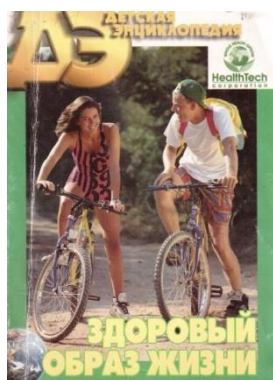
Каждое слово- боль и правда. И бесценный опыт, необходимый всем, кто хочет удержать своего ребенка от катастрофы.



Предупреждение подростковой и юношеской наркомании / под ред. : С. В. Березина, К.С. Лисецкого, И. Б. Орешниковой. - М. : Изд-во Ин-та Психотерапии, 2000. - 241с.

В монографии с позиций системного подхода рассматриваются теоретические и методические вопросы профилактики и молодежной наркомании. Представлен аналитический обзор зарубежных и отечественных программ первичной и вторичной профилактики подростковой и юношеской наркомании. Обсуждаются условия и критерии эффективности профилактических программ.

Для психологов, наркологов.



Детская энциклопедия: познават. журн. для девочек и мальчиков / ред. В. Поляков. - М.: Аргументы и факты, 2004. №1: Здоровый образ жизни / Оксана Остапчук ; худож. А. Хорошевский. - 2004. - 64.: ил. -43р.

Здоровый образ жизни сегодня - это требование времени. Быть здоровым, стало быть, и модно, и престижно.

Современный человек, строя свой день, свою жизнь, здоровье, обязан идти в ногу со временем.

Рекомендуемая книга поможет читателю найти свой путь к здоровью и красоте.

Предлагаем Вам познакомиться с книгами из фонда

библиотеки-филиала №1 по адресу: ул.Б. Профсоюзная, д.7 тел.72-45-79

Заведующая библиотекой Ольга Дмитриева