

Сигареты, уносящие жизнь

Профилактическая беседа «Сигареты, уносящие жизнь» прошла на творческой площадке.

Накануне концертной программы на площадке в д. Старые Омучицы состоялась профилактическая беседа, приуроченная к Всемирному дню без табака. Встреча прошла в формате открытого диалога — с элементами игры «Правда или ложь», разбором популярных мифов о курении и экскурсом в биохимию зависимости.

Участники узнали, как никотин воздействует на мозг, почему возникает привыкание и какие механизмы стоят за ложным ощущением расслабления. Особое внимание уделили психологическим причинам начала курения и здоровым способам справляться со стрессом, скукой или желанием «быть как все».

Мероприятие направлено на формирование осознанного отношения к своему здоровью и профилактику вредных привычек среди детей и взрослых.



