



*Ем я много витаминов
Укрепляю дисциплину.
Я хочу здоровым быть,
Чтобы Родине служить.
Нам здоровья не купить,
За ним нужно всем следить.
Лучше с ранних лет начать,
Ни минуты не терять.*

Пока светит Солнце, и на планете
Земля продолжается жизнь,
пока мы с вами живы –
ничего не закончено.
Всё можно изменить, всё можно
исправить.

Удачи всем нам, благополучия
в жизни и радости в сердце!!!



**Начни с себя!
ВЫБОР ЗА ТОБОЙ!**



*«Если бы молодость знала,
если бы старость могла».*



Не часто, но можно услышать такие слова. Они оправданы. В 13–17 лет человек уже не ребенок, но еще и не взрослый.

Риск поддаться соблазну и приобрести вредные привычки достаточно высок. Чаще всего речь идет об алкоголизме, курении и наркотиках.

Подросток всегда думает, что его это не коснется, что он не такой, как те, у кого есть вредные привычки, но на деле оказывается, что не все так просто, как кажется. Это только на первый взгляд. Стоит всего один раз закурить сигарету, выпить спиртное и еще страшнее употребить наркотик – и

ты просто не сможешь бросить это. Начать – проще всего, а вот, привыкнув, бросить... Марк Твен на вопрос: «Трудно ли бросить курить?» отвечал: «Совсем не трудно, я раз сто бросал». Табак, алкоголь, наркотики приносят вред организму, разрушают разум, уничтожают людей.

НЕ ГУБИТЕ СВОЮ ЖИЗНЬ! Мы можем сделать нашу жизнь ярче, красочнее без вредных привычек.



Делайте добро, помогайте людям, которым это необходимо, учитесь, получайте профессии, о которых мечтаете, просто радуйтесь.



Жизнь одна и прожить мы ее должны так, чтобы нам не было стыдно и больно в старости, если она конечно наступит для тех, кто захочет выбрать вредные привычки.

Мы будущее России, какой она будет зависит от нас.

