



ΕΘΙΣΜΟΣ ΣΤΟΥΣ ΝΕΟΥΣ

- <<Δεν είναι δυνατό να ζει κανείς ευχάριστα, αν δεν ζει φρόνιμα, ηθικά και δίκαια, όπως και δεν μπορεί να ζει φρόνιμα, ηθικά και δίκαια, αν δεν ζει ευχάριστα>>.

Επίκουρος

ΕΘΙΣΜΟΣ

Εθισμός είναι η τάση του ατόμου για εξάρτιση από ουσίες και συμπεριφορές .Είναι μια πολύπλοκη αρρώστια με παθολογικά και ψυχολογικά συμπτώματα, που δεν επηρεάζει μόνο τον άρρωστο αλλά και την οικογένεια του , τους φίλους του και το κοινωνικό του περιβάλλον

ΛΟΓΟΙ ΠΟΥ ΟΔΗΓΟΥΝ ΣΤΗΝ ΕΞΑΡΤΙΣΗ

- 1) Η περιέργεια
- 2) Η χαμηλή αυτοεκτίμηση
- 3) Η χαμηλή επίδοση στο σχολείο και η έλλειψη στόχων
- 4) Η γενετική προδιάθεση
- 5) Η ύπαρξη αναπτυξιακών διαταραχών
- 6) Η κοινωνική απομόνωση
- 7) Ο μιμητισμός (χρήση από γονείς , φίλους)
- 8) Το χαμηλό κοινωνικό και οικονομικό επίπεδο της οικογένειας

ΤΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΤΟΥ ΕΘΙΣΜΟΥ

- 1) Επιδρά αρνητικά στην σωματική και ψυχική υγεία
- 2) Οδηγεί σε παράνομες πράξεις και δραστηριότητες
- 3) Επηρεάζει την οικονομική κατάσταση
- 4) Διαταράσσει την αρμονία των οικογενειακών και φιλικών σχέσεων
- 5) Επιδρά αρνητικά στην εργασία
- 6) Οδηγεί στην αδυναμία λήψης λογικών αποφάσεων
- 7) Θέτει σε κίνδυνο την ίδια του τη ζωή

ΚΑΠΝΙΣΜΑ

- Το κάπνισμα θεωρείται πλέον παγκόσμια επιδημία και μια από τις μεγαλύτερες απειλές για την δημόσια υγεία . Το τσιγάρο περιέχει περισσότερες από 4000 χημικές ουσίες. Η χρυσή του είναι η πιο αποτρέψιμη αιτία θανάτου σε παγκόσμιο επίπεδο.



ΑΣΘΕΝΕΙΕΣ ΠΟΥ ΠΡΟΚΑΛΕΙ ΤΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ

- 1) Εμφύσημα
- 2) Καρκίνο του πνεύμονα και άλλους καρκίνους
- 3) Καρδιοαγγειακές παθήσεις
- 4) Μειωμένη γονιμότητα
- 5) Ανικανότητα
- 6) Χαμηλό βάρος νεογνών



ΑΛΚΟΟΛ

- Μικρές ποσότητες αλκοόλ είναι φάρμακο για την καρδιά, τονώνει την ψυχική μας διάθεση ή συντελεί στην μακροζωία. Όταν όμως το παρακάνουμε το αλκοόλ από φάρμακο γίνεται φαρμάκι.
- Οι ποσότητες αλκοόλ πάνω από το κανονικό σε συνδυασμό με τα χρόνια κατανάλωσης, προκαλούν σοβαρά προβλήματα υγείας, όπως εθισμό, εγκεφαλικές βλάβες, νευρολογικές διαταραχές, ηπατίτιδα, παγκρεατίτιδα, καρκίνο, οστεοπόρωση, αλλοίωση του εγκεφάλου.



ΝΑΡΚΩΤΙΚΑ

Γράμμα σ' ένα πρεζάκι...

Γεια,

Είναι καιρός που έχω να σε δω.

Σε διακρίνω συχνά μέσα από την ομίχλη του χρόνου που πέρασε.

Σε θυμάμαι σε μια γωνιά, να περιμένεις.

Τα παγκάκια στις πλατείες γράφουν τ' όνομά σου, έχουν την σκιά σου ακόμα κι όταν λείπεις.

Όταν νομίζεις πως είσαι δυνατός, τόλμησε να κοιτάξεις στον καθρέφτη,

δες τον να χαράζεται από την γκρίζα όψη σου.

Στερέωσε την μάσκα που σου ταιριάζει, είναι η μαγική στιγμή που αφήνεις να σε κινήσουν οι κλωστές που είσαι κρεμασμένος.

Θες να φοβίσεις όσα σε φοβίζουν φορώντας το πρόσωπο που ξεπουλάνε στο παζάρι της πλατείας, όταν σκουραίνουν τα χρώματα της ζωής σου.

Πάει καιρός λοιπόν, είναι φορές που σ' αναζητώ, όχι όμως επειδή μου λείπουν όσα περάσαμε μαζί, αλλά όσα θα θελα τώρα να περάσουμε μαζί.

Αλλαξα τρόπο και ζωή, μα σε σκέφτομαι συχνά κι όσο και να θέλεις να πιστεύεις πως είσαι ο σκληρός της πιάτσας, δεν μπορείς να με πείσεις, γιατί μαζί γυρνάχαμε τα βράδια στους δρόμους κάνοντας εσύ εμένα κι εγώ εμένα. Σε ξέρω καλά γιατί εσύ ήμουν εγώ.

Υπάρχει ένα καράβι στο λιμάνι που κάνειδρομολόγια όποια ώρα θελήσεις. Δεν κινδυνεύεις να το χάσεις, βρίσκεται πάντα εκεί, ακόμη κι όταν ταξιδεύει. Μονάχα εύχομαι να σε προλάβει το γράμμα μου, να είναι το εισιτήριό σου, για ένα ταξίδι διαφορετικό απ' όσα έχεις κάνει.

Ένα ταξίδι που οι ηλιαχτίδες θα φωτίζουν το πρόσωπό σου, η ελπίδα θα ανθίζει στο χαμόγελό σου και θα σαι εσύ που θ' αγαπάς και θ' αγαπιέσαι, θα ζεις και θα νιώθεις θα είσαι εσύ που θα γεννιέσαι κάθε ανατολή.

ΜΟΝΑΧΑ ΝΑ ΣΕ ΠΡΟΛΑΒΕΙ ΤΟ ΓΡΑΜΜΑ ΜΟΥ...



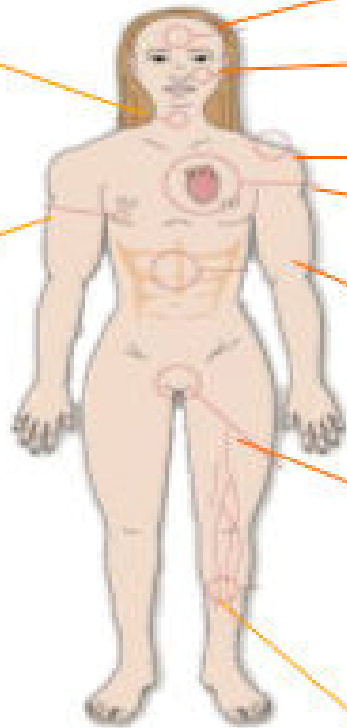
ΑΝΑΒΟΛΙΚΑ

- Τα αναβολικά είναι φυσικές ή τεχνίτες ενώσεις που δρουν με τρόπο παρόμοιο με την τεστοστερόνη.
- Η τεστοστερόνη προκαλεί ανάπτυξη των ανδρικών χαρακτηριστικών και την σταδιακή αύξηση του μυϊκού ιστού.
- Χρησιμοποιούνται από τους αθλητές για να αυξήσουν τις αθλητικές τους επιδόσεις

Η ανατομία ενός στεροειδούς χρήστη

μεγέθυνση
φωνητικές
χορδές

να μειώσει
το μέγεθος
του
στήθους
αύξηση
του
μαστού



*Μυαλό
Ανδρική φολάκρα

Λιπαρό δέρμα σοβαρή ακμή
διεύρυνση των πόρων του προσώπου

Μεγάλους μυς

Καρδιακό νόσημα

Καταστρέφει τα νεφρά και το συκώτι

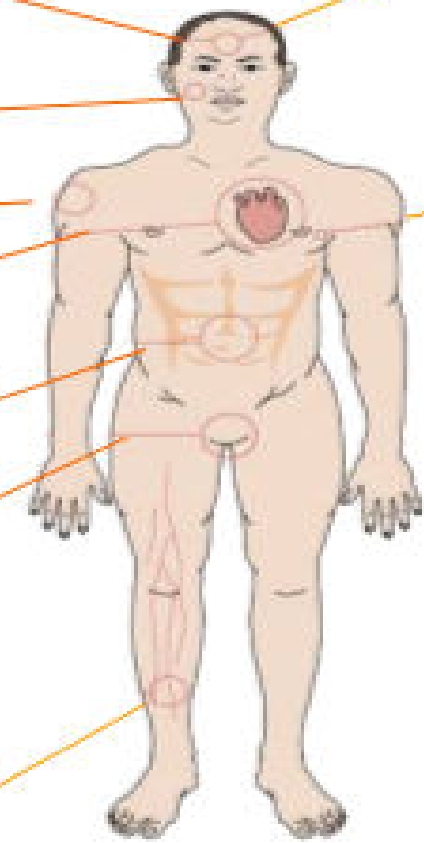
διευρυμένη κλειτορίδα
αναπλασματικό λίπωμα
υπογονιμότητα
ανωμαλίες στην έμμηνο
ρύση
αύξηση της τριχοφυΐας

να μειώσει τον αριθμό
των σπερματοζωαρίων
συρρίκνωση των
όστων
αύξηση της τριχοφυΐας
αλλοιωμένη λίπωμα

αυξημένη αρτηριακή πίεση
αυξημένη χοληστερόλη LDL
αδύναμο ανοσοποιητικό σύστημα

Μεγάλη
οργή

Μεγάλομα
στήθους



ΟΝΟΜΑΤΑ ΜΑΘΗΤΩΝ

- ΝΤΡΕΣΑΪ Μ.
ΞΑΝΘΟΠΟΥΛΟΣ Κ.
ΞΑΝΤΙΝΙΔΗΣ Γ.
ΠΑΪΚΑΣ Σ.
ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ Κ.
ΠΑΠΑΝΩΤΑΣ Ν.
ΠΑΠΟΥΝΙΔΗΣ Ν.
ΠΑΥΛΙΔΗΣ Β.
ΠΑΥΛΙΔΟΥ Ε.
ΠΑΥΛΟΥ Γ.
ΠΕΤΡΙΔΗΣ Κ.
ΠΟΤΗΡΕΝΙΑΣ Σ.
ΡΑΠΤΟΠΟΥΛΟΣ Κ.
ΡΙΖΟΣ Κ.
ΡΟΥΜΕΛΙΩΤΗΣ Σ.
ΡΟΥΜΙΑΝΤΣΕΦ Β.

ΥΠΕΘΥΝΗ ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ
ΤΣΙΟΚΑΝΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ