Центральна міська публічна
бібліотека
Організаційно – методичний відділ

"Інформаційна діяльність бібліотек з профілактики асоціальних явищ"

Методичні рекомендації

м. Краматорськ, 2016р.

Упорядник: Кириленко Т.М. провідний методист ОМВ ЦМПБ

Ситуація, що склалася в сфері фізичного, психічного, соціального, морального і духовного здоров'я суспільства диктує необхідність прийняття невідкладних заходів. Особливу тривогу викликає алкоголізація населення, поширення наркоманії та алкоголізму в молодіжному та підлітковому середовищі, поширення так званого «пивного алкоголізму».

Свою частку відповідальності за збереження здоров'я громадян та профілактику поширення асоціальних явищ в суспільстві несе і система бібліотечного обслуговування населення.

Всі знають про те, що період дорослішання людини припадає на час навчання його в загальноосвітніх установах різних ступенів, тому свою роль бібліотека бачить в тому, щоб організувати цілеспрямовану взаємодію з усіма зацікавленими організаціями з антиалкогольної пропаганди, профілактики наркозалежності та пропаганді здорового способу життя (ЗСЖ) серед підростаючого покоління.

Важливо впливати не тільки на кожну дитину, але і на його оточення, на його сім'ю. Необхідно прямо зі шкільної лави, а краще вже в дитячому садочку навчити кожну дитину думати і піклуватися про своє здоров'я, допомогти йому у виборі стилю життя, що сприяє збереженню і зміцненню здоров'я.

Зазвичай посилену роботу з пропаганди здорового способу життя слід приурочувати до таких календарних днів, як: Всесвітній день боротьби зі СНІДом (1 грудня); Всесвітній день боротьби з тютюнопалінням (31 травня); Міжнародний день боротьби з курінням (кожен третій четвер листопада); Міжнародний день боротьби зі зловживання наркотиками і їх незаконним обігом (26 червня); Всесвітній день здоров’я (7 квітня). Також роботу в даному напрямку проводять в рамках державних, обласних та регіональних оздоровчих програм. Можно провести такі заходи: інформаційні години «Димні світи. Що треба знати про куріння» (доповнювати виставками-роздумами), тематичні полички «Не струшуймо здоров’я у попільничку», книжкові викладки «Здоровий спосіб життя – хворобам нема вороття», «Мандрівка на планету Здоров’я», диспут «Здоров’я – вічна мрія людства», пізнавальна інформина «Бути здоровим – модно», час - дебат «Здоров’я молодих – турбота всіх», година застереження «Молоді про СНІД», інформина-застереження «Тютюн – повільна отрута».

Основні напрямки роботи:

- Просвітницька діяльність;
- Забезпечення повної і загальної доступності інформації щодо профілактики асоціальних явищ і пропаганді ЗСЖ;

- Створення системи співпраці бібліотек з навчальними та загальноосвітніми закладами, органами правопорядку, соціального захисту, охорони здоров'я, наркологічні диспансерами і установами, зацікавленими у вирішенні цієї проблеми;
- Впровадження нових форм індивідуальної і масової роботи, розвиток клубів дозвілля і читацьких об'єднань.

Інформаційний підхід ґрунтується на тому, що відхилення в поведінці підлітків від соціальних норм відбуваються тому, що неповнолітні їх просто не знають. А отже, основним напрямком роботи має стати інформування неповнолітніх про їхні права та обов'язки, про вимоги, що пред'являються державою і суспільством до виконання встановлених для даної вікової групи соціальних норм.

Завдання публічних бібліотек сьогодні полягає в тому, щоб пропагувати літературу, що сприяє вирішенню даних проблем в суспільстві, використовуючи різні форми і методи бібліотечної роботи: Дні інформації, Дні фахівця, виставки, презентації книг, батьківські збори, дискусії та круглі столи, ігри та конкурси з елементами театралізації, зустрічі з працівниками правоохоронних органів і соціальної сфери, фахівцями медиками, психологами, наркологами та інш. До цих традиційних форм роботи можна додати проведення конкурсів на кращий проект про здоровий спосіб життя, створення мультимедійних рекламних роликів соціальної тематики, проведення акцій щодо відмови від вживання алкогольних напоїв, в тому числі пива.

Слід привести ряд прикладів роботи бібліотек за цим напрямком.

Пропонуються теми інформаційних буклетів, листівок: «Куріння - загроза здоров'ю», «Наркоманія - бич цивілізації», «Алкоголь і алкоголізм», «Азбука твого здоров'я», «Велика сила спорту» і т.д. Бібліотеками можливо видання інформаційних та рекомендаційних списків літератури за такими темами, як: «Ім'я біди - наркотик», «! Обережно -

сигарета», «Світ небезпечних пристрастей», «Що потрібно знати про проблеми ваших дітей», «Допоможіть Вашій дитині сказати« НІ! », Такі наочні форми інформації допомагають читачам озброїтися знанням про сутність асоціальних явищ, про форми їх впливу, способи і профілактиці їх поширення в підлітковому та молодіжному середовищі.

Займаючись профілактичною роботою бібліотеки повинні систематично проводити експрес-опитування, анкетування та інші види соціологічних досліджень. Це дозволить чуйно вловлювати зміни в сучасній молодіжному середовищі, вивчати проблему з усіх боків. На основі таких досліджень бібліотека може розробити спеціальну цільову програму, загальною концепцією якої буде створення в молодіжному середовищі ситуації, яка перешкоджає поширенню асоціальних явищ, формування установки на здоровий спосіб життя. Тут слід зазначити, що бібліотечні програми, розраховані на тривалий час - від року до п'яти років - сприяють позитивному результату, залученню молоді і підлітків в бібліотеку, їх тривалого спілкування і формування молодіжних груп, створення клубів за інтересами. Тим самим забезпечується зайнятість хлопців і визнання ними бібліотеки як соціально значимого інституту. Назва програми вибирається залежно від позначеної бібліотекарем тематичної спрямованості профілактичної, просвітницької діяльності. Наприклад, бібліотечну програму з пропаганди ЗСЖ можна назвати так:

- «Контакт», «В майбутнє - з надією», «ЗСЖ - шлях для всіх», «Бути здоровим - це стильно», «Захистити від біди», «За повноцінне життя», «Бути молодим - значить бути здоровим» і т.д.

Вибір форм і методів профілактичної роботи в першу чергу залежить від ступеня участі бібліотеки, від рівня координації, якого вдається досягти з організаціями та установами, які ведуть роботу з молоддю і яким не байдуже майбутнє нашого суспільства.

Організація повноцінного дозвілля - один з напрямків діяльності бібліотек з формування здорового способу життя. Залучення підлітків і молодь в клуби і гуртки за інтересами оберігає їх від попадання в групи соціального ризику. Клуби по інтересам дають можливість реалізувати потребу кожної людини в спілкуванні і розвитку. Несуть радість пізнання, задоволення спілкування, розширення кругозору.

Також важливий збір інформації з питань профілактики наркоманії, СНІДу, боротьби за здоровий спосіб життя. Поряд з традиційними в роботі бібліотек мають місце інтерактивні, інноваційні, емоційно насичені форми

роботи із застосуванням комп'ютерних і інформаційних технологій: слайд - бесіди, електронні презентації, шок - уроки, тренінги, сюжетно - рольові ігри, мультимедійні вікторини, слайд - лекції, слайд - тренінги. Зокрема, мають місце такі заходи: презентація електронної енциклопедії, електронна презентація «Ми за здоровий спосіб життя», конкурс творчих робіт молоді, дитячих малюнків, цикл творчих лабораторій по профілактиці наркоманії, тренінги на тему «Скористайся правом на щастя», «Світ без наркотиків», «Альтернатива шкідливим звичкам – книга»; конкурс на кращий міні - твір, кращий плакат: «Я ніколи не буду вживати наркотики». Доречними будуть керовані дискусії, мозкові штурми, година - засторога, караван здоров'я, інформ - досьє, інформ-калейдоскоп під назвами: «Епідемічна ситуація в Україні», «Історія виникнення наркотичних речовин», «Страшна невиліковна хвороба», застереження - калейдоскоп «Видатні особистості – жертви передозу- вання», виставка - шок «Куріння – божевільна справа чи невинна забава», превентивний дайджест «Поєдинок зі СНІДом», виставка - заклик «Вмій сказати «Ні»!, тренінг «Бути здоровим – це наука», вітамінопрограма «Шукайте лікаря в природі», калейдоскоп здоров'я «З доров'я – це ранок зі свіжим повітрям», для молоді – діалогові спілкування «Як ми руйнуємо власне здоров'я шкідливими звичками». Новою, неординарні форми роботи, тим самим зацікавлюючи різні категорії користувачів стане виїзний масовий захід для молоді - тематична дискотека «Молодь за чисті легені». Ще одна форма роботи зацікавить підлітків - незвична виставка фоторобіт постійних читачів «Рухай своє життя». На фотографіях, представлених на виставці, зафіксовано різні заняття молоді у вільний час: негативні заняття і шкідливі звички та приклади розумного і корисного використання вільного часу.

До Всесвітнього дня боротьби з тютюнопалінням – 31 травня можно організувать тиждень антитютюнової «Ваше здоров'я у ваших руках»: уроки-застереження «Тютюнова статистика», «МОЗ попереджує, здоровий глузд підказує», бесіди - роздуми «У тютюновому полоні», «На гачку у нікотину», демонстрація відеороликів «Правда про ку ріння».

Комплекс заходів «Від здоров'я землі – до здоров'я людей»: мультимедійний кліп - огляд «Молодість, отруєна дурманом», година корисних порад «Здоровий спосіб життя в традиціях українського народу», гра - подорож «Країною здоров'я», пізнавальний конкурс «Про здоров'я треба знати, про здоров'я треба дбати», гра - вікторина «Хто здоровий, то й

не плаче, жде його в житті удача», рольова гра «Здорові діти – здорова нація».

З метою профілактики алкоголізму, наркоманії, СНІДу: етичний діалог «Куріння чи здоров'я – вибір за вами», тематична дискусія «Алкоголь і нікотин – вороги нашого здоров'я», «Пивний фронт – за та проти», прес - репортаж «СНІД – реальність життя», бесіда - дискусія «Ураження ВІЛ: результати чи початок життєвої кризи», виставка - інтерв'ю «Наркотики – загроза генофонду», година корисних порад «Над прірвою великої біди».

Варто також організовати при бібліотеці клуби «В здоровому тілі - здоровий дух», «Шанс», «Здоров'я», «Паросток». Засідання в клубах слід проводити за участю медичних працівників, юристів, психологів тощо.

Слід відзначити велику виставкову, інформаційну та просвітницьку роботу бібліотек з даної тематики. Крім традиційних працівники книгозбірень можуть запроваджувати і нові, інтерактивні форми роботи, часто із застосуванням комп'ютерних технологій. Популяризуючи літературу за здоровий спосіб життя, бібліотекарі можуть влаштовувати виставки - роздуми, виставки - діалоги, виставки - застереження: «У нікотиновому полоні», «Пити чи жити: алкоголь – проблема XXI століття»; «Не дай шансу СНІДу»; «Не будь собі ворогом», «Дорога в безодню»; «Наркотики: мандрівка в один кінець», «СНІД: людство під загрозою», «Екологія душі», «На шляху до зрілості ».

Ефективною формою роботи з підлітковою і молодіжної аудиторією стали ток-шоу. За участю учнів школи, педагогами, молоддю можливе проведення ток-шоу на теми:

- «Молоде покоління обирає здоров'я», «Умій сказати «НІ», «Щастя - бути здоровим », «Обчисли формулу здоров'я » і т.д.

Також популярні в інформаційно-профілактичній роботі діалогові форми заходів. Наприклад, година компетентної думки, беседа - діалог, диспут - бесіда, суперечка - бесіда, огляд - роздум, година - роздум і т.п. Пропоновані назви для заходів таких форм: «Вже скільки їх впало в цю безодню» (про відомих людей, які загинули через згубної пристрасті до алкоголю, наркотиків), «Діагноз горя - наркотики», «Бар'єр наркозалежності: страх і надія», «Пивний алкоголізм - ворота до пияцтва», «Доза маленька - біда велика», «Комп'ютерні ігри: «за» або «проти» здоров'я», «Не дай шансу СНІДу»; та ін.

Бібліотеки, як соціокомунікаційні центри формування здорового способу життя, здатні забезпечити безпосереднє й опосередковане спілкування реальних і віртуальних користувачів та бібліотекарів; налагодити партнерські зв'язки не лише зі спорідненими соціально-комунікаційними структурами, а й скоординувати діяльність із представниками владних, правоохоронних структур, органів охорони здоров'я, соціальних служб, професійних об'єднань тощо. Вищевикладене дає підстави розглядати бібліотеки як унікальну структуру, здатну на високому рівні забезпечити документальну, інформаційну підтримку формування та розвитку здорового способу життя кожного громадянина України та українського суспільства в цілому.

«Шкідливі звички-шлях у безодню» - бесіда.

Починати потрібно свій виступ з короткої доповіді: «Що таке шкідливі звички?»

«Паління, вживання наркотиків і алкоголю назвали шкідливими звичками тому, що вони дуже небезпечні для здоров'я. Не секрет, що чимало підлітків хоча б раз пробували курити. Здавалося б, що тут такого: багато дорослих курять… але варто батькам знайти у кишені сина чи доньки пачку цигарок, і серйозної розмови не уникнути, адже батьки розуміють, що паління-дуже шкідлива звичка, а підлітки не сприймають її всерйоз, і даремно. Чадний газ, що утворюється під час горіння, у крові вступає в хімічну взаємодію з гемоглобіном переносить кисень. Вміст кисню в крові курця різко падає, а значить, погіршується кровопостачання головного мозку. Саме тому в курців-початківців паморочиться голова. Після «набуття досвіду» неприємні відчуття слабшають і згодом зникають, але негативний вплив тютюнового диму залишається. Тютюн убивця в організмі вітамінів. За даними англійської королівської спілки лікарів, кожна викурена цигарка коштує курцям від 5 до 15 хвилин життя. У середньому ж курці живуть менше, ніж люди, які не курять, на 6-8 років».

Після цієї доповіді можна провести бесіду за деякими запитаннями:

- Як ви вважаєте, зазвичай з якої причини підлітки починають палити?
- Чи може паління призвести до наркоманії? Поясніть свою думку.
- Чому палити у підлітковому віці найбільш небезпечно?
- Чому дівчатам особливо небезпечно палити?

Яке майбутнє чекає на суспільство, якщо молоде покоління призвичаїться до цигарок?

«Алкогольна залежність» - це хвороба в яку потрапити легко, наскільки невинно це починається. Подумаєш, келих пива! Але згодом дозування будуть збільшуватися, потім пиво видасться не достатньо міцним… найнебезпечнішими за все є слабоалкогольні напої з додаванням соку: на смак вони майже лимонад, але набагато міцніші від пива. До речі алкоголізм у підлітків розвивається в чотири рази швидше ніж у дорослих.

Примірні запитання до бесіди:

- **Чи можна вважати такі напої, як «Джин-тонік», «Лонгер», «Ром-кола», легкими, тонізуючими напоями?**
- **Як ви гадаєте,, чи можна вважати рекламу слабоалкогольних напоїв та пива небезпечною для життя суспільства?**
- **З якого віку людина може розпочати вживання алкоголю?**

Уявіть собі: ви розмовляєте з другом або робите домашнє завдання. І раптом вам захотілося пити, та так сильно, що в очах темніє, усе тіло ломить і в голові паморочиться. Ви відчуваєте: якщо не вип'єте склянки води – просто помрете… щось схоже, тільки в сотні разів сильніше, відчуває наркоман. Позбавлений звичайної дози. Сучасна людина в середньому живе близько 70 років, а наркоман, який почав «колотися», вживати «колеса» або курити «травичку» ще у підлітковому віці. навряд чи доживе до 30 років. Навіть невеликі, але регулярні дози наркотиків змушують мозок сидіти на голодному пайку, позбавляючи його кисню. Людині стає важко зосереджуватися, погіршується пам'ять. Але найжахливіший стан, до якого зможе привести людину наркоманія, - приступи жорстокої ломоти у м'язах, судоми, страшні галюцинації. У наш час наркоманія – страшна загроза для молодого покоління. Що ж робити, щоб уберегтися від цієї біди? (відповіді дітей).

Доцільно виготовити невеличкі буклети чи листівки (текст наведено нижче).

Агітаційна листівка «Як не потрапити до біди!»

- По-перше, не пробуйте наркотиків із цікавості або «за компанію». Більша частина їх викликає звикання вже з першої дози.
- По-друге, ніколи не піддавайтесь на підбивання на кшталт: «Несила спробувати? Хіба ти боягуз?». І завжди пам'ятайте про те, що будь-які наркотики коштують дорого і, роздаючи перші безкоштовні або дуже дешеві порції, їхні розповсюджувачі чіпляють на гачок» нові жертви.

Пам'ятайте!

Життя-це шанс, злови його.

Життя-це краса, милуйся нею.

Життя-це радість, насолоджуйся нею.

Життя-це виклик, прийми його.

Життя –це цінність, цінуй його.

Життя-це любов, тішся нею.

Життя-це таємниця, відкривай її.

Життя-це обіцянка. Виконуй його.

Життя-це боротьба, почни її.

Життя-це трагедія, зрозумій її.

Життя-це щастя. Заслужи його.

Три небезпечні вороги вкорочують тривалість людського життя - **це куріння, алкоголізм та наркотики**. Кожного року мільйони людей у світі отримують різні захворювання через куріння. Негативно це позначається і на тих, хто знаходиться поруч із курцями. Пасивне куріння є не менш шкідливим. Ніж активне. Курець забруднює життєвий простір інших людей. З якої причини людина починає курити. Як реагує організм на першу викурену цигарку, як змінюється її організм під впливом тютюну, відповіді на ці запитання користувачі можуть отримати з оформлених книжкових **виставок літератури «Алкоголізм-руйнівник підростаючого покоління», «Його ім'я - підступний СНІД», «Небезпечна пристрасть»,**

«За хмарою тютюнового диму».
(макет книжкової виставки)
„Життя без зла, так років до ста".
Епіграф: „Скільки їх, доріг в безодню".
Розділ І. „Пити – здоров'ю шкодити".
Розділ ІІ. „Наркоманія – загроза людству".
Розділ ІІІ. „СНІД – шлях смерті"

Вечір-діалог «Паління чи здоров'я-обирайте самі», дискусія «Підлітковий алкоголізм-дорога в нікуди!»
орієнтовні запитання:

- Що таке алкоголь. Чи придатний він для пиття?
- Які алкогольні напої ви знаєте?
- Чим ці напої різняться?
- Як ви вважаєте, вживання таких напоїв, як пиво не шкідливе, небезпечне для підліткового організму?

Круглий стіл «Не будьте собі ворогом!»- мета якого виховувати в учнів негативне ставлення до вживання алкогольних напоїв, сигарет та наркотиків, бажання і вміння вести здоровий спосіб життя, критично ставитися до своїх негативних вчинків. Наприкінці круглого столу пропонується учасникам оцінити сучасність даної теми та вид її проведення за допомогою анкети.

Конференція «Зупинимо СНІД разом!» (Додаток №4)

Прес-конференція «Увага: наркоманія» до прес-конференції слід залучити спеціалістів консультантів з комплексних проблем наркоманії. Мета конференції: пропагувати здоровий спосіб життя, викликати в користувачів негативне ставлення до наркоманії, до вживання наркотиків, які завдають великої шкоди здоров'ю людини.

Примірні питання :

- Що таке важкі наркотики?
- Що ви можете сказати про легкі наркотики?
- Що таке кокаїн, як його виготовляють?
- Чому ж молодь вживає наркотики?
- Які є види наркоманії?
- Чи страшна наркоманія якимось іншими хворобами?
- Чим шкідлива наркоманія для суспільства?
- Що таке незаконні операції з наркотиками?
- Як вберегти себе від наркотиків?

«Курити чи не курити?» Інформація для роздумів. Цю інформацію можна використати і для підготовки пам'яток, буклетів та закладок.

Інформація для роздумів «Курити чи не курити?».

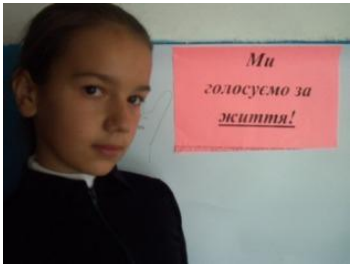
Інформаційне повідомлення «Літопис боротьби з тютюнопалінням»

- Куріння набуло особливої популярності на поч. XX ст. зараз куріння є найпоширенішою проблемою. За переказами трава тютюну виросла на могилі блудниці, яка спокусила тисячі чоловіків та юнаків. Її прах перетворився на грунт, на якому росло тютюнове зілля. В легендах тютюн виступає символом зла.
- 1966 рік, в США повністю забороняється реклама тютюну в телевізійному ефірі. Але незважаючи на це, сигарети залишаються продуктом, який широко рекламується.
- У 1987 році Конгрес США заборонив куріння на внутрішніх авіалініях із терміном перельоту менш як 2 години. А 1990 році заборонив куріння на всіх внутрішніх авіалініях, крім перельотів на Аляску та Гаваї.
- В Англії кількість померлих серед курців складає щорічно 100 тисяч осіб, передчасно помирають кожні два з трьох курців.
- Французькі лікарі встановили, що наявність у тютюновому димі радіоактивних елементів призводить до того, що людина, яка викурює в день пачку сигарет, отримує дозу опромінення в 3-5 разів вище норми. У Франції від захворювань, пов'язаних із курінням, щорічно помирає приблизно 70 тисяч людей.

- Уряд Філіппін прийняв декрет, який забороняє курити в громадських місцях. За куріння на стадіонах, у громадських приміщеннях курці отримують 5-7 днів ув'язнення.
- У Болгарії закон передбачає можливість куріння тільки у випадку письмової згоди. Якщо серед працівників є вагітні жінки чи матері, що мають немовлят-куріння заборонено, за порушення передбачається покарання у вигляді штрафу.

Літопис боротьби з тютюнопалінням (Інформаційне повідомлення)

- В Англії курців карали дуже жорстоко, аж до страти: голова з трубкою в зубах виставлялася на площі. В XVI ст. англійські курці прирівнювалися до ворогів, їх водили вулицями з мотузкою на шиї. Куріння тютюну, а також вживання його як ліків (у вигляді настоянок, екстрактів, пігулок) часто викликало отруєння і спричиняло смерть. Це змушувало уряди різних країн вести боротьбу з курінням та застосовувати жорстокі покарання.
- У Туреччині злісних курців саджали на палю.
- В Італії Римський Папа відлучав від церкви католиків, що курять, або наказував карати батогом.
- Широкого розмаху набула антинікотинова кампанія в Японії в наш час, де періодично проводяться «тижні не куріння». Вони передбачають не лише пропагандистські лозунги й публікації, а й активну копітку роботу різноманітних відомств і окремих осіб, які прагнуть до оздоровлення свого народу. Мільйони японців за час проведення означених тижнів назавжди відмовились від шкідливої звички. За рішенням уряду в усіх муніципальних школах країни проводяться спеціальні «уроки здоров'я».
- У місті Торонто на вулицях не побачиш людину із сигаретою. Це заборонено спеціальним декретом і порушникам загрожує чималий штраф, який одразу накладає поліція.
- У Нью-Йорку недавно ухвалено закон, згідно яким за куріння у громадських місцях каратимуть штрафом у 1000 доларів або роком ув'язнення.
- На 1000 доларів штрафуватимуть за куріння в громадських місцях і в Гонконгу.
- У Швеції на вулицях можна побачити величезні щити з надписом «Хочеш жити-кидай курити».
- У США 18 листопада оголошено національним днем боротьби з курінням. Напередодні цього дня засоби масової інформації всіляко звертають увагу на шкідливість куріння.
- 31 травня – Всесвітній день без тютюну. Кожна освічена людина знає, що куріння викликає багато хвороб. Зокрема рак,який головним чином вражає сечовий міхур, нирки, легені, печінку, зуби. Язик. Медики всього світу стривожені поширенням раку легенів серед молоді, в першу чергу серед дівчат.



Доцільно виготовити пам'ятку:

«Ми голосуємо за!»

Юний друже!

Якщо ти хочеш мати хворі легені, сіре обличчя, грубий голос – пали. Тобі до вподоби хворі печінка, нирки, шлунок? – вживай алкоголь, перспектива стати алкоголіком – для тебе реальність. Якщо хочеш поставити хрест на щасливій сім'ї – пий побільше і щодня… Тоді й кар'єра теж швидко і без жалю попрощається з тобою.

А ми хочемо бути здоровими! Хочемо мати хорошу сім'ю, друзів. А ми хочемо, щоб друзі ніколи не плакали. І кожен пишався великою родиною. Ми всі вчимося жити, і нам не однаково, ким станемо, коли виростемо, головне – щоб бути людиною, є у кожного з нас у серці мрія своя, Знаємо ми, знаєте Ви – це не сон. То прийшов новий час, знаємо всі ми, Що досягти мети можна тільки разом. Ми голосуємо за здоровий спосіб життя!

Конференція «Зупинимо СНІД разом!» (мета конференції забезпечити підлітків інформацією про ВІЛ/СНІД; сформувати у них розуміння того, що тільки здоровий спосіб життя, їх поведінка та вчинки є гарантом запобігання ризику).

Вступна бесіда. 1 грудня відзначається Всесвітній день боротьби зі СНІДом. Увесь світ визнав СНІД однією з глобальних проблем людства. І найстрашнішим є те, що ліків від цієї хвороби ще не знайдено. З того часу, як було відкрито новий вірус, епідемія ВІЛ/СНІДу охопила весь світ і забрала понад 20 млн. життів. Найбільше постраждали регіони країн Центральної та Південної Африки. Епідемічний поріг переступила й Східна Європа, у тому числі й Україна. За темпами поширення ВІЛ-інфекції наша країна посідає одне з перших місць у Європі. Занепокоєння викликає те, що в епіцентрі епідемії опинилася молодь. Більше половини нових випадків зараження ВІЛ реєструється серед людей віком від 15 до 24 років. Щодня у світі інфікується понад 6 тисяч юнаків. Уразливість молоді зростає й через експериментування з алкоголем і наркотиками. Молоді люди, які вживають алкоголь і наркотики, у 4 рази частіше за своїх однолітків мають випадкові сексуальні стосунки 1 у 2,5 рази частіше не захищені сексуальні контакти. Вживання ін'єкційних наркотиків є основним шляхом зараження ВІЛ в Україні. За даними Європейського опитування української молоді щодо вживання алкоголю і наркотиків, проведеного Українським інститутом соціальних досліджень, лише 10% опитаних випускників українських шкіл не вживали алкоголь протягом року, а понад 25% опитуваних уже пробували наркотики.

Питання які можна використати під час конференції:

- Звідки взявся ВІЛ?
- Як передається ВІЛ?
- ВІЛ не передається через…?
- Які права мають ВІЛ-інфіковані?

В кінці конференції можна провести

Тест «Що ви знаєте про СНІД?»

Ведуча. Лікар вам зачитає певну кількість тверджень - ви повинні їх підтвердити або заперечити:

1. Небезпечно обіймати людину, хвору на СНІД (НІ);
2. Заразитися СНІДом можна, користуючись громадською вбиральнею (НІ);
3. Перебування разом з людиною яка хвора на СНІД, цілком безпечно (ТАК);
4. Люди. Які вводять собі внутрішньовенно лікарські препарати, не повинні користуватися голками інших людей (ТАК);
5. Неможливо заразитися вірусом СНІДу(ВІЛ), кусаючи один і той же бутерброд або коли п'єш з однієї склянки з людиною яка хвора на СНІД (ТАК);
6. Якщо, хтось отримав травму, що супроводжується кровотечею, слід спинити йому кров своїми руками? (НІ);
7. СНІДом можна заразитись,, якщо хворий чхає або кашляє на тебе (НІ);
8. Непогана ідея обговорювати питання сексу, наркотиків, і СНІДу з друзями (ТАК);
9. СНІД спричиняється вірусом? (ТАК);
10. Щоб уберегтись від інфікування ВІЛ під час орального сексу, необхідно користуватися презервативом? (ТАК);
11. СНІД переноситься трьома шляхами: при сексуальних контактах, контактах із кров'ю (наприклад, при сумісному користуванні голками) і від матері до дитини під час внутрішньоутробного розвитку і пологів(ТАК);
12. Правильне користування презервативом допомагає в багатьох випадках уникнути зараження вірусом СНІДу. (ТАК);
13. Чимало із симптомів СНІДу нагадують симптоми інших захворювань(ТАК);
14. Одна з проблем, пов'язаних зі СНІДом, полягає у тому, що між зараженням і моментом прояву захворювання можуть пройти роки (ТАК);
15. Хворі на СНІД житимуть, якщо їм замінити повністю кров(НІ);
16. СНІД - найжахливіша хвороба у світі (НІ);
17. СНІД передається через поцілунок(НІ);

18. Вірус СНІДу можна виявити відразу ж після інфікування(НІ);
19. Заражений ВІЛ хворий на СНІД відрізняються за зовнішнім виглядом від здорової людини(НІ);
20. Держава докладає зусиль для виявлення інфікованих і хворих на СНІД людей(ТАК).

Перевірити свої знання про шкідливість наркоманії ви можете, відповівши на питання анкети.

АНКЕТА

1. Наркоманія це:
а/ хвороба;
б/ тимчасове захоплення;
в/ наркоз під час операції.
2. Що в організмі людини найбільш вразливе до наркотичних засобів:
а/ шкіра;
б/ кров;
в/ центральна нервова система.
3. Який спосіб приймання наркотику найшвидше досягав цілі /стану ейфорії/:
а/ через рот;
б/ ін'єкція;
в/ вдихання.
4. Найбільш дієвий захід щодо наркоманів:
а/ виявлення і встановлення на облік;
б/ лікування в ізоляції;
в/ індивідуальна бесіда.
5. Хто надає наркоманам найбільш професійну допомогу?
а/ наркологічна служба;
б/ навчальний заклад;
в/ коло друзів, с1м"я.
6. У наш час спостерігається:
а/ тенденція до поширення наркоманії;
б/ зменшення випадків наркоманії;
в/ неконтрольована ситуація.
7. Якого віку найчастіше люди стають наркоманами?
а/ похилого віку;

б/ підлітки і молодь;
в/ середнього віку.
8. „Неписаний закон" наркоманів:
а/ протиставити себе суспільству;
б/ тримати в суворому секреті свій потяг;
в/ зробити наркоманами мінімум 3-х осіб.
9. Як правило наркоманія тягне за собою:
а/ розширення кола друзів;
б/ протизаконні дії, пов'язані з кримінальною відповідальністю за купівлю, збут або переховування наркотиків;
в/ розірвання зв'язків з рідними та близькими
10. Хто вирішує питання про госпіталізацію наркомана - підлітка:
а/ лікар-нарколог;
б/ навчальний заклад;
в/ правоохоронні органи.
11. Основне завдання профілактики наркоманії:
а/ провести багаторазові бесіди з наркоманами;
б/ попередити виникнення потягу до наркотику, викрити негативні наслідки для життя;
в/ зібрати якомога більше матеріалів про соціальне лихо.

Диспут "Наркоманія. Бути їй чи ні?"

Примірні питання :

1. **Чи не охоплює вас жах від думки, що ви можете стати наркоманом?**
2. **Що вам відомо про людей, які стали наркоманами?**
3. **Чи робили ви спроби вживати наркотики?**
4. **Якщо так, то яке відчуття охоплювало вас?**
5. **Де і коли ви вперше довідались про наркоманію?**
6. **Чи розповідали вам про небезпеку наркоманії батьки, вчителі?**
7. **Чи маєте ви друзів, які вживають наркотики?**
8. **Якщо так, то чи спробували ви допомогти їм позбутися наркотичної залежності?**
9. **Чи в достатній мірі, на вашу думку, проводиться антинаркоманійна пропаганда в засобах масової інформації?**

Вікторина "Небезпека "зеленого змія"

І. Хто і коли почав одержувати чистий спирт? /Араби в XI-XII ст./

2. Що означав слово "алкоголь"? /З арабського "аль-коголь" - одурманення, запаморочення/.

3. Яка релігія забороняв вживання спиртних напоїв? /Іслам/.

4. Як називають хворобу алкоголіків?/"Біла гарячка"/.

5. Відомий релігійний реформатор Мартін Лютер писав: „Кожна країна повинна мати свого диявола, наш німецький диявол добра бочка ..." /Вина/.

6. Як звали в римській міфології Бога вина і веселості?/Бахус, Вакх/.

7. Хто автор? цитата з байки "Музикант": „Они немножечко дерут. За то уж в рот хмельного не берут"? /Крилов/.

8. Яку тварину порівнюють зазвичай з алкоголіками? /Кроля/.

9. Продовжити прислів'я: "Чоловік п'є - пів хати горить, жінка п'є .../вся хата горить/.

10. Хто з російських письменників заснував одне із найперших товариств тверезості, яке називалося "З роки проти пияцтва"? /Л.Толстой/.

11. Як ставились запорозькі козаки до випивки під час походу /Пияцтво засуджувалось і тяжко каралось/.

12. Чому наші предки – слов'яни назвали перший місяць після одруження медовим? /Молодятам строго заборонялось вживати спиртні напої. Вони пили самі і пригощали гостей медом, розведеним водою/.

Книжкова виставка
"Хочеш довго жити - кидай курити"

Дану виставку можна оформити напередодні 31 травня - до Міжнародного дня боротьби з тютюнопалінням

Епіграф: "Якби я не курив, то прожив би ще 10-15 років" (С.П. Боткін)

Розділ І. "Що таке тютюн".

Розділ ІІ. "З історії тютюнопаління".

Розділ ІІІ. "Куріння і здоров'я".

Розділ VI. "Як покинути курити".

Виставку доцільно доповнити дитячими малюнками та плакатами антитютюнового змісту, висловами відомих людей, зокрема такими як: "Тютюн присипляє горе, але й невідворотно послаблює енергію", Оноре де Бальзак; "Зараз я б першим поставив свій підпис під всесвітньою забороною вживання тютюну", А. Леонов, космонавт; "Єдина моя слабкість - це тютюн. Не будь її - можливо, я дотягнув би до 200 років", "Нікотин, так як і алкоголь, не можуть бути зараховані в актив друзів людини", С.В. Михалков.