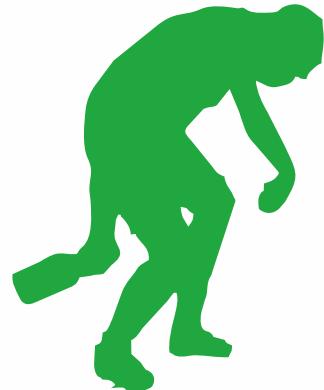


АЛКОГОЛЬ НАРУШАЕТ СОЗНАТЕЛЬНЫЕ ПРОЦЕССЫ КОТОРЫЕ ОТЛИЧАЮТ ЧЕЛОВЕКА ОТ ПРИМАТОВ



После приема «умеренных доз»
(25-40 мл алкоголя) функции
головного мозга восстанавливаются
только через 10-12 дней.

При употреблении алкоголя чаще
одного раза в неделю мозг человека
находится в «полуотключенном»
состоянии.



В СЛУЧАЯХ ПОСТОЯННОГО УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЬНЫХ НАПИТКОВ:

Мышление человека становится
шаблонным, обычным

Утрачиваются свежие достижения,
обретенные за последнюю неделю, месяц

В конечном итоге человек как личность
полностью деградирует, теряет
способность мыслить и развиваться

**РАЗГЛЯДЫВАЯ МИР ЧЕРЕЗ БУТЫЛОЧНОЕ ГОРЛЫШКО
ТЫ РИСКУЕШЬ УВИДЕТЬ ТОЛЬКО ДНО...**



ЖИЗНЬ ГОРАЗДО ИНТЕРЕСНЕЙ:

ЖИЗНЬ - ЭТО

Упорные тренировки,
умение играть в команде, наука
поражения и радость победы

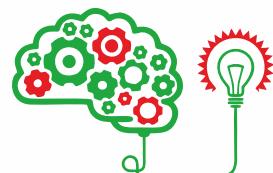


Награда за занятия спортом - это не только мышцы

После 30 минут постоянного движения в организме активно выделяется эндорфин. Чем выше его уровень, тем лучше настроение и легче дается всё, в том числе и усвоение информации



У спортсменов память лучше.
При регулярной физической нагрузке значительно увеличивается концентрация адреналина и норадреналина, которые отвечают за нормальное функционирование памяти.



Пульс, участившийся в момент тренировки - лучший подарок мозгу. Усиление кровообращения и хорошее обогащение кислородом помогают ему думать.



Спорт позволяет идти вперед и быть сегодня более сильной версией тебя вчерашнего.
Сделай шаг навстречу успешному будущему!