



preven<sup>L</sup>fis

# PLANETA AMETITĂ

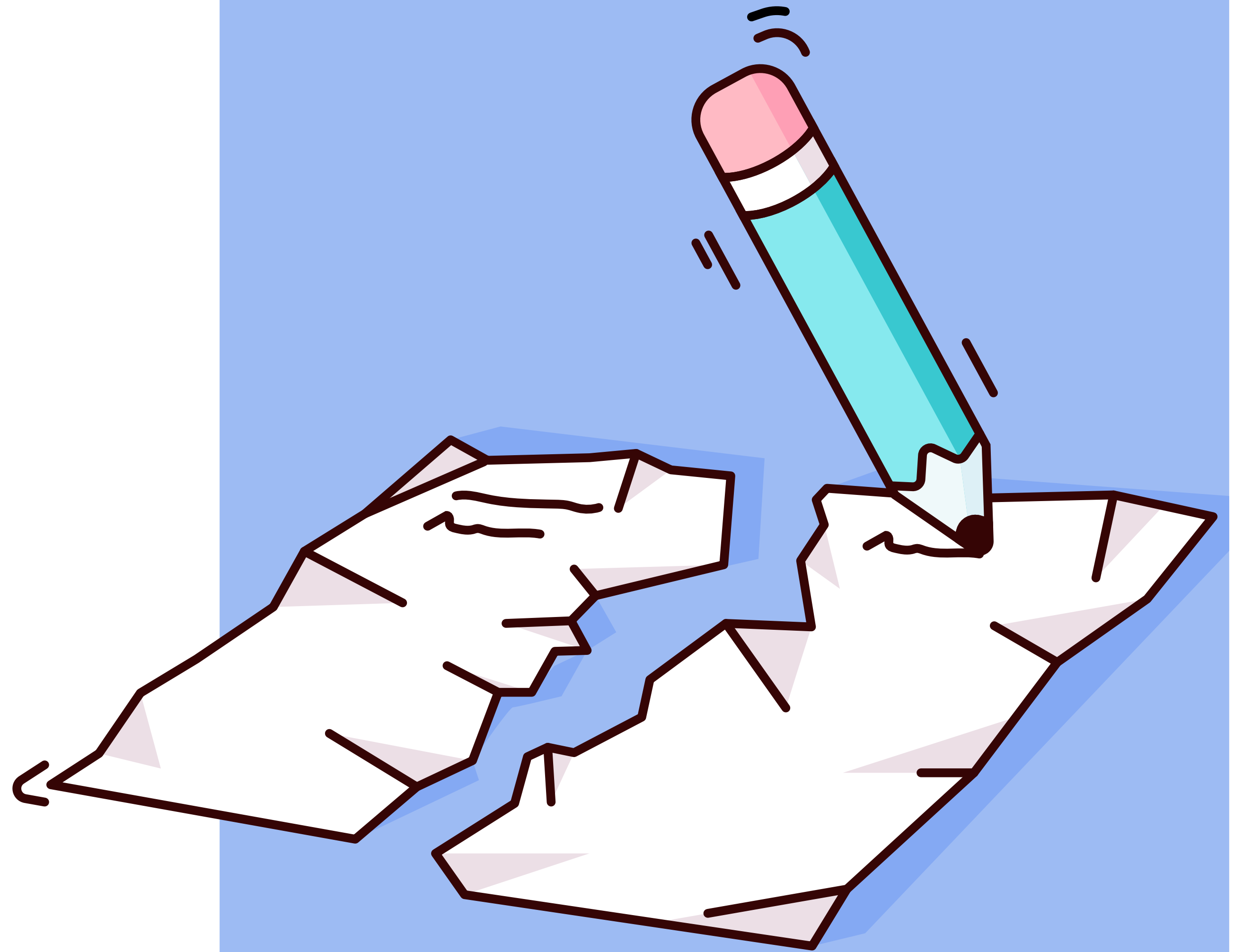
## Să vorbim despre alcool

# Mototolirea hârtiei

*Vă rog să scoateți  
o foaie de hârtie  
curată.*



*Vă rog să rupeți foaia în două părți egale. În partea de sus a fiecărei bucăți de hârtie va trebui să vă scrieți prenumele.*



# Iată cele 3 afirmații...

O persoană foarte importantă pentru mine este...

Unul dintre lucrurile mele la care țin cel mai mult este...

O calitate pe care o am sau pe care mi-ar plăcea să mi-o dezvolt este...

**Adolescența este o perioadă de maturizare  
care implică multe provocări,  
experiențe de explorat și decizii de luat.**

**adolescență**

**provocări**

**alcool**

Pe  
**PLANETA  
AMEȚITĂ**

*nu există nici o restricție  
împotriva consumului  
de alcool.*



*Chiar dacă alcoolul poate produce relaxare și voie bună pe moment, o lume în care acesta ar fi permis oricui, oriunde și oricând, ar deveni o lume haotică care s-ar autodistruge treptat.*



**Revenind pe  
PLANETA  
PĂMÂNT**





*Există legi și reguli  
care ne protejează  
de autodistrugere.*

*Multe dintre ele,  
protejează în special  
adolescenții.*

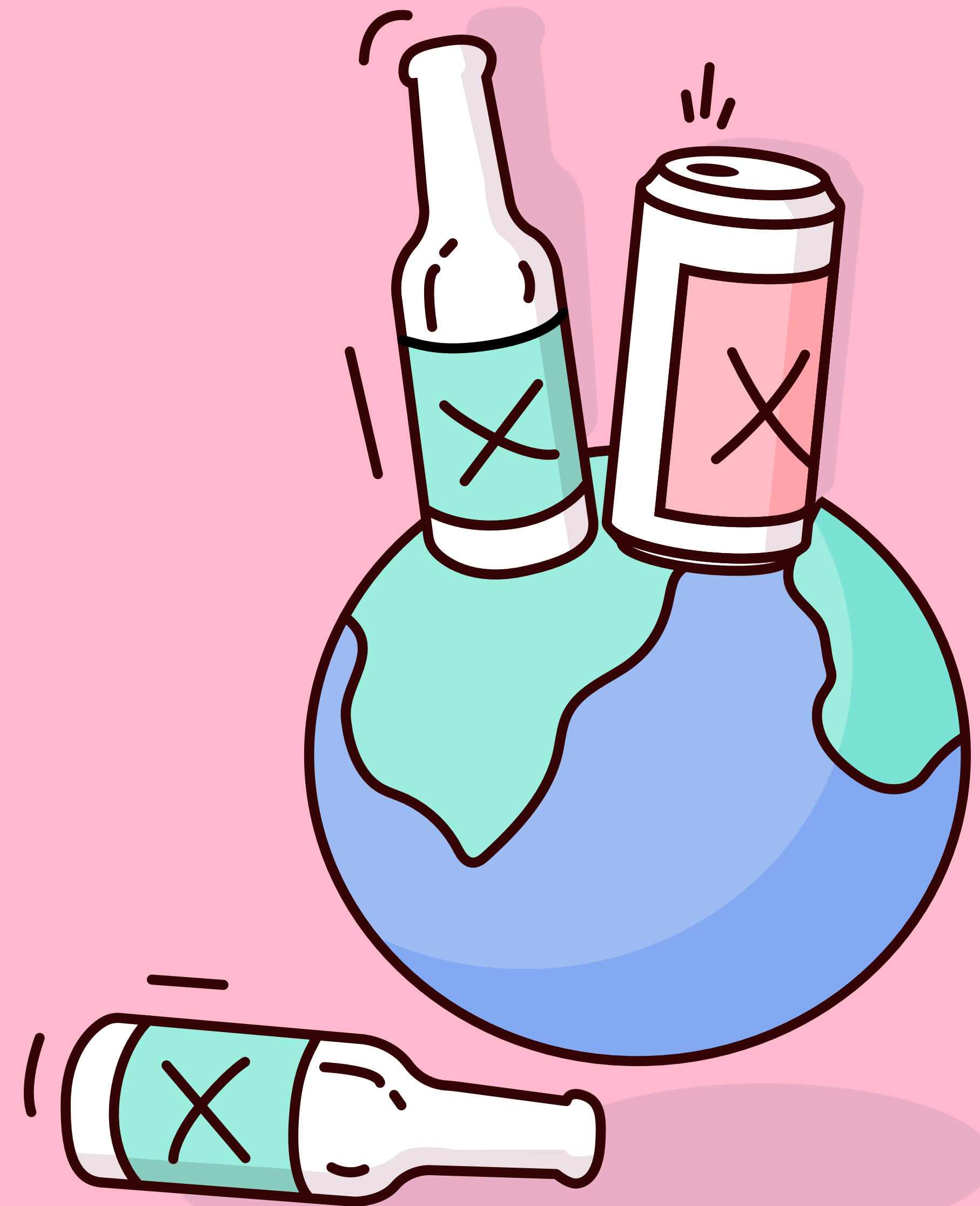


## Care sunt legile

*privitoare la consumul de alcool la minori în țara noastră?*

## Care sunt motivele

*pentru care legea impune restricții speciale minorilor, diferite de ale adulților, în ceea ce privește consumul de alcool?*



*La vârsta adolescenței, zona cea mai importantă pentru gândire din creierul uman – cortexul prefrontal, este încă în plină dezvoltare.  
Consumul de alcool pune în pericol finalizarea maturizării acestei zone.  
În plus, tot datorită acestui fapt, riscul de instalare al alcoolismului este mai mare la adolescenți decât la adulți.*



**Eu și**  
**PRIETENII MEI**



**Cum vedeți evoluția lui Alex dacă el va continua să bea de câteva ori pe săptămână, dar fără să se îmbete, ci doar până se amețește puțin?  
Ce câștigă? Ce riscă?  
Ce sfaturi i-ați da, dacă ar fi prietenul vostru?**

**Cum vedeți evoluția prietenului înalt din gașca lui Alex dacă el va continua să se îmbete din când în când?  
Ce câștigă? Ce riscă? Ce sfaturi i-ați da?**

*Evitând consumul de alcool la această vârstă, permitem creierului nostru să își urmeze maturizarea normală și nu ne punem în pericol dezvoltarea relațiilor importante pentru noi și pregătirea profesională.*



# Pagină de **JURNAL**

*Am discutat azi mai multe despre alcool împreună cu colegii mei.*

*O să țin minte că alcoolul...  
Mi-am dat seama că vreau  
să am grijă de...*

*De aceea, sfatul pe care mi-l  
dau astăzi legat de consumul  
de alcool este să...*

