День профилактики алкоголизма

Многие исследования выявили значительную связь между стрессом на рабочем месте и риском пагубного потребления алкоголя и возможной алкогольной зависимости.

С целью профилактики алкоголизма 08.07.2022г. и в рамках ЕДЗ «День профилактики алкоголизма» для трудящихся филиала «Бобруйскводоканал» организовано и проведено мероприятие по тематике дня – дискуссия «Зависимости: виды рискованного поведения, профилактика». Психолог поликлиники №1 Половинко Е.В. и интсруктор-валеолог Дрозд И.В. среди работников филиала «Бобруйскводоканал» провели блиц опрос «Ваше мнение об употреблении алкоголя». Сотрудникам были предложены следующие вопросы:

1. Как часто вы употребляете алкогольные напитки?
2. Какое ваше отношение к употреблению алкоголя?
3. Какие причины могут побудить вас употребить алкоголь?
4. Как вы считаете, алкоголь оказывает положительное влияние на общественное восприятие вечеринок и мероприятий?
5. Какие негативные последствия употребления алкоголя вы видите в обществе?
6. Как вы считаете, должны ли быть строже ограничены правила продажи алкоголя?
7. Считаете ли вы, что употребление алкоголя может привести к разрушительным последствиям для здоровья и семьи?

В конце блиц опроса в актовом зале прошла дискуссия о пагубном воздействии алкоголя на здоровье и мерах профилактики. Участники мероприятия смогли услышать от психолога поликлиники №1 Половинко Е.В. о последствиях злоупотребления алкоголем и привычке пить «на стервятнике». Узнать, как действовать в подобных ситуациях и оставаться непримиримым в отношении

алкоголя. Получили практические советы, как избегать и устранять стресс и напряжение в жизни без алкоголя.

Дискуссия была направлена на то, чтобы помочь понять, как лучше управлять своим потреблением алкоголя и избегать попадания в глубокую яму зависимости.

Профилактика алкоголизма – важное мероприятие, направленное на предотвращение распространения этой болезни, сохранение здоровья человека и его психического благополучия. Мы верим, что каждый, кто хочет, может выбраться из глубины алкогольной зависимости и вести здоровый образ жизни. Каждый человек должен осознавать свою ответственность за свое здоровье.

Психологическая направленность человека на трезвый образ жизни – лучший барьер для алкоголизма.

Инструктор-валеолог
Дрозд Инна