



AKLIMDA!

Alkol ve sigara kullanmak insan sağlığına çok büyük zararlar verir. Sigara akciğer kanserine, kalp ve damar hastalıklarına, diş ve diş eti rahatsızlıklarına, mide hastalıkları ve sindirim bozukluğuna sebep olur. Her yıl milyonlarca insan, sigaranın neden olduğu hastalıklar dolayısıyla hayatını kaybetmektedir.

Alkol de sigara gibi bağımlılık yapan ve vücuda zarar veren bir maddedir. Alkol trafik kazalarının, toplum ve ailede huzursuzlukların başlıca nedenlerindedir. Alkollü içecekler tüketmek kansere, karaciğer, mide, kalp, beyin ve sinir bozukluklarına, yürüme ve konuşma zorluğuna, doğru düşünmeye, görme ve denge kaybına yol açabilir.



Aşağıdaki boşluklara alkol ve sigaranın vücudumuza verdiği zararları yazalım.

Alkolün Zararları

1.
2.
3.
4.
5.

Sigaranın Zararları

1.
2.
3.
4.
5.



Aşağıdaki ifadeler doğru ise "D", yanlışsa "Y" yazalım.


..... Alkol ve sigara sadece vücudumuza değil çevremize de zarar verir.

..... Sigara kalp ve damar hastalıklarına sebep olmaz.

..... Alkollü içecekler yürüme, konuşma zorluğuna, görme ve denge kaybına yol açabilir.

..... Söndürülmeden atılan sigara izmaritleri yangına neden olabilir.

..... Yeşilay, alkol ve sigara kullanımını önlemek için çalışan bir dernektir.

 Aşağıdaki ifadelerde noktalı yerleri "Aklımda" metninden yararlanarak tamamlayalım.

- Her yıl insan sigaradan dolayı hayatını kaybetmektedir.
- Alkol toplum ve ailede başlıca nedenlerindedir.
- Sigara kanserine sebep olur.
- Alkol de sigara gibi yapan bir maddedir.
- Sigara mide hastalıkları ve bozukluğuna sebep olur.
- Alkollü içecekler karaciğer,,,, ve bozukluklarına yol açabilir.
- Diş ve diş eti rahatsızlıklarına sebep olur.
- Alkol kazalarının başlıca nedenlerindedir.

 Aşağıdaki kutucuklara sigara ve alkol kullanımının zararları ile ilgili afiş hazırlayalım.

SİGARA

ALKOL