«Энергетические напитки – вред или большой вред?»

Автор: Administrator
21.11.2019 10:29

Что же такое энергетические напитки? Действительно ли они так чудодейственны, что их употребление способно сделать нас активными и бодрыми, снять усталость, помочь умственной работе, а также сделать нас классными спортсменами и танцорами? В этих и многих других вопросах попробовали разобраться библиотекарь вместе со студентами Перевозского строительного колледжа на встрече, прошедшей 20 ноября в Центральной библиотеке.

Состав энергетических напитков и воздействие его компонентов на организм человека доказывает, что минусов в его употреблении больше, чем плюсов. Эти и другие наркотические вещества тормозят развитие личности, останавливают человека на полпути и он может легко попасть в беду.

На заключительном этапе ребятам было предложено заполнить анкету. На один из вопросов «Пробовали Вы энергетики?», к сожалению, 90% студентов ответили «да». Но к счастью, на вопрос «Сможете ли Вы отказаться от энергетиков навсегда?» 95 % ответили так же «да». В результате анализа анкет был сделан вывод: влияние энергетических напитков только наносит человеку вред – вред его здоровью, силам и положению в обществе.

В заключении библиотекарь пожелала ребятам быть здоровыми и в духовном и в физическом развитии. А продемонстрированный видеоролик о здоровом образе жизни зарядил присутствующих хорошим настроением и верой в себя.