

## Лифт в подвал

### Интервью Николая Валуева газете

#### "Пока не поздно"

... данные: рост – 213 см и вес примерно 146 кг  
... ий гигант". Отец троих детей.



... обратить массовое распространение  
... тий? Что можно противопоставить  
... огольной, компьютерной и иной  
... одежде?

– Профилактика чего бы то ни было всегда связана со здоровым образом жизни. Я могу предложить две опоры его формирования. Во-первых, грамотно выстроенное информационное поле, во-вторых, активность самих подростков: занятия спортом, правильное питание, духовное саморазвитие, соблюдение распорядка дня. Например, я прививаю детям тот образ жизни, который был у меня в их возрасте: я был постоянно чем-то занят, и у меня просто не оставалось времени на вредные привычки. Нужно быть всегда при деле – многие проблемы происходят от праздного образа жизни. От того, как человек выстраивает свой день, зависят его взгляды, его поведение, его решения. В конце концов, тот, кто только "бьет баклуши", не может ничего добиться в жизни, не может выйти на высокий социальный уровень. Бездействующий человек попросту не имеет мотивации достигать высот в какой бы то ни было области. Он не сможет правильно воспользоваться социальным лифтом: тот просто отвезет его в подвал. Как я могу уберечь своих детей? Только максимально их загружая. Пока они не понимают такой необходимости, но с возрастом осознают, насколько эффективен такой подход.



Телефоны, по которым Вам окажут помощь или дадут консультацию в случае проблем с наркотиками:

#### Библиографическая ссылка на статью:

Информационно-публицистический ресурс "Нет наркотикам" [Электронный ресурс] / Какое психоактивное вещество употребляет Ваш подросток. Ирина Данилина - Режим доступа: [http://http://www.narkotiki.ru/5\\_5451.htm](http://http://www.narkotiki.ru/5_5451.htm), свободный. Загл. с экрана. — Яз. рус. (дата обращения: 09.02.2018).

#### Вёрстка:

Горохов Михаил Алексеевич, студент 4 курса группы ТЭ-14-1 специальности 23.02.006 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог (вагоны)



mkjz.rf

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Минераловодский колледж железнодорожного транспорта»

+7 (87922) 5 68 60  
+7 (87922) 5 60 87  
+7 (87922) 5 55 32



357200, Ставропольский край,  
г. Минеральные Воды, ул. Ленина, 2



Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Минераловодский колледж железнодорожного транспорта»

Актуальный дайджест  
для родителей студентов  
и педагогов

**СТОП!**  
**НАРКОТИК!**



РУБРИКА: ЕСЛИ К ВАМ  
ПОСТУЧАЛАСЬ БЕДА

Какое  
психоактивное  
вещество  
употребляет Ваш  
подросток

