

# Чистая вода – залог здоровья!

- Это должен знать каждый!

## Значение воды в природе

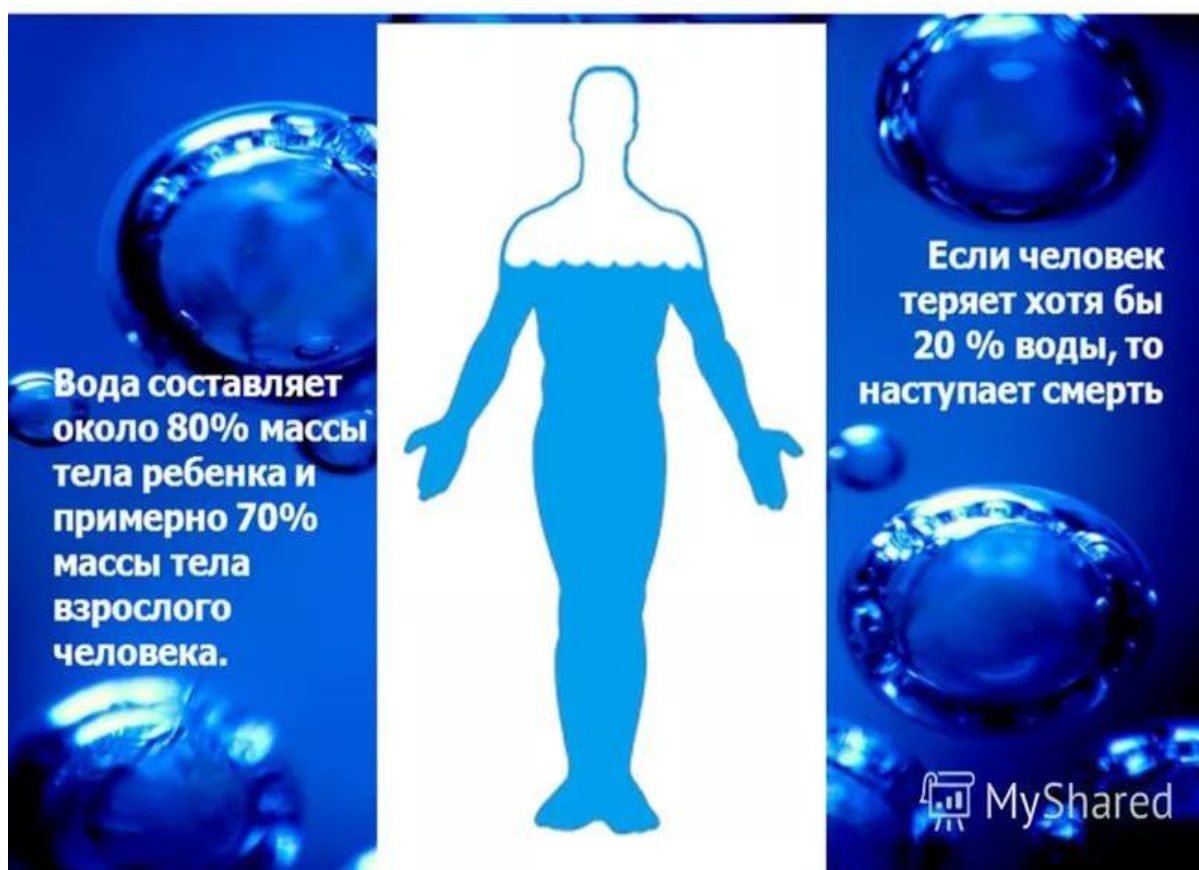
Академик А.П. Карпинский писал, что вода – это не просто минеральное сырье, это не только средство для развития промышленности и сельского хозяйства, вода – это действенный проводник культуры, это та же кровь, которая создает жизнь там, где ее не было.

22 марта в Оскольском политехническом колледже проводилась агитационно-пропагандистская акция: «Чистая вода – залог здоровья», посвященная Дню ВОДЫ в рамках года экологии в России.

Целью акции стало: привлечение внимание молодежи к вопросам сохранения водных ресурсов, повышение информированности студентов о значении воды для сохранения и укрепления здоровья, а также формирование потребности молодежи в здоровом образе жизни.

**Вода – основной компонент структуры нашего организма. Почти на 80% мы состоим из воды. Многие заболевания обусловлены недостатком воды в организме. Даже незначительное обезвоживание негативно сказывается на нашем здоровье. Очень полезно начинать утро со стакана чистой воды. Именно чистая вода омолаживает и оздоравливает наш организм.**

## **ВОДА В ОРГАНИЗМЕ ЧЕЛОВЕКА**



**Регулярное употребление воды в течение дня служит прекрасной профилактикой передания. Пить воду просто необходимо, чтобы поддерживать себя в здоровой и красивой форме. А вот талая вода – чистая и полезная для здоровья, повышает иммунитет и снижает утомляемость, что очень важно для успешной учебной деятельности студента.**



Кроме того, водная среда нашего организма – отражение не только его физического здоровья, но и эмоционального.

## Вода видит, слышит, ощущает!

Структура Воды - это то, как организованы ее молекулы. Молекулы Воды соединяются в группы. Эти группы соединяются в кластеры. Именно кластеры являются своеобразными ячейками памяти, на которые Вода, как на магнитофонную ленту, записывает все, что видит, слышит, ощущает. Знайте! Вода видит, слышит, ощущает!



Вода обладает удивительным свойством - она тонко чувствует настроение человека. Наши поступки, слова и мысли воздействуют на окружающий нас мир!

**ФОТО СТРУКТУРЫ ВОДЫ, СДЕЛАННЫЕ ЯПОНСКИМ ПРОФЕССОРОМ-ИССЛЕДОВАТЕЛЕМ МАСАРУ ЭМОТО ПРИ ВОЗДЕЙСТВИИ НА ВОДУ СЛОВОМ, ЧУВСТВОМ, МЫСЛЮ.**



Вода, которой пели буддийские молитвы



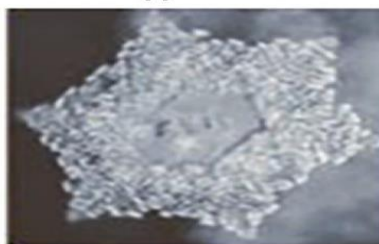
Вода, которой говорили «БЛАГОДАРИЮ ТЕБЯ!»



Вода, которой говорили «НЕНАВИЖУ ТЕБЯ!»



«СВЯТАЯ» ВОДА ИЗ ХРИСТИАНСКОЙ ЦЕРКВИ



Вода, которой говорили «Я ЛЮБЛЮ ТЕБЯ!»



ТАЛАЯ ВОДА

А вот нехватка чистой воды является глобальной проблемой современности, ведь водные ресурсы не безграничны и нельзя бездумно растрачивать пресную воду.

## ВОДА НА ПЛАНЕТЕ.

$\frac{3}{4}$  земной поверхности занимают океаны, моря, озера, реки.

❖ 97 – 98 % приходится на морские воды.

❖ 2 – 3 % - пресные воды:

- 1 % - в жидком состоянии
- 75 % - скованы льдами
- 24 % - подземные воды.



Мы строим свою студенческую жизнь по-новому и поэтому «волонтёры здоровья» из числа студентов каждой группы (старосты и их помощники), а так же члены студенческого самоуправления с интересом ознакомились с представленными врачом-терапевтом ЦМП Крушиновой Инной Михайловной материалами: «Вода – основа жизни» и мастер-классом: «Как правильно из водопроводной воды приготовить талую воду». И теперь «волонтёры здоровья» передадут свои новые знания студентам своих групп.





Во время проведения акции присутствовали сотрудники телерадиокомпании «Приосколье». Видеосюжет о проведении данного мероприятия можно увидеть на сайте «Мир Белогорья».

Очень важно, друзья беречь и рационально использовать воду не только в этот день, а постоянно. Здоровье и жизнь людей напрямую зависят не только от количества и от качества воды, но и тех чувствах, эмоциях и мыслей, которые переживает и думает человек.

