

**Spor yapın!**



**Arkadaşlarınıza  
örnek olun!**



**Problemlerinizi  
yok saymayın, çözmeye  
çalışın, gerekirse büyüklerin-  
izden yardım alın!**



**Biliyorum çocuklar siz sigara içmiyorsunuz.  
Ancak sigara içmeyen ama sigara içilen yer-  
erde bulunan kişilere **pasif içici** denir.**



**Sağlıklı  
beslenin!**





**Stres ile başa çıkmak  
için yöntemler geliştirin!**

**UNUT**

bir kereden

**MAYIN**

bile bir Şey olur




**Sana uzatılan sigaraya bir  
kere "Hayır!" dersin  
daha sonrakilere  
de "Hayır!"  
dersin!**



“Hayır!”  
demeyi öğren!





Bağımlılık  
kişinin bir şeye aşırı  
bağlanmasıdır.

\*

O şey olmadan yaşayamaya-  
cağını düşünen,  
o şey olmadığında aşırı  
mutsuz olan kişi  
bağımlıdır.

# Bağımlılık Nedir?



# öğreninin

# ! Y! zararlarını Sigaranın

# BAĞIMLILIK MÜCADELESİ



## OKUL PANOLARI PROJESİ KULLANIM KILAVUZU

- 1- Pano parçadan bütüne ilkesine göre tasarlanmıştır.
- 2- Parça parça tasarlanmış olup 16 parçadan oluşmuştur.
- 3- Hazırlanan pano yatay şekilde tasarlanmış olup 16 Adet A4 sayfasından oluşmaktadır.
- 4- Her Parça A4 Kağıt (210 mm x 297 mm) ölçülerindedir.
- 5- Pano ölçüleri dıştan dışa (84 cm x 118 cm) ölçülerindedir.
- 6- Tasarım olarak 1-4 arası sayfalar (sıra) ‘‘konu bölümü’’ içerecek nitelikte hazırlanmıştır.
- 7- Tasarım olarak 5-16 arası sayfalar ‘‘içerik bölümü’’ olarak hazırlanmıştır.
- 8- İçerik bölümü görsel tasarım, fotoğraf, resim, çizim, spot yazı ve metinlerden oluşmaktadır.
- 9- Renkli olarak ve dikkat çekici nitelikte hazırlanmasına özen gösterilmiştir.
- 10- Tasarım kolay çıktı alabilmeniz için A4 boyutlarında ve pdf. formatında 16 sayfa şeklinde hazırlanmıştır.
- 11- Renkli olarak çıktı almanız önerilir.
- 12- Okulun en görünür yerlerinde –merdiven iniş çıkışlarının karşısında olmasına özen gösteriniz.
- 13- Ayrıntılı bilgi, pano çalışması ve diğer çalışmalarımız lütfen [altinorduram.meb.k12.tr](http://altinorduram.meb.k12.tr) internet sitemizi ziyaret edebilirsiniz.

**IKKLARLA**

**DELE**



# OKUL PANOLARI PROJESİ

## KULLANIM KILAVUZU

- 1- Pano parçadan bütüne ilkesine göre tasarlanmıştır.
- 2- Parça parça tasarlanmış olup 16 parçadan oluşmuştur.
- 3- Hazırlanan pano yatay şekilde tasarlanmış olup 16 Adet A4 sayfasından oluşmaktadır.
- 4- Her Parça A4 Kağıt (210 mm x 297 mm) ölçülerindedir.
- 5- Pano ölçüleri dıştan dışa (84 cm x 118 cm) ölçülerindedir.
- 6- Tasarım olarak 1-4 arası sayfalar (sadır) "konu bölümü" içerecek nitelikte hazırlanmıştır.
- 7- Tasarım olarak 5-16 arası sayfalar "içerik bölümü" olarak hazırlanmıştır.
- 8- İçerik bölümü görsel tasarım, fotoğraf, resim, çizim, spot yazı ve metinlerden oluşmaktadır.
- 9- Renkli olarak ve dikkat çekici nitelikte hazırlanmasına özen gösterilmiştir.
- 10- Tasarım kolay çıktı alabilmeniz için A4 boyutlarında ve pdf. formatında 16 sayfa şeklinde hazırlanmıştır.
- 11- Renkli olarak çıktı almanız önerilir.
- 12- Okulun en görünür yerlerinde –merdiven iniş çıkışlarının karşısında- olmasına özen gösteriniz.
- 13- Ayrıntılı bilgi, pano çalışması ve diğer çalışmalarımız lütfen [altinorduram.meb.k12.tr](http://altinorduram.meb.k12.tr) internet sitemizi ziyaret edebilirsiniz.

|   |  |   |   |
|---|--|---|---|
|  <b>1</b>  | <b>BAĞIMLILIKLARLA</b><br><b>MÜCADELE</b>  | <b>3</b>  | <b>4</b>  |
|  <b>5</b>  | Sana uzatılan sigaraya bir kere "Hayır!" dersin daha sonrakilerde "Hayır!" dersin!<br><b>6</b> | <b>"Hayır!"</b><br>demeyi öğren!<br><b>7</b>  |  <b>8</b>  |
|  <b>9</b>  | Sigaranın iktizatlarını öğren!<br><b>10</b>  | Bağımlılık kişinin bir şeye aşırı bağlanmasıdır. Şey olmadan yaşayamayacağını düşünen, o şey olmadığında aşırı mutsuz olan kişi bağımlıdır.<br><b>11</b><br>Bağımlılık Nedir? |  <b>12</b> |
|  <b>13</b> | <b>14</b> UTMAY <b>15!</b><br>bir kereden bile bir şey olur.                                   |   |  <b>16</b> |