Odsłuchaj audiobooka na podanej stronie <https://epodreczniki.pl/a/uzywki-czym-sa-i-dlaczego-sa-szkodliwe/DBfMArZu2> .

Po odsłuchaniu audiobooka zastanów się: Czy znasz wokół siebie bliskie Ci osoby, które na co dzień stosują niezdrowe [używki](https://epodreczniki.pl/a/uzywki-czym-sa-i-dlaczego-sa-szkodliwe/DBfMArZu2#DBfMArZu2_pl_main_concept_1)? Czy wiesz, co to są używki? Może nieświadomie sam również je stosujesz? Czy jesteś świadomy, że być może niszczą Twoje zdrowie? Czy masz odpowiednią wiedzę, aby spróbować przekonać osobę stosującą używki do zmiany trybu życia? Jeżeli nie masz takiej wiedzy, czy wiesz gdzie można szukać pomocy?

W zeszycie zapisz temat i odpowiedz na pytanie: Czym są używki i dlaczego są szkodliwe.