

## هل تعلم عن النقاء من السموم

فقرة هل تعلم عن النقاء من السموم للإذاعة المدرسية تكاد تكون هي أساس البرنامج الإذاعي الذي نقدمه لكم اليوم من خلال الطالب:.....

- هل تعلم أن شرب الماء يعتبر العامل الأول لتنقية الجسم من السموم.
- هل تعلم أن تناول الأطعمة التي تحتوي على نسبة كبيرة فيتامين C تساعد على تخليص الجسم من السموم.
- هل تعلم أن ممارسة الرياضة تعمل على تنقية الجسم من السموم بنسبة كبيرة.
- هل تعلم أن الجسم يدخل إليه الكثير من السموم المختلفة خلال اليوم، إلا أن الجهاز المناعي يقوم بالتخلص منها ما دامت بنسبة غير مميتة.

## هل تعلم عن المخدرات

فقرة هل تعلم اليوم نتحدث فيها عن النقاء من السموم حيث نعرض معلومات عن السموم نفسها والتي من أهمها المخدرات، وذلك مع الطالب:-----

- هل تعلم أن الإحصائيات أثبتت أن استهلاك المخدرات المختلفة وصل قيمته إلى ما يزيد عن 300 مليار دولار وذلك على مستوى العالم.
- هل تعلم أن هناك بلدان اقتصادها قائم على بيع تجارة المخدرات.
- هل تعلم أن السموم التي تدخل الجسم ويعتاد عليها تدخل في بند المخدرات التي يصعب التخلص منها.
- هل تعلم أن السموم مثل المخدرات تعتبر سبباً رئيسياً للإصابة بالأمراض الخطيرة مثل السرطانات والأمراض المناعية.
- هل تعلم أنه توجد الكثير من المصحات العلاجية التي تتبع أساليب وبرامج علمية لمساعدة الشخص من تنقية جسمه من السموم.

## هل تعلم عن السموم البيئية

فقرة هل تعلم اليوم نتحدث عن النقاء من السموم البيئية والتي تطرحها على مسامعكم الطالبة:-----

- هل تعلم أن استخدام مصادر الطاقة الطبيعية يعمل على تقليل نسبة السموم البيئية الناتجة عن المصادر الصناعية.
- هل تعلم أن التدخين يندرج تحت قائمة السموم البيئية.

- هل تعلم أن الحرائق سواءً التي تحدث بشكل طبيعي أو مُفتعلة تعتبر من السموم البيئية وتزيد من نسبة الانبعاثات الكربونية.

### هل تعلم عن السموم الغذائية

نتناول من خلال فقرة هل تعلم كافة المعلومات القيمة عن السموم الغذائية مع الطالب:-----

- هل تعلم أن السموم التي تأتي عن طريق الغذاء تكون فطرية أو بكتيرية.
- هل تعلم أن كثير من السموم الغذائية لا يتم اكتشافها إلا بعد مرور فترة طويلة، وذلك لأن تأثيرها يكون تراكمي.