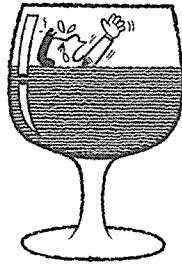


대학생의 음주 문제 예방을 위한 학생 단체의 활동



대학생의 음주 문화를 개선시키기 위해서는 학교 내 규칙도 강화되어야 하겠지만 우선적으로 대학생 스스로가 자발적인 건전 음주 운동을 펴 나가야 할 것이다.

최근 중앙대에서는 총학생회와 한국대학생알코올문제예방협회 주관으로 건전한 음주 문화를 정착시키기 위한 다양한 행사를 개최한 바 있다.

이때 소개된 행사로는 무알코올 칵테일을 메뉴로 한 '수상칵테일 바'가 설치되어 학생들로부터 호응을 얻은 바 있고, 술을 마시지 않고도 취한 기분을 낼 수 있는 '페이탈 비전(fatal vision)'이라는 특수 안경을 이용, 알코올이 신체에 미치는 영향을 체험하는 행사도 선보인 바 있다. 그리고 흥익대와 성균관대는 소비적이고 퇴폐적인 학교 주변 거리를 정확한 사례가 있다.

앞으로 술 마실 기회가 있을 경우 최소한 몇 가지만이라도 지켜 대학생 시기의 몸과 마음을 건강하게 유지하도록 해야 할 것이다. 대

학생 시기에 건강한 생활을 위해 지켜야 할 청년 음주 십계명은 다음과 같다.

* 청년 음주 십계명 *

1. 지금까지 안 마셨다면 평생 술 마시는 것을 시작하지 않는다.
2. 원하지 않는 술자리에 가야 한다면 "아니(NO)"라고 거절한다.
3. 자신에게 알맞는 음주량을 알고 그 이상을 마시지 않는다.
4. 한번 마시면 반드시 며칠간은 마시지 않는다.
5. 다른 음식을 충분히 섭취하면서 마신다.
6. 웃으면서 함께 천천히 대화하면서 마신다.

7. 모임에서는 술과 함께 다른 음료를 준비하며, 후배나 친구에게 술을 강요하지 않는다.

8. 반드시 1차에서 끝낸다.

9. 다른 약을 먹을 때는 술을 마시지 않는다.

10. 가능하면 술을 끊는다.

< 3월의 주요 절주행사 >

◎ 주요 행사

▣ 대한보건협회 : 넷째 주 금요일을 절주의 날로 선포하고 YMCA에서 강연회

▣ 대학생 절주 운동 동아리 바커스 : 비디오 제작 및 신입생 오리엔테이션에서 상영(중앙대, 상지대 등), 강연회, 음반 제작 및 배포 등

▣ 인터넷(건강길라잡이 홈페이지)을 통해 각 대학의 대학생 절주 운동 소개 및 상담 요청 접수 **72**