





Zapamiętaj








Uzależnienie to nieodparta potrzeba przyjmowania jakiejś substancji, tzw. używki, bądź wykonywania jakiejś czynności.

Używkami są np.:

-  papierosy
-  alkohol
-  narkotyki
-  dopalacze

Uzależnić można się również od:

-  korzystania z telefonu
-  zakupów
-  grania w gry
-  hazardu
-  pracy

