

5 причин для курения

Курю сегодня,
потому что
курил вчера

Чтобы
поддержать
компанию

Подражание
некоторым
знаменитостям

Чтобы
казаться
взрослее

Недоверие
к фактам
медицины



Если ты Человек разумный
(Homo sapiens) —

не дыми!

**«Табак приносит вред телу,
разрушает разум, отупляет
целые нации»**

Оноре де Бальзак



Lyli Mari

Вроде симпатичная девчонка,
Вроде вовсе не глупа...
Только... Что это? Она в сторонке
Сигарету нервно подождала.

Затянулась, быстро озираясь,
«Не спалили!»- с выдохом звучит.
Может, её мама не узнает...
Но узнают дяденьки врачи...

Двадцать леи ей стукнуло вчера...
Парень есть, кольцо ей подарил...
Только доктор злой уже с утра
Лёгкое одно ей удалил...

Год прошёл (ведь бросила уже,
И не курит целый год, нельзя)
Вышла замуж...Радостно душе,
У неё дочурка родилась...

Но не долго длилось счастье то,
И в слезах девчонка та сидит;
Дочке пять дней отроду всего,
А вот сердце у неё уже болит...

Составитель: ПУ №68, Горный
<http://gorniyru68.ucoz.ru>

**Для Вас, поколение
NEXT!
Вся правда
о курении**



**Правда- наилучшая под-
держка человеку на его
жизненном пути.**

Каждый это должен помнить !!!

- 1. 20 выкуренных ежедневно сигарет сокращают жизнь на 8-10 лет**
- 2. Каждая выкуренная сигарета стоит курильщику 15 минут жизни**
- 3. От курения умирает каждый пятый. В России от курения умирает 100 000 человек**
- 4. Курение с 12 лет делает весьма вероятным развитие рака лёгких к 40 годам**
- 5. От курения женщины страдают намного больше, нежели мужчины, из-за более нежной структуры организма, самой природой предназначенной для продолжения рода**



№	Ты куришь? Значит, это твоё будущее...	Когда ты бросишь курить...
1	От курения станет хриплым голос	Через 20 минут-артериальное давление
2	Постепенно почернеют, испортятся зубы	Через 8 часов-нормализуется содержание кислорода в крови
3	Кожа лица приобретёт землистый оттенок	Через 2 суток-усилится способность ощущать вкус и запах
4	Запах изо рта курильщика неприятен	Через неделю— улучшится цвет лица, исчезнет неприятный запах от кожи, волос
5	Появятся головные боли и горечь во рту	Через месяц-станет легче дышать, покинут утомление, головная боль, особенно по
6	Число заболеваний увеличится в 4 раза	Через полгода-пульс станет реже, почувствуете желание физических нагрузок
7	Постоянное недомогание превратит жизнь в тягостное пребывание	Через 1 год-риск развития коронарной болезни сердца по сравнению с курильщиками снизится в 2 раза
8	Резко пострадает обоняние, ухудшатся вкусовые качества	Через 5 лет-резко уменьшится вероятность умереть от рака лёгких по сравнению с теми, кто выкуривает пачку в день