

# «Рука

ПОЗНАВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА КО ДНЮ ОТКАЗА ОТ  
КУРЕНИЯ

# ПОМОЩИ»



«Нижнесеребрянский



# **19 ноября 2020 года – День отказа от курения**

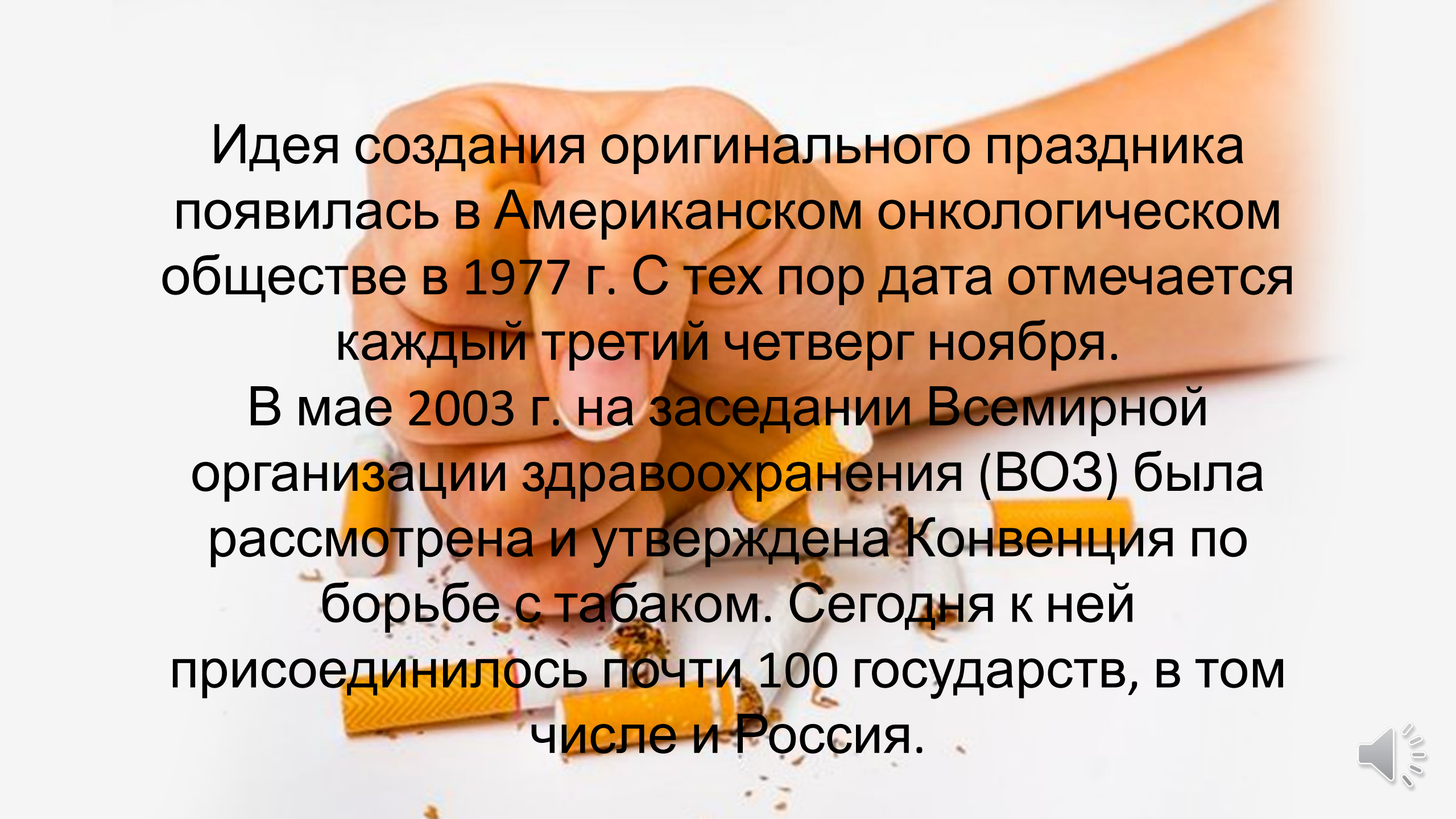
Каждый третий четверг ноября в мире отмечают День отказа от курения. Праздник учреждён в 1977 г. по инициативе Американского онкологического общества. В этот день не проводят концертов и не принято поздравлять друг друга. Цель торжества: борьба со смертельным врагом – табакокурением.



На вопрос, почему вы не бросили курить, зависимые люди отвечают: «нет повода или соответствующей компании». На самом деле, это сильная привычка, которая забирает время, деньги, свободу и здоровье. Побороть зависимость от курения очень сложно для многих, и День отказа от табака или других курительных составов учрежден для того, чтобы помочь сделать первый шаг.

люди помочь сделать первый шаг:  
курительных составов учрежден для того,



A close-up photograph of a hand crushing several cigarettes. The hand is positioned in the center, with fingers firmly gripping and breaking apart the yellow-wrapped cigarettes. The background is a plain, light-colored surface, possibly a table, where the crushed cigarette butts and ash are scattered. The lighting is bright, highlighting the texture of the hand and the details of the crushed cigarettes.

Идея создания оригинального праздника появилась в Американском онкологическом обществе в 1977 г. С тех пор дата отмечается каждый третий четверг ноября.

В мае 2003 г. на заседании Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) была рассмотрена и утверждена Конвенция по борьбе с табаком. Сегодня к ней присоединилось почти 100 государств, в том числе и Россия.



Данные Всемирной Организации Здравоохранения показывают печальную статистику:

1. Курение вызывает смерть в большинстве случаев: онкология – 90 %, хронический бронхит – 75 %, ишемия – 25 %.
2. Выкуривая в день по одной пачке, за 30 лет курильщик пропускает через свои лёгкие не менее 150 кг никотина и не погибает только из-за того, что вводит его маленькими дозами.
3. Каждые 6 сек. от сигарет на Земле гибнет 1 человек.
4. В России 63 % мужчин и 25 % женщин подвержены опасной привычке, что является одним из максимальных показателей на планете.
5. Наркозависимость, СПИД, ДТП и самоубийства за год убивают меньше, чем сигареты.
6. Из всего населения Земли насчитывается 1 млрд курильщиков.
7. Жизнь курящего человека в среднем на 10-15 лет короче, чем не курящего.
8. За каждые 10 лет с сигаретой курящий россиянин «прокуривает» новый автомобиль среднего класса.

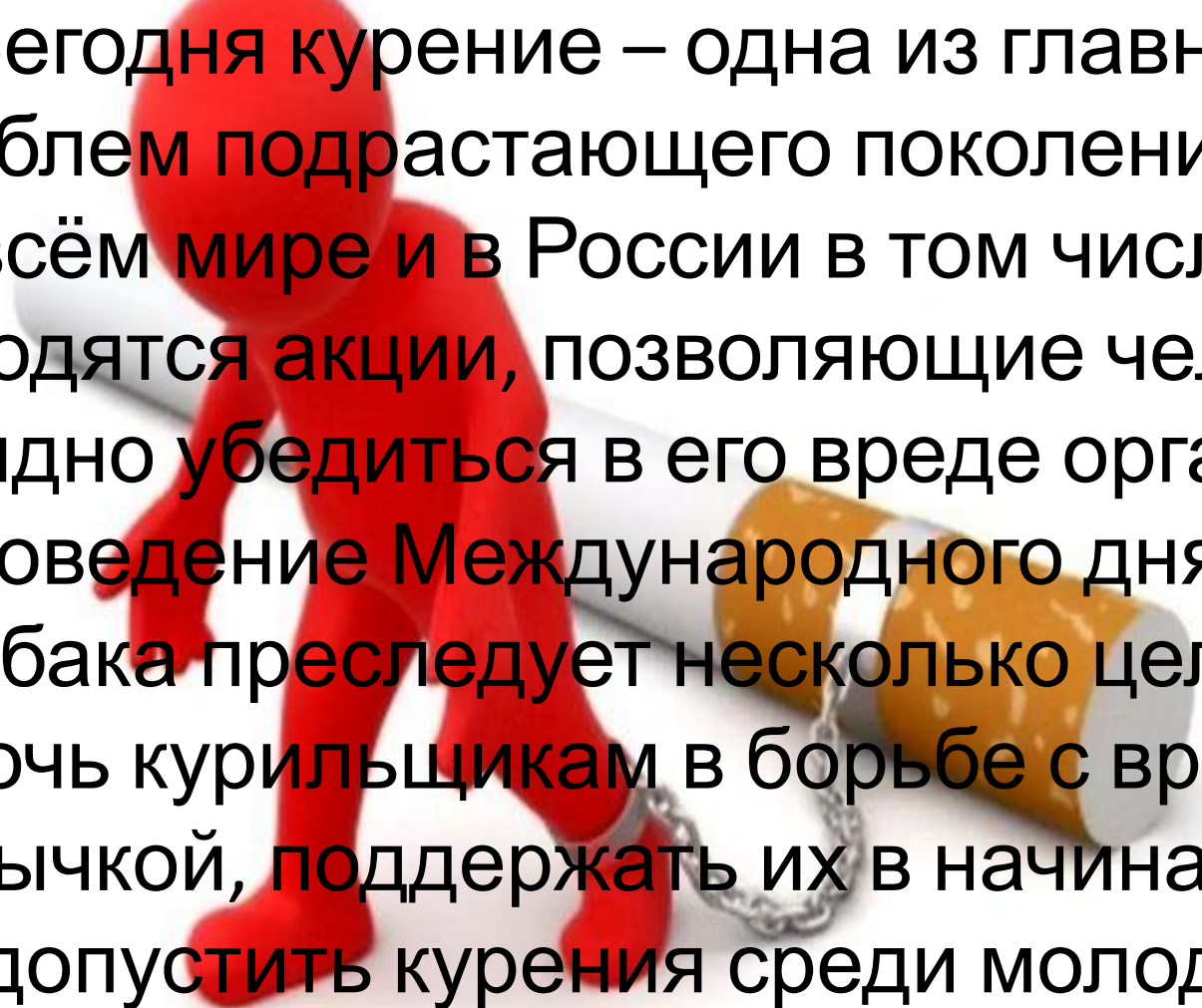


**ТВОЯ ЖИЗНЬ**



**Статистика показывает:  
после того как в России  
введён ФЗ «Об ограничении  
курения табака», число  
НИКОТИНОЗАВИСИМЫХ  
постепенно снижается.**



A red 3D figure of a person is shown from the side, wearing silver handcuffs on their wrists. The figure is standing on a white surface. To the right of the figure, a cigarette with a yellow filter and a white end is broken in two. The background is white.

Сегодня курение – одна из главных проблем подрастающего поколения. Во всём мире и в России в том числе, проводятся акции, позволяющие человеку наглядно убедиться в его вреде организму. Проведение Международного дня без табака преследует несколько целей: помочь курильщикам в борьбе с вредной привычкой, поддержать их в начинаниях и не допустить курения среди молодёжи, особенно несовершеннолетних.





Пусть будет чистым небо,  
воздух и лёгкие! Желаем  
насладиться каждым моментом  
счастливой жизни без никотина!  
Желаем всегда находить много  
нового, интересного и  
увлекательного. Стремиться к  
открытиям и незабываемым  
впечатлениям, и больше  
никогда не становиться  
заложником ядовитого дыма,  
дурманящего, отравляющего  
твою голову и разум. С  
Международным днём отказа  
от курения!

