

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ
без ТАБАКА



***Последний день весны –
ДЕНЬ без ТАБАКА***

31

М

А

Я

31

М

А

Я



Чуртанская сельская библиотека

2020 г.



Инициатором события в 1987 году стала Всемирная Организация Здравоохранения, которая активно борется с никотиновой зависимостью курящих людей.

Именно в этот день можно сделать первый шаг на пути к отказу от никотиновой зависимости.



31 мая

"Всемирный день без табака"

Мы хотим Вам предложить
Без куренья жизнь прожить.
Быть здоровым так легко:
Соки пить и молоко,

Заниматься физкультурой,
Музыкой, литературой,
Жить, мечтать, творить, любить
И, конечно, не курить.



**Словно трубы не дымите,
Мы Вас просим: НЕ КУРИТЕ!!!**

Курение до добра не доведет.



курить вредно



Не кури



***курение вредит
организму.***



КУРИТЬ ВСЕГДА вредно!

Курение вредит
здоровью практически
всего организма, резко
снижая качество и
продолжительность
ЖИЗНИ.



**ДЕНЬ
КОГДА
ПОРА
БРОСАТЬ**



31

М

А

Я

Из чего состоит табак



В табачном дыме содержится более 4000 химических соединений, а также несколько сотен ядов: никотин, бензапирен, цианид, мышьяк, формальдегид, углекислый газ, окись углерода, синильная кислота...

Никотин по своей ядовитости равен синильной кислоте.

31 мая – всемирный день

БЕЗ ТАБАКА

Мамы и папы,
Бабушки и дедушки,
Юноши и девушки,
И даже малыши!

Мы хотим Вам предложить
Без куренья жизнь прожить.
Быть здоровым так легко:
Соки пить и молоко,

Заниматься физкультурой,
Музыкой, литературой,
Жить, мечтать, творить, любить
И, конечно, не курить.
Словно трубы не дымите,
Мы Вас просим: НЕ КУРИТЕ!!!

Аргументы против курения

1. Курение приводит к неизлечимым болезням.
2. Курение разрушает организм.
3. Курение снижает физическую активность.
4. Курение портит цвет кожи
5. Никотин забирает свободу, человек становится его рабом



ТАБАК И БОЛЕЗНИ СЕРДЦА

ТАБАК



ГУБИТ

СЕРДЦЕ





У ТЕБЯ
ЕСТЬ
ВЫБОР

Дети
семья
Карьера
спорт
История

милосердие
Наука
Любовь
друзья
мир
жизнь
Искусство

Музыка

красота
добро
благотворительность

ВРЕМЯ
БРОСИТЬ
КУРИТЬ!



В 21 ВЕКЕ
КУРИТЬ
НЕ МОДНО!

Международный день



Я НЕ КУРЮ!

И ЭТО МНЕ ПРАВИТСЯ!

отказа от курения



Пословицы о вреде курения

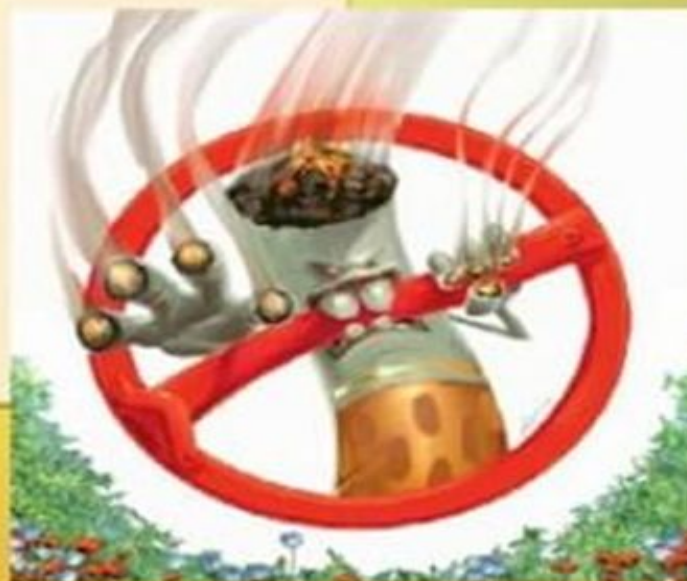
- Один курит, а весь дом болеет.
- Курить много табака- поубавится ума.
- Курить- здоровью вредить.
- Кто табачье зелье любит- тот сам себя губит.
- Заядлого курильщика муха крылом перешибёт.
- Хочешь жить- умей дышать.



Всемирный день без табака!
Стоять! Сигарету брось!
Кругом из дыма облака.
Курящих развелось.

Давайте мир от табака
Избавим поскорей.
Ведь будет жизнь без сигарет
И чище и светлей.

Остановитесь, господа!
Подумайте! зачем?!
Избавим наши города
От табака совсем!



31
М
А
Я

An aerial photograph of a coastal landscape. The top half shows a vast green field with a network of small, light-colored paths or drainage lines. A river or stream flows through the center, separating the upper field from a sandy beach and the ocean below. The bottom half shows a large, dark green forested area with similar drainage patterns, situated near the water's edge. The entire image is framed with a white border and a grey, torn-paper-like background.

**Берегите себя и будьте
здоровы!**