



Скажем сигарете:

“НЕТ!”

Umm... *(writing on a chalkboard)*



Umm... *(writing on a chalkboard)*

**Кроха-сын пришел  
к отцу  
И спросила кроха:  
«Если я курить  
начну –  
Это очень плохо?»»**



Видимо в врасплох застал  
Сын отца вопросом  
Папа быстро с кресла встал,  
Бросил папиросу  
И сказал отец тогда,  
Глядя сыну в очи:  
«Да, сынок, курить табак  
Это плохо очень»



Сын услышав тот ответ

Снова вопрошает

«Ты ведь куришь много лет

И не умираешь?»»

«Закурил я с юных лет, чтоб казаться взрослым,

Ну, а стал от сигарет

Меньше нормы ростом.



Я уже не побегу  
За тобой вприпрыжку,  
Бегать быстро не могу  
Мучаетодышка.  
Сердце, легкие больны  
В этом нетсомнения.  
Я здоровьем заплатил  
За свое куренье.





Никотин - опасный яд  
Сердце поражает  
А смола от сигарет  
В бронхах оседает  
Я бросал курить раз 5,  
Может быть и боле,  
Да беда, курю опять -  
Не хватает воли»



*«Ты мой папа, я – твой  
сын,  
Справимся с бедою.  
Ты бросал курить  
один,  
А теперь нас двое.  
Я и мама не хотим  
Мы курить пассивно  
К нам ведь тоже  
никотин  
Попадает с дымом*



И семейный наш бюджет  
Станет побогаче.  
Купим мне велосипед,  
Чтоб гонять на даче»





***«Ну и кроха! Вот так  
сын –  
Хитрован ужасный.  
Все проблемы враз  
решил,  
Ладно, я согласный.  
Но условия, скорей,  
Я тоже выдвигаю –  
Ты и пробовать не  
смей.»***

# ФАКТЫ

 90 % умерших от рака, курили.

 75% умерших от хронических заболеваний лёгких, курили.

 25% умерших от ишемической болезни сердца, курили.

 Табачный дым в 4 раза более загрязнён токсичными веществами по сравнению с выхлопными газами автомобиля.

- Если человек начал курить в 15 лет, продолжительность его жизни уменьшается более чем на 8 лет. Начавшие курить до 15 лет, в 5 раз чаще умирают от рака, чем те, кто начал курить после 25 лет.

- Уровень смертности детей при родах у курящих матерей в среднем выше на 30%, чем у не курящих.

- Курение во время беременности повышает риск мертворождения, а также число врождённых дефектов у ребёнка.

- Выкуривая 20 сигарет в день, человек дышит воздухом, загрязнённость которого в 580-1100 раз превышает санитарные нормы.



# Игра «Что здесь зашифровано?»

- акшлеь
- дыокша
- неболиз асдцер
- сартгги
- акр егликх
- яарння мресть
- ваилднетюсь
- ракисе
- ыщормин
- Кашель
- Одышка
- Болезни сердца
- Гастрит
- Рак лёгких
- Ранняя смерть
- Инвалидность
- Кариес
- Морщины

# "Сердце курильщика"



## Задача

Сердце нормально тренированного человека бьётся с частотой 70 ударов в минуту.

Сердце курящего вынуждено делать на 5-10 ударов в минуту больше. Сколько дополнительных ударов приходится сделать сердцу курильщика за сутки?



**Курение может испортить здоровье и карьеру.  
Всё больше предпринимателей отказываются принимать  
на работу курящих.  
В США 35 миллионов, а в Англии более 8 миллионов  
человек бросили курить.**

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

