

# **Всемирный день отказа от курения**

**Бросьте  
курить  
немедленно !!!**



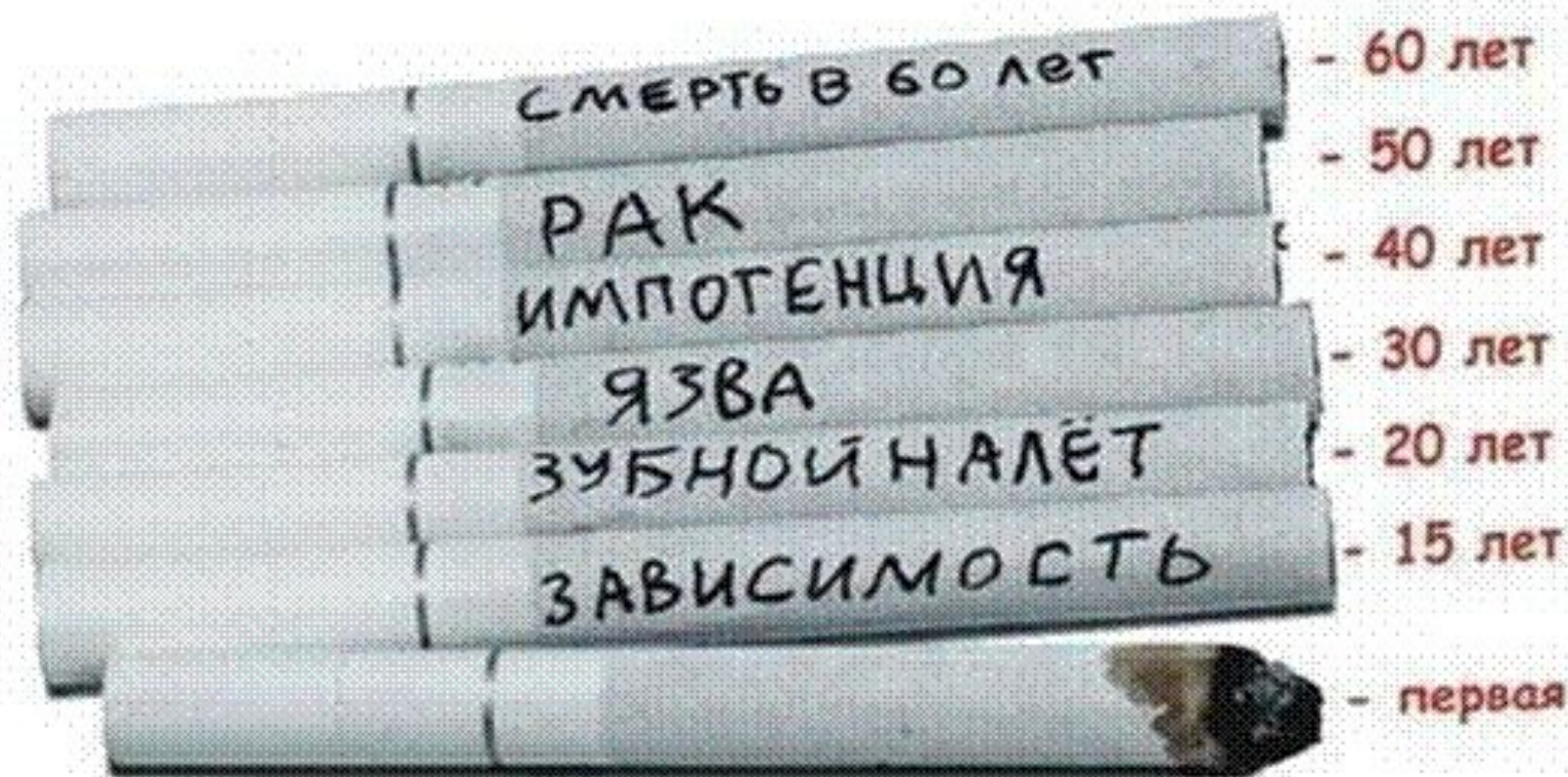
# ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ:

- познакомить учащихся с данными статистики и тем, какой вред здоровью может принести курение;
- пропагандировать здоровый образ жизни,
- сформировать правила противостояния групповому давлению и неприятия данного психоактивного вещества.

# Курение – это наркотическая зависимость







УВЛЕКАТЕЛЬНАЯ ЖИЗНЬ?

Организм быстрее стареет



**ПРЕЖДЕВРЕМЕННОЕ  
СТАРЕНИЕ**

**Курение приводит к хроническим  
воспалительным заболеваниям легких.**



**ЛЁГКИЕ КУРИЛЬЩИКА ПОДОБНЫ ГУБКЕ,  
ПОЛНОЙ КАНЦЕРОГЕННЫХ СМОЛ**

Курение — причина рака легких, бронхита, эмфиземы.  
Курение сокращает жизнь на 10-15 лет!

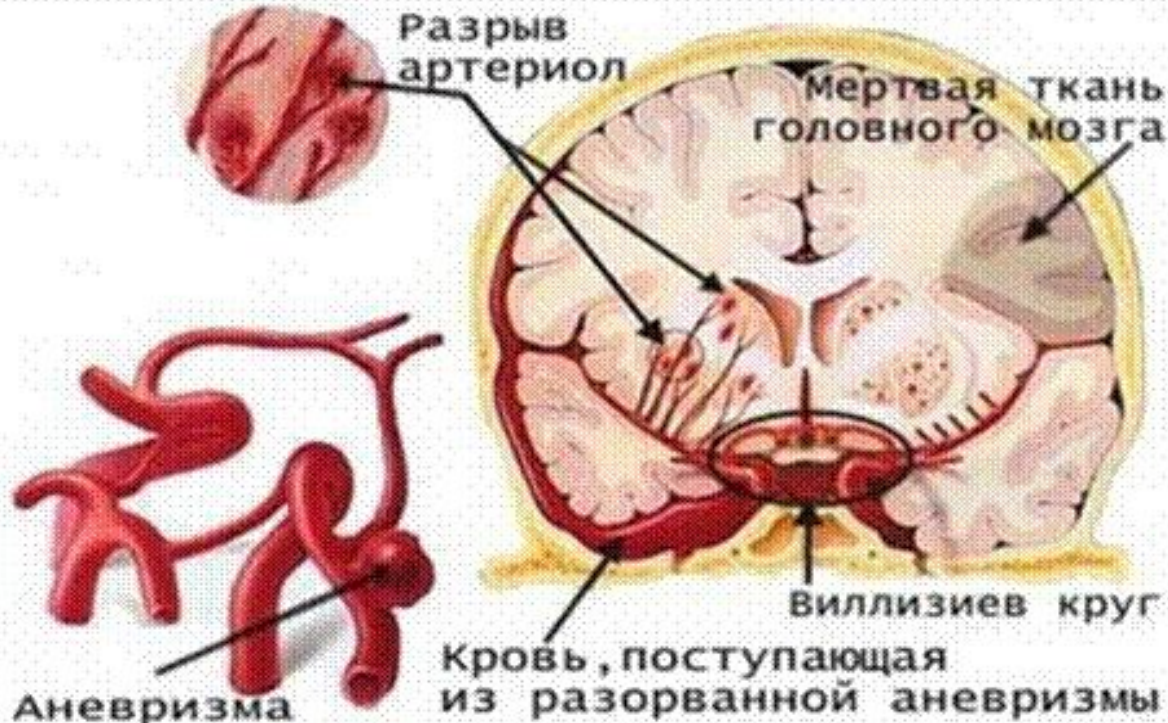
**БРОСЬ КУРИТЬ СЕГОДНЯ!**



КОМИССИЯ ПО ЗДРАВООХРАНЕНИЮ И  
ОХРАНЕ ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ  
МОСКОВСКОЙ ГОРОДСКОЙ ДУМЫ



У курильщиков чаще развивается язва желудка, псориаз, инсульт и инфаркт миокарда.



**Схема инсульта**

**АЛКОГОЛЬ  
+ ТАБАК**



**УСКОРЕННАЯ И  
ВЕРНАЯ СМЕРТЬ**



# Курение медленно, но верно разрушает весь организм человека

имидж № 4



Курение вызывает  
**болезни сосудов**

# Курение опасно для будущего ПОТОМСТВА



**ОПАСНОСТЬ**



**ВЫБИРАЙ**  
что для тебя важнее

# Позитивные изменения при отказе от курения



**Барсики  
уходят изо рта**

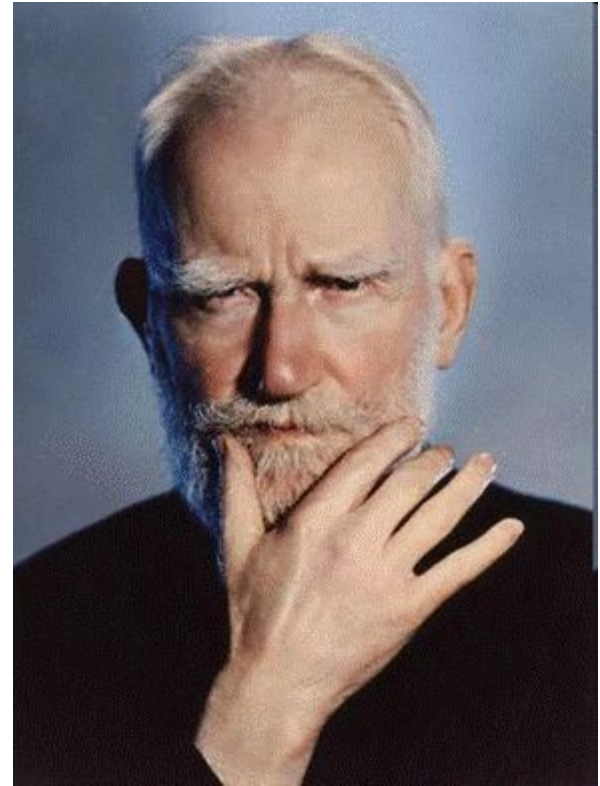
Так и должно быть  
Если ты бросил курить

[www.takzdorovo.ru](http://www.takzdorovo.ru)  
8 800 200 0 200



# Бернард Шоу, английский драматург

«Сигарета – это бикфордов шнур, на одном конце которого огонёк, а на другом – ДУРАК!»





# Курильщик – это наркоман. Бросить курить сложно, но можно

- 1. Прежде всего, психологически подготовьтесь к отказу от курения.



Больше бывай на свежем воздухе

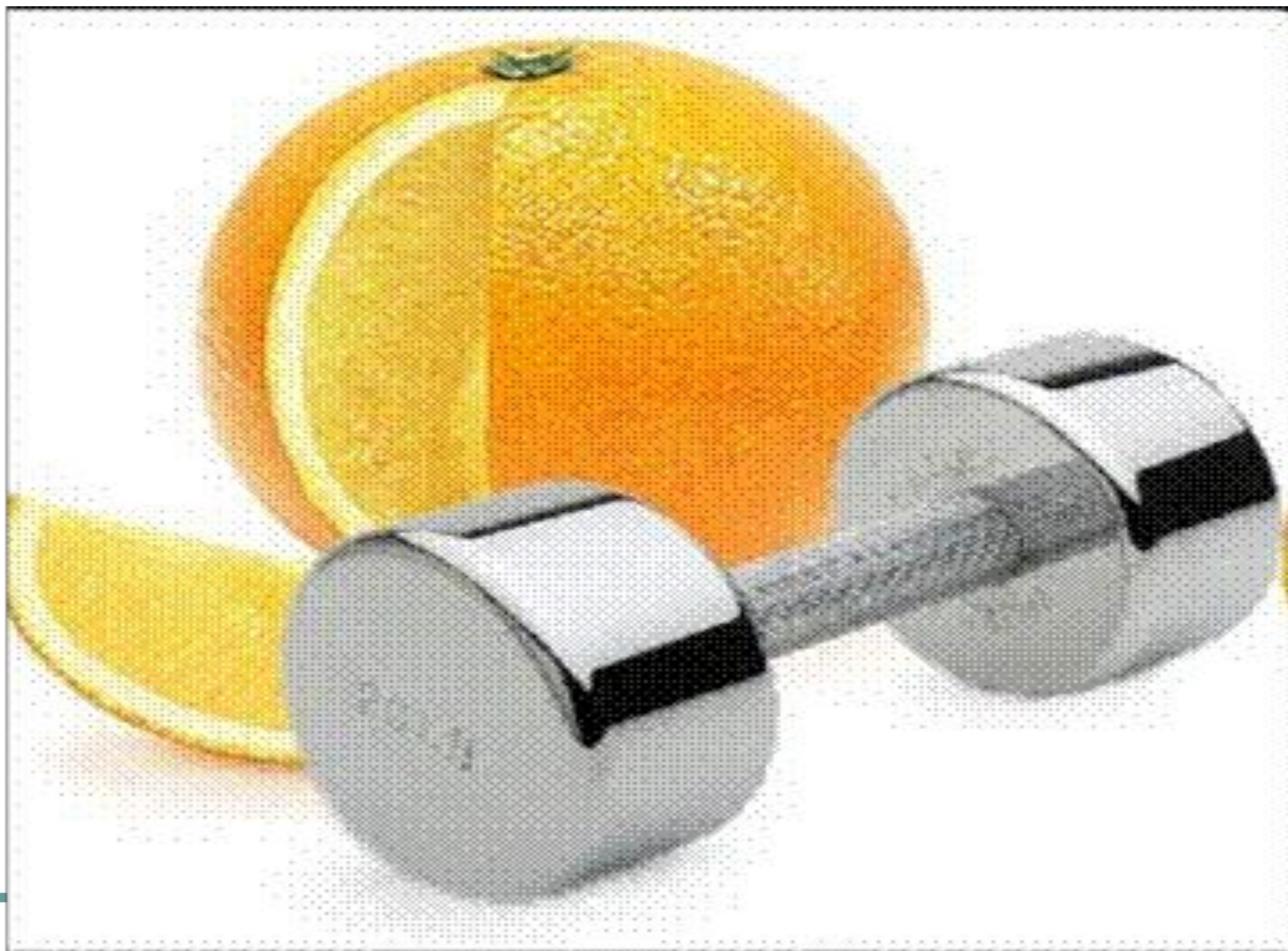




**Никогда не возвращайтесь к пагубным привычкам!**



Занимайся спортом и веди  
здоровый образ жизни!!!



Жизнь прекрасна и второй такой  
не будет!!!



**МЫ ЗА  
ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!**



ЭФФЕКТ ТОТ ЖЕ - МУЧЕНИЙ МЕНЬШЕ.