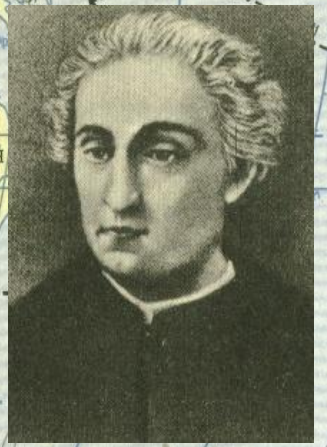
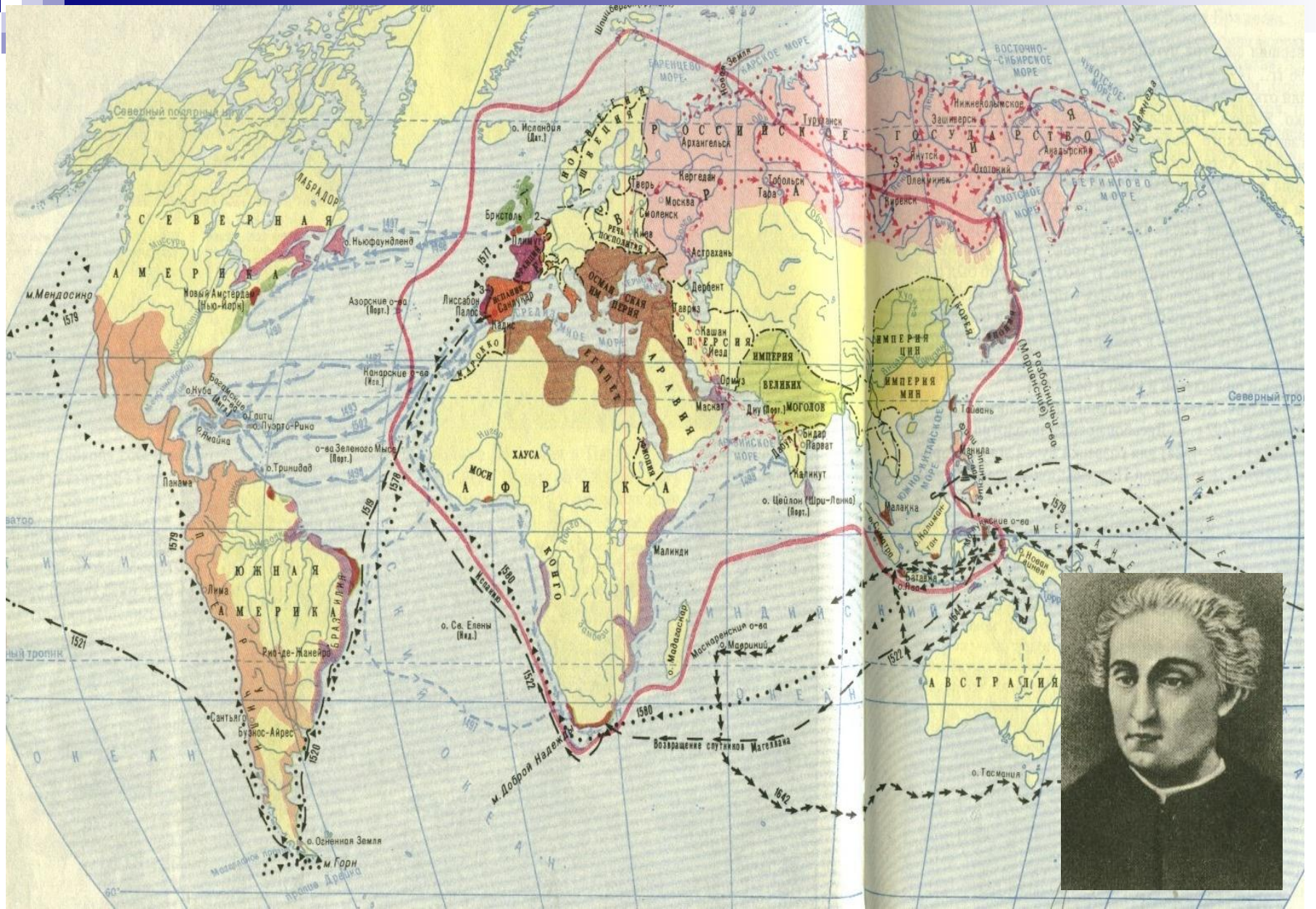




# *Курение и твоё здоровье*

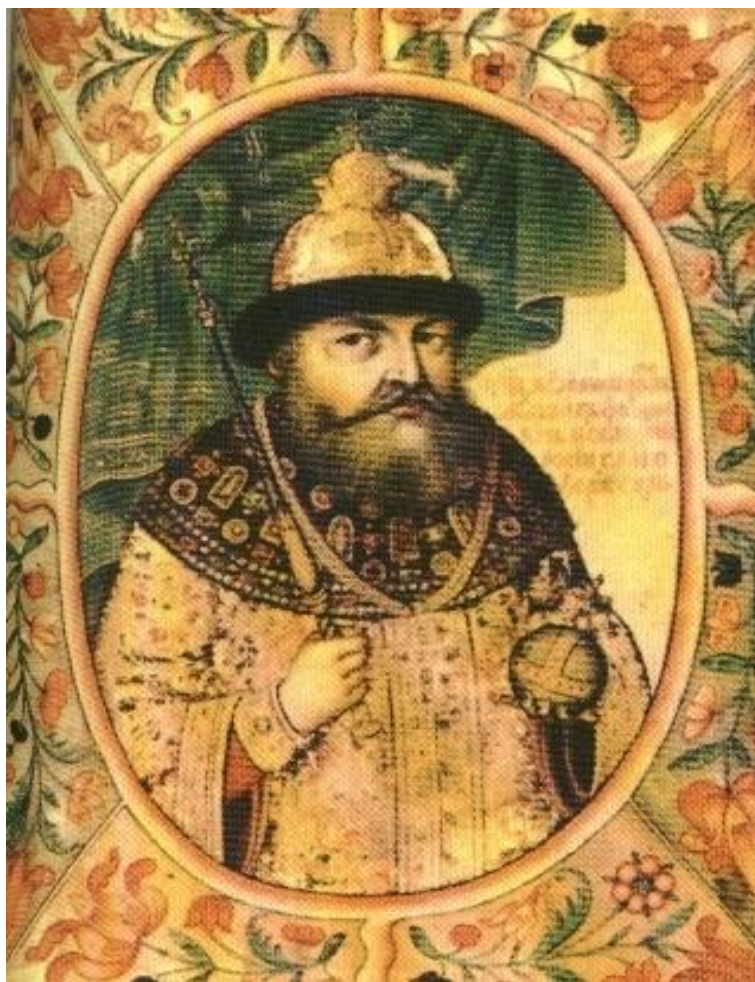






## **Никотин.**


Когда куритель закуривает, его легкие заполняются дымом. Содержащийся в табачном дыме никотин поступает в кровь. В результате нагрузка на сердце увеличивается. Так число сердечных сокращений в сутки у курящего человека на 15-20 тысяч больше, чем у



Романов Михаил  
Федорович  
(1596-1645)



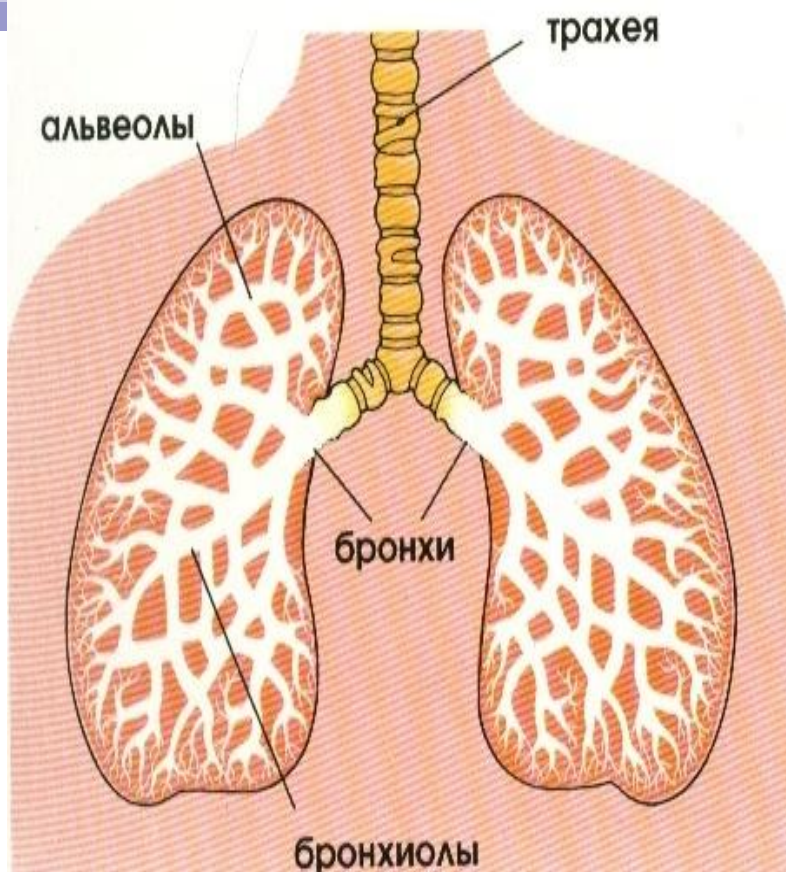
Царь Петр I



Привычка - то, к чему быстро привыкаешь и без чего потом бывает трудно обойтись.

- **Полезные:** заниматься спортом, почитание старших, чтение книг, вовремя ложиться спать, быть вежливым, не грубить, не обижать слабых, делать добро и. т. д.
- **Вредные:** плевать на пол, ковырять в носу, курить, лениться, делать все не вовремя и другие.





1. Тебе нравится, если девушка курит?
2. Хотел бы ты, чтобы твоя будущая жена курила?
3. Тебе нравится, если мальчик курит?
4. Хотела бы ты, чтобы твой муж курил?

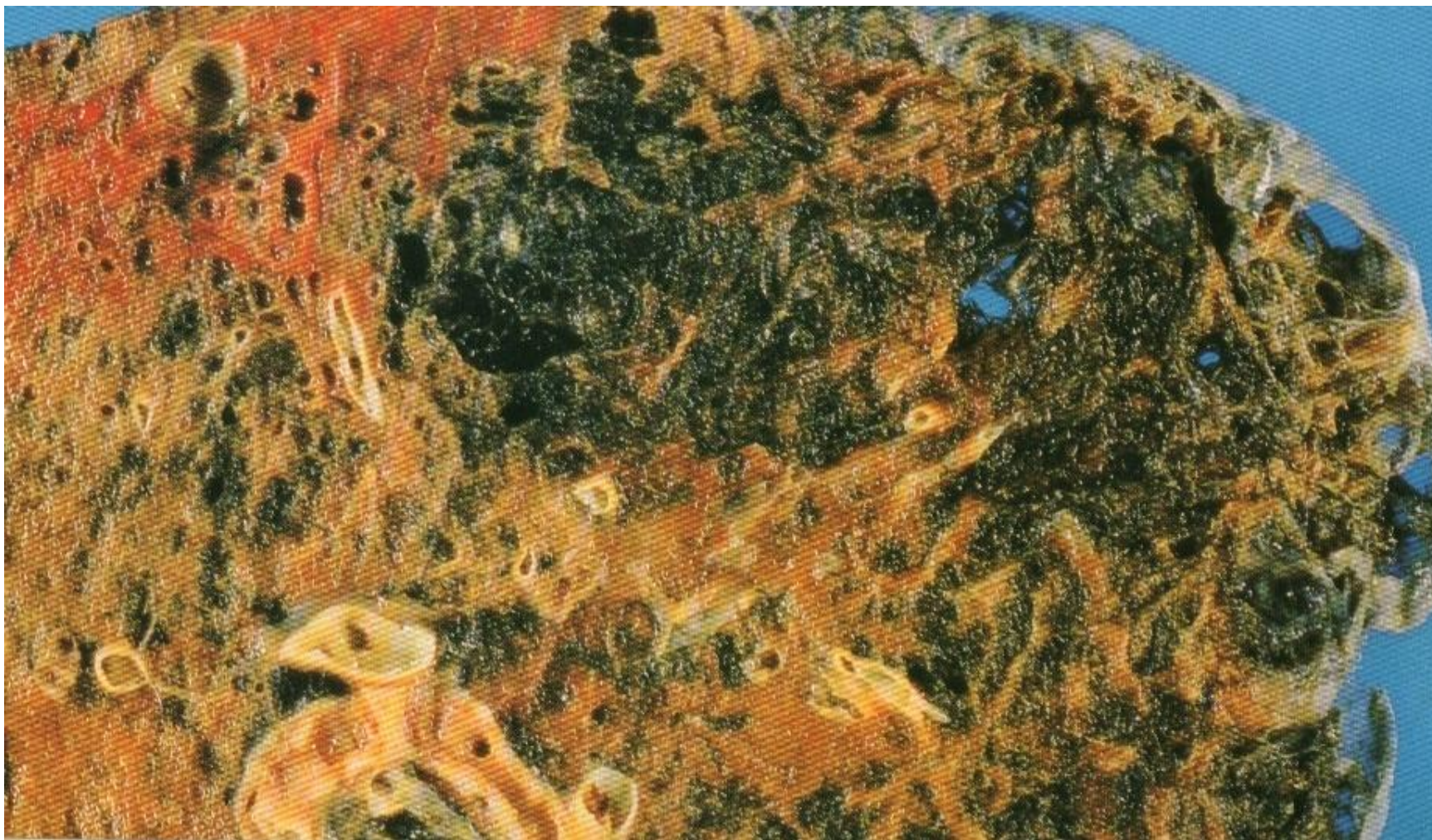


**Ежегодно от курения погибает больше людей, чем ты видишь на этой фотографии.**

- 1 сигарета сокращает жизнь на 15 мин;
- 1 пачка сигарет – на 5 часов;
- кто курит 1 год, теряет 3 месяца жизни,
- кто курит 4 года – теряет 1 год жизни,
- кто курит 20 лет – 5 лет,
- кто курит 40 лет – 10 лет



Пораженный участок легкого курильщика.  
Надо ли начинать?







**США** – штраф до 3000 долларов,

**Италия** – штраф 125 долларов,

**Англия** – на деньги,

заплаченные в качестве

штрафа, можно купить

подержанный автомобиль.

**Франция** – огромные суммы

штрафов.

**Япония** – запрещено курить в

общественных местах под

Денег, потраченных в течение полугода на покупку ежедневной пачки сигарет, хватило бы на то, чтобы





**Сделай правильный выбор!  
Будущее - в твоих руках!**

