

Презентация к беседе о здоровом образе жизни

КУРИЛЬЩИК- САМ СЕБЕ МОГИЛЬЩИК

ПОДГОТОВИЛА:ВОСПИТАТЕЛЬ 10КЛ.

ЕРЫГИНА Ю.Е.

КУРЕНИЕ СОКРАЩАЕТ ЖИЗНЬ

ЖИЗНЬ

курильщика

Сокращается

в среднем

на 6 лет



КУРЕНИЕ ДОБАВЛЯЕТ БОЛЕЗНИ

Курильщи
ки в 10 раз
чаще
умирают
от рака,
инфаркта
и язвы
желудка



В ТАБАКЕ СОДЕРЖИТСЯ 1200 ВРЕДНЫХ ВЕЩЕСТВ

Одна затяжка – и это у вас в легких!

Подумайте!

Вдыхание бутана вызывает
удушье и сердечную аритмию

Кадмий



Соединения кадмия ядовиты. Особенно опасным случаем является вдыхание паров его оксида (CdO). Вдыхание в течение 1 минуты воздуха с содержанием 2,5 г/м³ окиси кадмия, или 30 секунд при концентрации 5 г/м³ является смертельным.

Бутан

Угарный газ

Гексамин

Его применение в больших дозах может вызвать раздражение желудка или мочевого пузыря.

Клей

Аммоний



Никотин

Никотин чрезвычайно токсичен для насекомых и теплокровных животных. Действует как нейротоксин, вызывая паралич нервной системы (остановка дыхания, прекращение сердечной деятельности, смерть). Средняя летальная доза для человека — 0,5–1 мг/кг.

Бумага

Метанол

Метанол — яд, действующий на нервную и сосудистую системы. Прием внутрь 5–10 мл метанола приводит к тяжелому отравлению, а 30 граммов и более — к смерти.

Метан



Мышьяк

Мышьяк и все его соединения смертельно ядовиты. Смертельная доза мышьяка составляет 50–170 мг (1,4 мг/кг веса).



КУРЕНИЕ ОТНИМАЕТ ВАШИ ДЕНЬГИ

Посчитайте,
сколько денег
вы тратите на
сигареты:
-за день?
-за месяц?
-за год?
-Сколько вы
уже
потратили на
эту
привычку?
-Сколько вам
еще
предстоит
потратить?



ОТ КУРЕНИЯ СТРАДАЮТ ОКРУЖАЮЩИЕ

Больше половины вредных веществ
попадают в воздух
которым дышат
окружающие



КУРЕНИЕ МЕШАЕТ РАБОТЕ

Многие
компании
и не
берут на
работу
куриль
щиков



КУРЕНИЕ СТАНОВИТСЯ ПРИЧИНОЙ ПОЖАРОВ



КУРЕНИЕ НЕ МОДНО

Сейчас в моде гладкая кожа, белоснежные зубы,
здоровый вид



WARNING:
Cigarettes cause cancer.



**БРОСИТЬ
КУРИТЬ
МНЕ ПОМОГ**
ХРОНИЧЕСКИЙ БРОНХИТ

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ТЕМ, КТО ХОЧЕТ БРОСИТЬ КУРИТЬ:

ты еще не бросил **КУРИТЬ?**



тогда я иду к тебе...

newsfromweb.ru

ПЕЙТЕ БОЛЬШЕ ЖИДКОСТИ : СОК, ЧАЙ С ЛИМОНОМ



КАЖДЫЙ ДЕНЬ СЪЕДАЙТЕ ПО ЛОЖКЕ МЕДА

- Мед помогает вывести вредные вещества из печени



ЕЖЕДНЕВНО ПРИНИМАЙТЕ ДУШ



ФИЗКУЛЬТУРА ПОМОЖЕТ ОТВЛЕЧЬСЯ ОТ КУРЕНИЯ



ВАМ НУЖНО ЗАВЕСТИ ПОЛЕЗНЫЕ ПРИВЫЧКИ:

- Запишитесь в спортивную секцию
- Больше гуляйте
- Посещайте кружки



Удачи!!!

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ

