

Я ВЫБИРАЮ ЖИЗНЬ!

**ЗДОРОВАЯ
РОССИЯ**





*Здоровье дарит радость.
Здоровье дарит свет
Здоровье - это сила!
Здоровье - это смех!*



Личная гигиена

Образ жизни

Правильное питание

Здоровье

Отказ от вредных привычек

Экологическое сознание

Медицинский фактор

Физкультура, спорт, движение





Курение



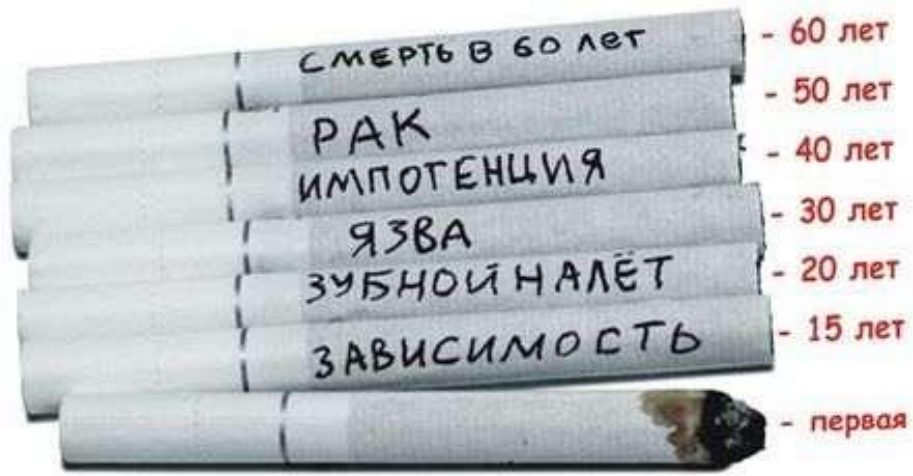
Наркотики



Алкоголь

А ты можешь сказать
зачем ты куришь?

Знает ведь и стар и
млад, что куренье - это
яд. Осознай ты этот
вред, сигарете скажи
«НЕТ»!



УВЛЕКАТЕЛЬНАЯ ЖИЗНЬ?



Легкое здорового и курящего человека



5 000 000 человек в год умирает от болезней, связанных с курением (по данным ВОЗ). Каждые 8 сек умирает в мире 1 курильщик.

В России:

- Каждые 1,20 мин. умирает 1 курящий россиянин.
- Курит каждый третий (1 из 3-х).
- 55 000 000 курящих.
- В 1995 году в России производилось 200 000 000 000 сигарет.
- В 2006 году производилось в России 413 000 000 000 сигарет.
- Потреблялось в России в 2006 году 375 000 000 000 сигарет.
- В 1975 г курили 52,3% беременных женщин.
- В 1978 г курили 54,7% беременных.





ЛЁГКИЕ КУРИЛЬЩИКА ПОДОБНЫ ГУБКЕ, ПОЛНОЙ КАНЦЕРОГЕННЫХ СМОЛ

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

БРОСЬ КУРИТЬ СЕГОДНЯ!

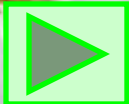


КОМИССИЯ ПО ЗДРАВООХРАНЕНИЮ И
ОХРАНЕ ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
МОСКОВСКОЙ ГОРОДСКОЙ ДУМЫ



ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЦЕНТР
ПО БОРЬБЕ С ТАБАКОМ
тел. 783-94-94

Детство кончилось,
начались **Наркотики.**



ПОХОРОНИ наркотики,



ИЛИ ОНИ ПОХОРОНЯТ ТЕБЯ!!!



Не упади в пропасть!



**Не верь тому, кто говорит тебе,
Что от наркотиков избавиться
так просто.**

**Они оставят тяжкий след в
твоей судьбе,
А могут довести и до погоста.**

**Ты как над пропастью...
Держась одной рукой,
В другой руке наркотики
сжимаешь.**

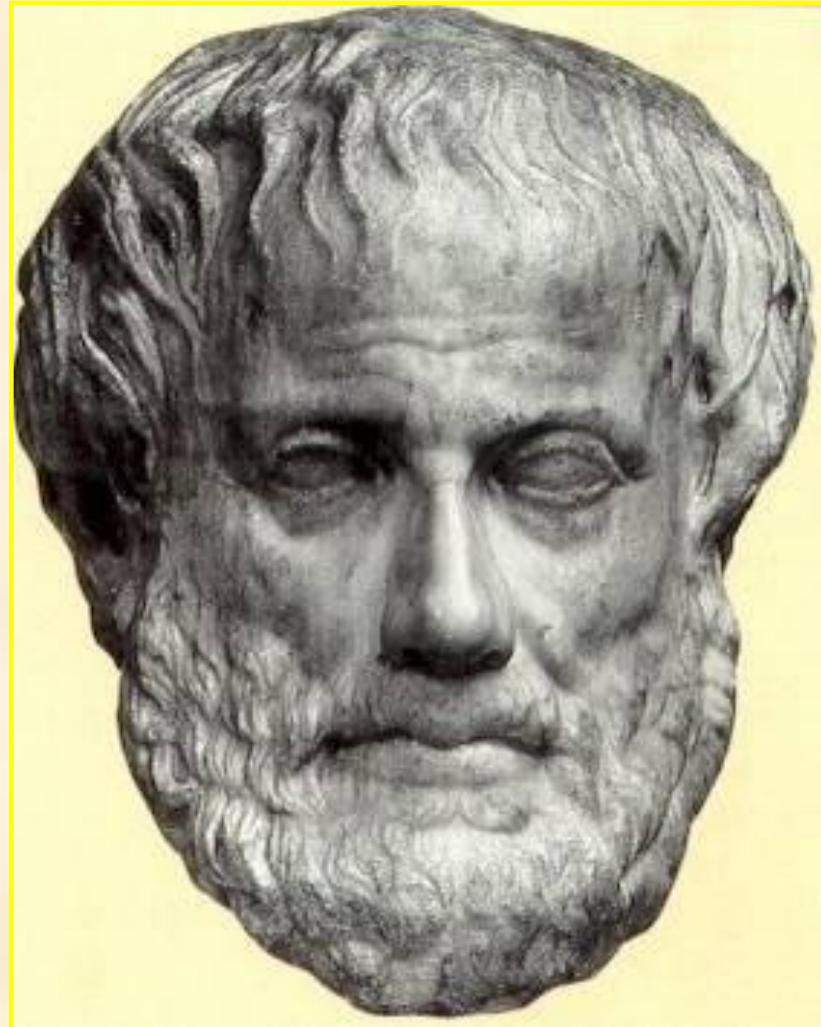
**Чтобы спастись – одну ладонь
раскрой.**

**Ладонь какой руки – ты сам
решаешь.**



**«Опьянение есть
добровольное безумие!»**

Аристотель



Что убивает алкоголь



Мозг
Патологически изменяется обмен веществ в клетках мозга. Подавляется активность центров мозга, которые отвечают за поведение, ориентацию.

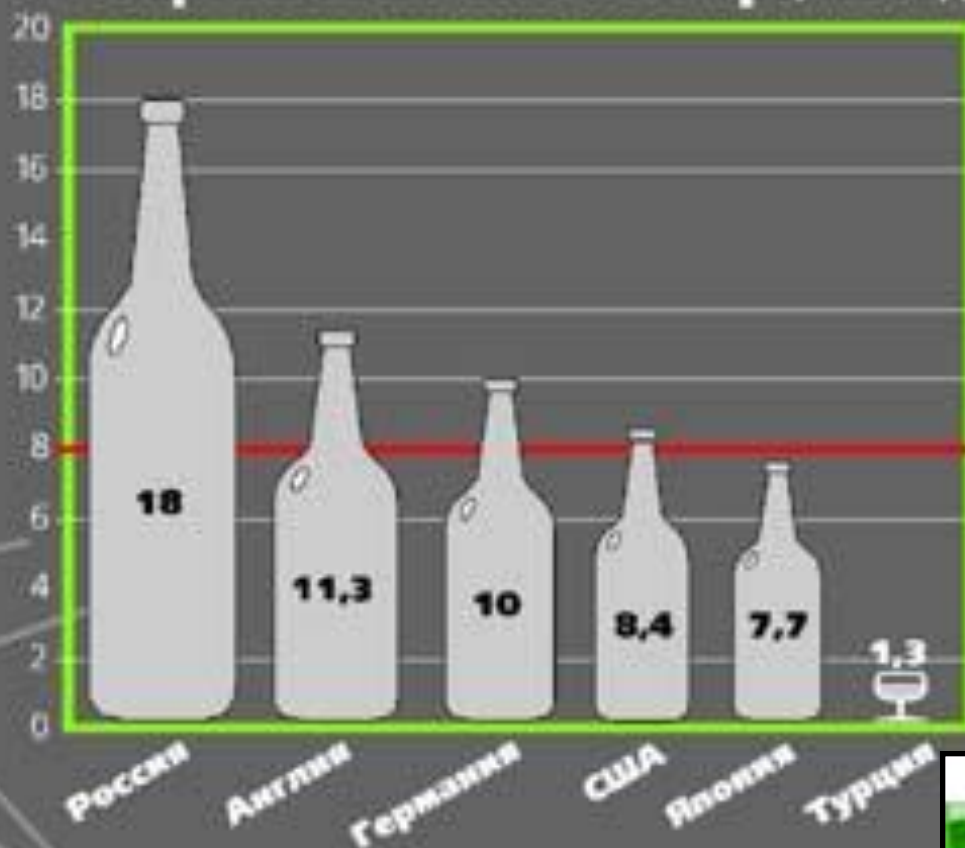


*Скажи
«НЕТ!»*

ТЕМА
НОМЕРА

**40°
смерти**

Потребление алкоголя
на душу населения
в пересчете на чистый спирт, л в год



**«В луже водки и богатыри
тонут»**

**«Пьяному море - по колению,
а лужа - по уши».**

**«Хватил винца - не стало
молодца».**

«Пить до дна - не видать добра».





У 20% детей –
слабоумие и
физическое уродство,
а это - каждый четвертый
ребенок



Спаси человека!





Я ЗА ЗДОРОВЫЙ ВЫБОР

Я выбираю жизнь!

