

Курение не цветочки—разрушает почки.

У людей курящих красота уходит с дымом из
рта.

Вызывает спазм сосудов дым от папиросы.
Дышит тяжело курильщик. Есть еще вопросы?

Ярче мир без сигарет, скажем сигарете: «Нет»!

Не кури в кругу с друзьями, если ты не обезьяна.

Фишка двадцать первого века - останься
некурящим человеком.



**Крепкое здоровье, яркий солнца свет,
вот такой бывает жизнь без сигарет!**

Составитель: педагог-психолог
Садикова А.Ф.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВА-
ТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЛИЦЕЙ ИМЕНИ
МИНУЛЫ БАДРЕТДИНОВИЧА БАДРЕТДИНОВА
С.ВЕРХНИЕ ТАТЫШЛЫ



**Верхние Татышлы
2026**

Знаете ли вы, что...

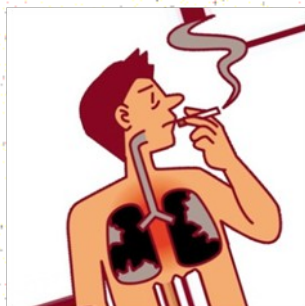
ТАБАКОКУРЕНИЕ - одна из самых распространённых вредных привычек, приводящих всегда к нарушению здоровья.

ОВУ

Как курение влияет на здоровье?

Курение повышает риск:

Рака лёгких в 17 раз.
Рака полости рта в 18 раз.
Рака гортани в 11 раз.
Хронической болезни лёгких в 8 раз.
Рака мочевого пузыря в 2 раза.
Инфаркта миокарда в 2 раза.
Инсульта в 2 раза.



ЗАДУМАЙСЯ!

1 сигарета сокращает жизнь на 15 минут.

1 пачка сигарет – на 5 часов.

Кто курит один год, теряет 3 месяца жизни.

Кто курит 4 месяца, теряет 1 год жизни.

Кто курит 20 лет, теряет 5 лет жизни.

Кто курит 40 лет, теряет 10 лет жизни.



Ставлю
ТОЧКУ

3. «Нет. Не хочу. Тренер объяснил, что дышалка будет плохая. Пойдем лучше в футбол погоняем»

4. «Я пробовал. Мне не понравилось. Пойдем лучше на велосипеде покатаемся.