Сигарету не кури, не надо!

Ты других не хуже, не грубей!

На окурках след губной помады

Лишь брезгливость вызовет к тебе…

Лучше в рот возьми сирени ветку,

Горькую от рос,

Чтоб любимый днем весенним

Терпкий привкус на губах унес!



По совести скажи зачем ты куришь?

Ты знаешь, что куренье - это яд,

Но так беспечно жизнь свою ты губишь,

Дымя «Опалом», «Мальборо» куря.

Письмо курящей девушке



Письмо курящей девушке

По данным английских врачей, каждая выкуренная сигарета стоит курильщику 15 минут жизни.

В наше время, я все чаще встречаю курящих людей. Половина из них девушки. Смотреть на это как-то даже противно.

Пугать людей тем, что капля никотина убивает лошадь - бессмысленно, они не лошади, они - люди.

Сначала ты просто пробуешь курить с друзьями, потом втягиваешься, тебе нравятся новые ощущения, твой организм привыкает и каждый день тебе нужно больше и больше никотина.

Ты не задумываешься о будущем. Правильно, ты молода, и жизнь тебе кажется нескончаемой.

Тебе безразлично, ты не боишься за свое здоровье. А ведь курящих людей умирает в 30 раз больше, чем некурящих.

Неприятно смотреть на то, как девушки вместе с парнями выбегают покурить на переменах и прячутся за какими-либо зданиями.



Девушка, задумайся о будущем!!!

Последствия курения таковы:

1) курение резко повышает риск инсульта;

2) повышает кровяное давление;

3) способствует развитию опухоли легких;

4) приводит к язве желудка, а она может перерасти в рак желудка;

5) повышает внутриглазное давление;

6) приводит к раку пищевода;

7) способствует разрушению нервной системы.

Заметь!

Курение вредит всем жизненно важным органам. Последствия курения жестоки: в лучшем случае ты останешься калекой, а в худшем - это смерть.

Тебе это нужно???

Я думаю, нет. Главное то, что курение в будущем может привести к проблемам во время беременности. Ты уже сейчас подвергаешь своего малыша к нежизнеспособности.

Сейчас тебе плевать на свое будущее.

Грубо сказано, но правдиво.

Тебя в это время переполняют эмоции, никаких мыслей о будущем.

Ну и правда, зачем тебе это?

А ведь природа создала тебя, чтобы ты стала матерью.

