

**Мы обращаемся к вам, друзья:**

**Не курите, молодые, никода.**

**Ведь у вас еще все впереди,**

**Так не стоит же самим себе вредить.**

**Бросьте курить!**

**Почему подростки курят?**

* Влияние сверстников
* Желание выглядеть невозмутимыми, искушенными, взрослыми, мужественными, «своими».
* Из любопытства
* Потому что курят другие члены семьи
* Влияние рекламы

****

**Начинаешь курить, чтобы доказать что ты взрослый. Потом пытаешься бросить курить, чтобы доказать, что ты взрослый.**

**(Жорж Сименон)**



**Отряд**

 **«А кто, если не мы?!»**

**Шлет вам привет!**

**Мы выбираем здоровье**

 **и в этом весь секрет.**

**БРОСАЙ КУРИТЬ И ПРИСОЕДИНЯЙСЯ К БОЛЕЕ ЗДОРОВОМУ И СВОБОДНОМУ ОТ КУРЕНИЯ ПОКОЛЕНИЮ!**

**ВЫБИРАЙ!**

**ВНИМАНИЕ!**

Курение – не безобидное занятие, которое можно бросить без усилий. Это настоящая наркомания, и тем более опасная, что многие не принимают всерьез.

**ЗАПОМНИ!**

Каждая сигарета отнимает от 5 до 15 минут вашей жизни**.**

Не существует безопасной дозы курения. Каждая сигарета вредит вам.

Курение повреждает легкие и тот, кто курит, подвергает себя двадцатикратной опасности заболеть раком легкого.

Никотин – это яд для сердца и кровеносных сосудов.

Курение уменьшает приток жизненно важного кислорода и лишает сил.

Никотин вызывает стойкое привыкание и подчиняет себе вашу жизнь.



1. У курящих людей увеличивается риск переломов костей.
2. Курение табака увеличивает риск развития пептической язвы желудка и двенадцатиперстной кишки. В тяжелых случаях эти заболевания могут привести к смерти.
3. Курение табака увеличивает в 3 раза риск развития катаракты, приводящей к развитию слепоты.
4. Курение табака в 50 % случаев является причиной развития периодонтита, серьезных инфекций десен и потери зубов.

**Пассивные курильщики**

Конечно, от этого страдают все, кто не курит, особенно дети. Некурящий человек, находясь в помещении с курильщиком в течение только 1 часа, по существу, каждый раз «выкуривает» половину сигареты. У него наблюдаются негативные изменения в деятельности нервной системы, нарушается состав крови, деятельность сердечно-сосудистой, эндокринной и выделительной систем. Пассивные курильщики подвергаются риску возникновения злокачественных новообразований не только в легких, но и в других органах.

Особую зону риска составляют семьи, где курят и отец, и мать. Большинство курильщиков пренебрегают здоровьем окружающих, даже очень близких им людей, курят, где угодно.