## **Курение вредно всем**

**Никотин,** содержащийся в каждой сигарете,- **ЯД**, действующий на все органы и системы организма, особенно на:

* Мозг
* Кровеносные сосуды
* Сердце



**Курящая девушка** вызывает отвращение у прохожих. У неё становится сухая серая кожа, морщинки, не свойственные возрасту, темные круги под глазами, ногти слоятся и ломаются, а волосы становятся тусклыми. Зубы девушки также быстро портятся, постоянный желтый налет невозможно удалить простой чисткой зубов зубной пастой.

**ЧТО ЖЕ СПОСОБСТВУЕТ КУРЕНИЮ ПОДРОСТКОВ?**

* Пример родителей, родственников и других взрослых людей.
* Любопытство.
* Влияние друзей.
* Снисходительное отношение к курению других людей

**ШКОЛЬНИКИ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ**

**КУРЕНИЕ – ЭТО НЕ ПРИЗНАК ВЗРОСЛОСТИ**, а признак слабости и незрелости. Начинающие курильщики, преодолевая головокружение, тошноту и даже рвоту, стараются быть похожими на взрослых, считая, что сигарета является главным атрибутом престижного и делового человека.

**В действительности** происходит сознательное отравление всех клеток организма человека.

Курение детей и подростков ведет к отставанию в физическом развитии, также снижению интеллектуальных способностей.

Вдыхание табачного дыма также может способствовать развитию онкологических заболеваний (рак).

**ТАБАК** является причиной около 90 % случаев **РАКА ЛЁГКИХ.**



**Что такое пассивное курение?**

Пассивное курение - это вынужденное вдыхание некурящими людьми табачного дыма, идущего от сигареты, сигары, трубки или папиросы, дыма, выдыхающего курящего человека.

**В ответ на предложение закурить свой отказ лучше подкрепить аргументами:**

* Желание сохранить своё здоровье, т.к. нет безобидного курения.
* Желание сохранить жизнь, т.к. курение сокращает жизнь на 10-20 лет.
* Желание сохранить голову светлой, т.к. курение ухудшает память



**Отказавшись от курения, вы улучшите своё здоровье и самочувствие!**

****

Ждём вас по адресу:

ул. Рабочая, 95, каб.16

Режим работы:

понедельник-пятница

с 08.00 до 17.00

Перерыв на обед:

 с 12.00 до 13.00

**Тел.: 44-31-09 8 924 844 00 25**

**httр://dobrotablag.ru**

**E-mail.ru: dobrotaso8@mail.ru**

**Instagram: dobrota\_blag**

**ГАУ АО «Благовещенский КЦСОН»**

**Отделение социальной помощи семье и детям**

**КУРИТЬ ВРЕДНО!**



**Благовещенск 2019**