

Курение: мифы и реальность



Всякий курящий должен знать и
помнить, что он отравляет не
только себя, но и других.

Н.А. Семашко

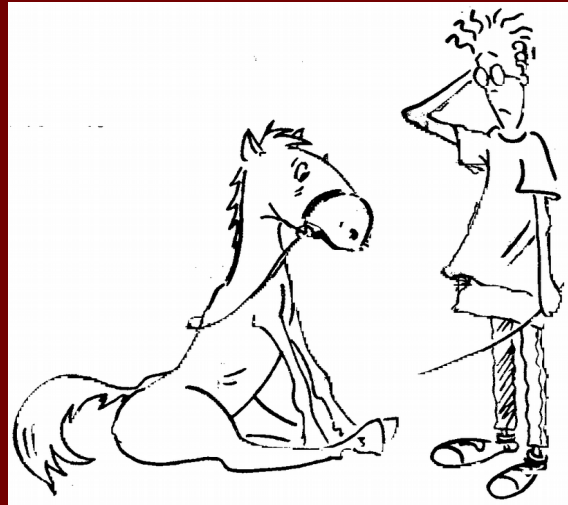
■ Сколько детей и подростков курит?

(Больше половины или меньше половины?)

■ 11.4%

Какой процент взрослых курит?

30.8%



Игра

«Незаконченное предложение...»

- Курение – это...
- Сигарета в руке – это...
- Не курить – это значит не ...
- Для того чтобы бросить курить, нужно...
- В моей семье курит лишь...
- Курение в нашей семье – это...
- Курение дает мне возможность...

Какой вред приносит сигарета?

- Рак легких, бронхит, заболевание сердца.
- Неровное дыхание, трудность в запоминании, непривлекательность курильщика
- Сигареты при горении выделяют ядовитые вещества – смолы, никотин, угарный газ.
- Каждая выкуренная сигарета уносит 5 мин жизни.



Здоровые легкие

Легкие курильщика







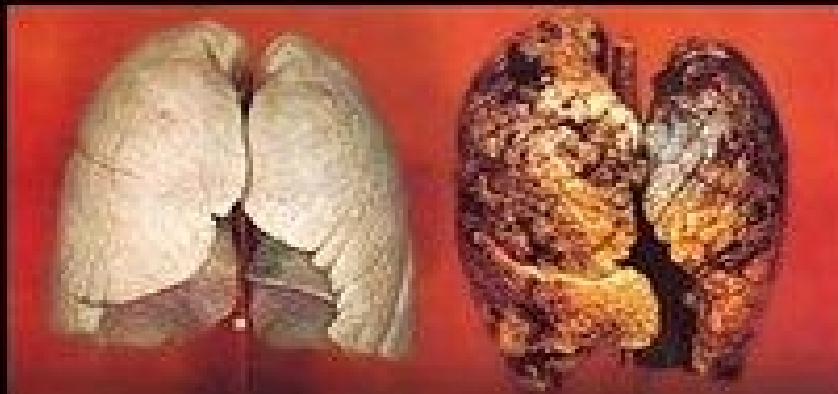




A fatal mouth cancer in a 28-year-old who dipped a can a day for 10 years.

CIGARETTES

Brand



Smoking
causes fatal lung cancer

CIGARETTES

Brand



Smoke contains **benzene**,
nitrosamines, **formaldehyde**
and **hydrogen cyanide**

CIGARETTES

Brand



Smoking
can cause
a slow
and painful
death

Курение — это ...

- Яд, вред, причина рака, смерть, никотин, засоряются легкие, причина смертельных заболеваний, бомба замедленного действия, разрушение легких, наркотики, знак плохого здоровья...

Сигарета в руке – это...

- Ужас, смерть, неприятно, большой вред, хулиганство, знак плохого поведения, заражает наш организм, заражает всех кто стоит рядом, показатель крутости, это жизнь на 5 минут меньше ...

Не курить – это значит не...

- Не болеть, не вредить своему здоровью, долго жить, не портить здоровье...

В моей семье курит лишь...

Папа, никто, старший брат, дедушка,
папа и мама, отчим...

Для того, чтобы бросить курить, нужно...

- **Не брать сигареты, не захотеть, иметь силу воли, есть конфеты, сосать конфеты, не курить, заниматься спортом, есть фрукты, обратиться к врачу
...**

Курение в нашей семье – ЭТО...

- **Вред нам всем, вонь дома и открытые двери, яд для детей и трата денег, неприятный запах, отравление человека, позор и ...**

Курение дает мне возможность....

- не знаю, потому что не курю;
- ничего не дает;
- кажусь как бы взрослее;
- расслабиться.



ВЫВОД:

- **Люди переоценивают количество курящих. Некурящих большинство.**
- **Сигареты не являются магическим средством и не имеют всех тех эффектов, которые им приписываются.**
- **Существует множество немедленных и отсроченных влияний курения на организм.**



NIKOLAZ