

15 ноября

**Всемирный День отказа от
курения**



Всемирный день отказа от курения был установлен Американским онкологическим сообществом в 1977 году. С тех пор он ежегодно отмечается в **третий четверг ноября**.

Его цель — способствовать снижению распространения табачной зависимости, вовлечение в борьбу против курения всех слоев населения и информирование общества о пагубном воздействии табака на здоровье.



XXI век- наука
утверждает:



Учёные и медики всего мира в один голос говорят о том, что курение убивает, что **никотин – это наркотик**, который **по силе привыкания** стоит на одной планке с **героином**.

Смерти от курения

КУРЕНИЕ — ОПАСНО!



В мире от курения ежегодно умирают **5 миллионов** человек, в России - от **300 до 500 тысяч** человек.

Источник: «РИА Новости», ria.ru

IMPROVE
ALLIANCE

Как бросить курить???

Побродив по Интернету, увидите, что многих пользователей волнует вопрос «**Как бросить курить быстро?**» и задают этот вопрос огромное количество пользователей (80000 в месяц).
Согласитесь, огромное число людей пытаются найти для себя ответы на вопрос «Как бросить курить?».

Никотиновая зависимость – именно она не дает бросить курить.

Бросить курить - это очень тяжелый процесс, но люди выдерживают его и становятся независимыми, здоровыми людьми.



Советы для тех кто хочет бросить курить

1. *Поверьте в себя.*
2. *Поддержка родных и друзей.*
3. *Контроль мыслей.*
4. *Занятия спортом воспитывают характер,
силу воли*



Не попадите и Вы в этот «капкан курения»!



Не курите!

Не убивайте своё будущее и будущее России!



ТВОЙ ВЫБОР!

*Сделай свой выбор:
физические упражнения
и здоровье или болезни и
лекарства!*



Викторина

«В объятиях табачного дыма»



Родина табака

- Южная Африка;
- Южная Америка;
- Южный полюс.



Южная Америка

Когда Колумб в 1492 году высадился на побережье Кубы, то он встретил жителей с головнями в руках и с травой, употребляемой для курения, которую они называли...

- сигаро;
- папирус;
- самокруто



Сигаро



Кто обнаружил в табаке НИКОТИН?

- Жан Жак Руссо;
- Жан Поль Бельмондо;
- Жан Нико





Жан Нико

**В какой стране табак в 16 веке
был объявлен «забавой
дьявола»?**

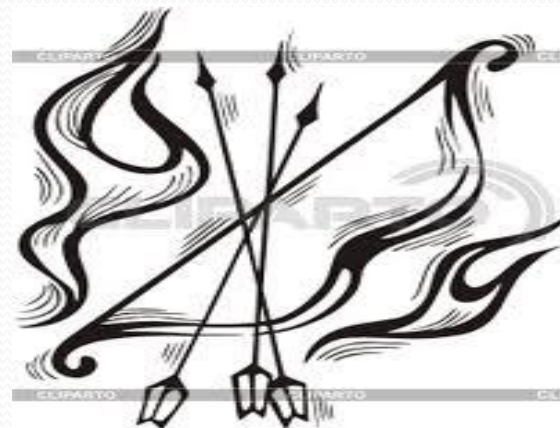
- Испания;
- Италия;
- Бразилия



Италия

Большие дозы никотина действуют подобно яду...

- мышьяку;
- кураре;
- синильной кислоте



Кураре



Самый популярный способ употребления табака в США до 19 века

- курение;
- нюхание;
- жевание

Жевание



В 1934 году во французском городке Ницца компания молодежи устроила соревнование: кто выкурит больше папирос. Двое "Победителей" не смогли получить приз, так как скончались, выкурив по...

- 40 папирос;
- 60 папирос;
- 80 папирос



60 сигарет



Кого называют «курильщиками поневоле»?

- тех, кто находится в обществе курящих;
- тех, которых заставляют курить принудительно;
- тех, кто курит в тюрьме

