

**МБУ «Межпоселенческая централизованная
библиотечная система Зырянского района»
Михайловский филиал**

За жизнь без табака

Виртуальная выставка- информация



Подготовила библиотекарь Ермакова Наталья Ивановна

31 мая – ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ БЕЗ ТАБАКА

31 мая во всем мире проводится Международная акция по борьбе с курением – день свободный от табачного дыма.

День без табака установлен в 1988 году Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ).

В этот день проводятся мероприятия, направленные на информирование населения в отношении опасностей, связанных с потреблением табака, и в отношении того, что могут сделать люди во всем мире для отстаивания своих прав на здоровье и здоровую окружающую среду, а также для защиты будущих поколений.

В Михайловской библиотеке к этой дате ежегодно проводятся мероприятия, информационные обзоры, оформляются книжные выставки, посвященные профилактике и борьбе с курением.



Памятка «О вреде курения»

Сигареты – это яд.

Они могут немного облегчить твои проблемы сейчас, но за это возьмут слишком высокую цену потом.

Даже выкуривая одну сигарету в день, ты ослабляешь свой разум и как следствие:

- **Ты делаешь свою жизнь скучной и однообразной;**
- **Ты ставишь себя в зависимость и попадаешь в рабство сигареты;**
- **Ты тратишь свои деньги на постепенное «уничтожение» самого себя;**
- **Ты портишь жизнь себе и своим родным;**
- **Ты теряешь самого себя.**

Стоит задуматься

Курение табака – основной фактор риска заболеваний органов дыхания: хронического бронхита, хронической болезни легких, пневмонии.

Курение табака – фактор риска атеросклероза, инфаркта миокарда, болезней сосудов.

Курение табака – основной фактор риска сердечных заболеваний.

Курение табака – ведёт к бесплодию или патологиям развития ребенка.

Большинство молодых людей начинают курить из интереса попробовать, доказать свою состоятельность, покрасоваться перед друзьями.

Практически все считают, что они абсолютно независимы от курения, отлично себя контролируют и в любой момент могут бросить.

**«Люди курят не потому
что хотят курить,
а потому что не могут перестать»**

M. Russel

Запрещено курить!



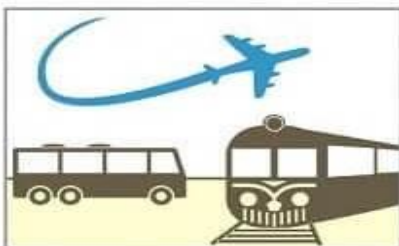
В школах и вузах



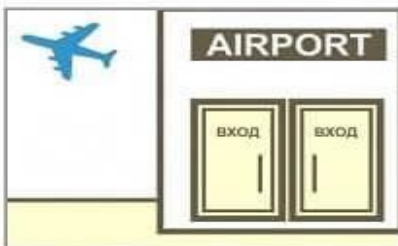
В спортивных и культурных объектах



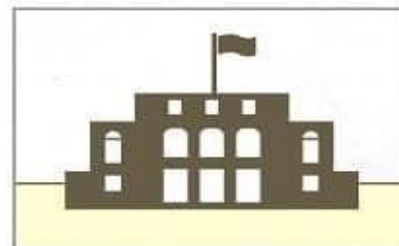
В больницах и санаториях



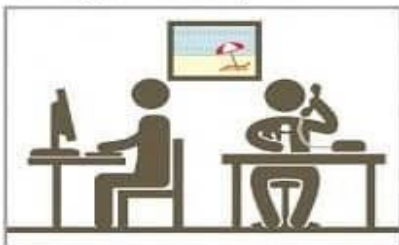
В самолетах, поездах и автобусах



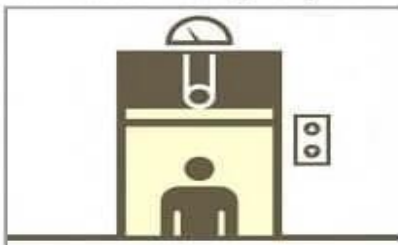
Около входов на вокзалах и аэропортах



В помещениях социальных служб, мэрии



На рабочих местах



В лифтах и подъездах жилых домов



На детских площадках и пляжах



Штраф за курение в неположенных местах
От 1000 до 1500 рублей

**Мы призываем всех
курильщиков в этот день
отказаться от вредной
привычки!**