



12 ноября 2014 г. в ГБУК «Смоленская областная юношеская библиотека» прошли мероприятия, посвященные дню отказа от курения на тему: «Будущее без риска».

Существует выражение, что «капля никотина убивает лошадь». Что же касается людей, то смертельная доза никотина для человека - 50-100 миллиграммов. При выкуривании в день 20-25 сигарет за 30 лет курильщик пропускает через свои легкие 150-160 килограммов табака и не умирает только оттого, что вводит его небольшими дозами.

Табачный дым вызывает и обостряет многие болезни, действуя практически на все органы. По статистике, 45 % смертей прямо или косвенно связаны с табакокурением. Учеными установлено, что при выкуривании одной пачки сигарет человек получает дозу радиации в семь раз больше той, которая признана предельно допустимой. А радиация табачного происхождения вместе с другими канцерогенными веществами - главная

причина возникновения рака.

Мероприятия-тренинги провела педагог-психолог МБОУ ДОД ДПЦ «Смоленские дворы» Сайфулина Жанна Васильевна.



Жанна Васильевна разработала тренинги для ребят разных возрастов. Сначала тренинг посетили учащиеся 6 класса школы № 26.









Девчонки сели и продолжили разговоры, но каждая задала вопрос своему другу и юв.