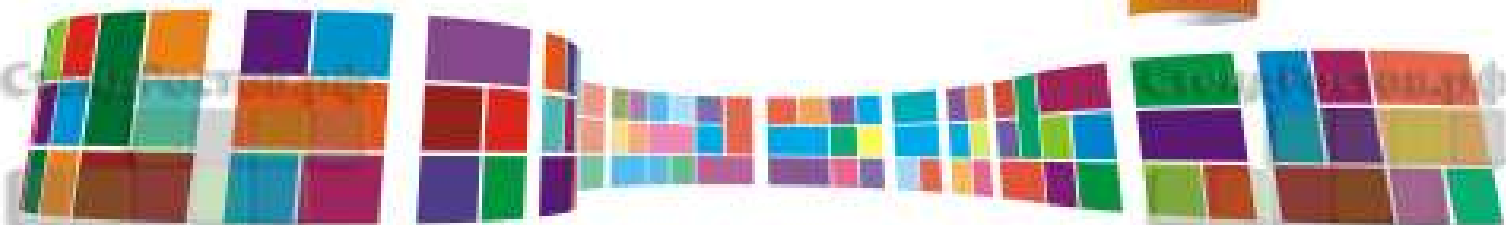


КТО-ТО ЗА ТЕБЯ РЕШАЕТ, СКОЛЬКО ТЕБЕ ЖИТЬ?

К вам на улице подходит незнакомец, предлагает пилюлю неизвестного происхождения и действия. Вы её съедаете, чувствуете улучшение самочувствия. И так – каждый день. Пока однажды врач не скажет, что вы смертельно больны. Потому что каждый день очень продолжительное время вы в малых дозах употребляли яд. Глупости? А ведь именно так и происходит, только в роли незнакомца выступают табачные компании, а возжеленная пилюля – та же сигарета. Ведь большинство, в сущности, даже и не задумывается, какие вещества при курении поступают в организм и как в дальнейшем сказываются на здоровье курильщика и окружающих его людей. Временное – до следующей дозы – снятие напряжения никак не вешает о глобальных переменах в организме. А ведь яд при регулярном потреблении имеет свойство накапливаться в организме. По чуть-чуть, день за днём, химический состав сигареты всё в больших и больших количествах скапливается в организме человека, вступает в связь на клеточном уровне, становится частью биохимии человека... И разрушает его изнутри.



Мера ЖИЗНИ?



Стенд

Я не курю
сигареты,
не употребляю
алкоголь
и другие наркотики

Я обливаюсь
холодной водой
по утрам.
Горячее купание я
всегда заканчиваю
холодным

Я желаю
людям
здоровья

**Я веду
здоровый
образ
ЖИЗНИ**

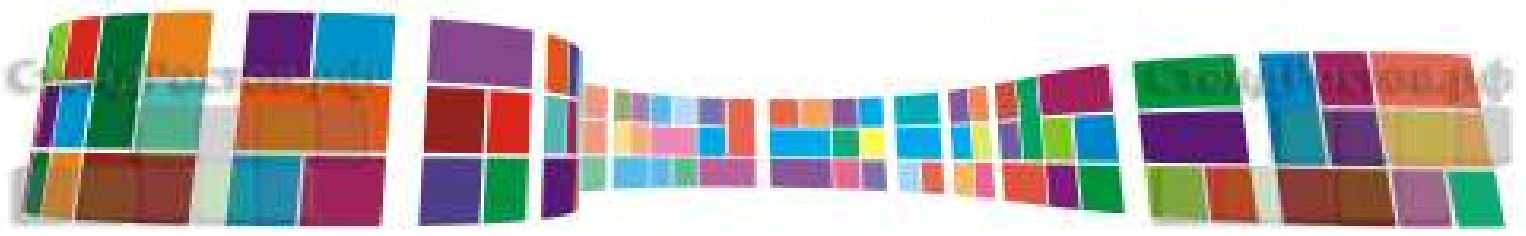
Я бегаю
по утрам

У меня
позитивные
мысли

Я рано
ложусь
и рано встаю

Я делаю зарядку.
Развивая своё
тело я развиваю
свой ум

Я питаюсь
здоровой
пищей, это дает
мне силу,
а моим мыслям
ясность





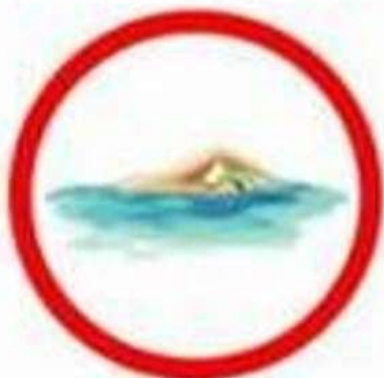
сигареты



наркотики



алкоголь



спорт



правильное питание



свежий воздух



режим дня



электромагнитные поля



хорошее настроение

Правила здорового образа жизни