

Мы за здоровый образ жизни



Откажись

ОТ ТАБАКА



Каждый курильщик может получить прибавку к своему бюджету **до 25 тысяч рублей в год**, отказавшись от курения (примерно такую сумму в среднем тратит курящий на сигареты в течение года).



плюс
до 25 000 р.



Плюсы при отказе от курения:



Через 20 минут после прекращения курения снижается частота сердечных сокращений



В течение 12 часов нормализуется содержание оксида углерода в крови



В течение трех недель нормализуется функция легких



На 50% сокращается риск инфарктов и инсультов

КАЖДЫЙ ВТОРОЙ курильщик хочет отказаться от вредной привычки.



КАЖДЫЙ ТРЕТИЙ пытался бросить курить.

Вейп вреден также как сигареты

ПРИ ПРИМЕНЕНИИ ЭЛЕКТРОННЫХ ПРИБОРОВ доставки никотина (вейпов, айкосов и электронных сигарет) никотин продолжает поступать в организм, оказывая пагубное действие на здоровье. Поэтому переход от сигарет на изделия нагреваемого табака не означает отказ от курения.

В ПАРЕ ВЕЙПА содержатся канцерогенные вещества, а сам пар вызывает ожог дыхательных путей.

ДИАЦЕТИЛ, содержащийся в паре, вызывает хрупкость легочной ткани.

ОКРУЖАЮЩИЕ с паром от вейпа также получают вредные вещества.

Вы можете получить помощь в отказе от курения по бесплатному федеральному телефону:

8 800 200 0 200

и на сайте:

бросаемкурить.рф

Электронные приборы доставки никотина попадают под действие ФЗ № 15 от 23.02.2013 г. «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака». Это запрет на рекламу, продажу или помощь в приобретении несовершеннолетним, употребление в общественных местах.

Штраф от 1,5 тыс. руб.