



Paleniu mówię stop!!!

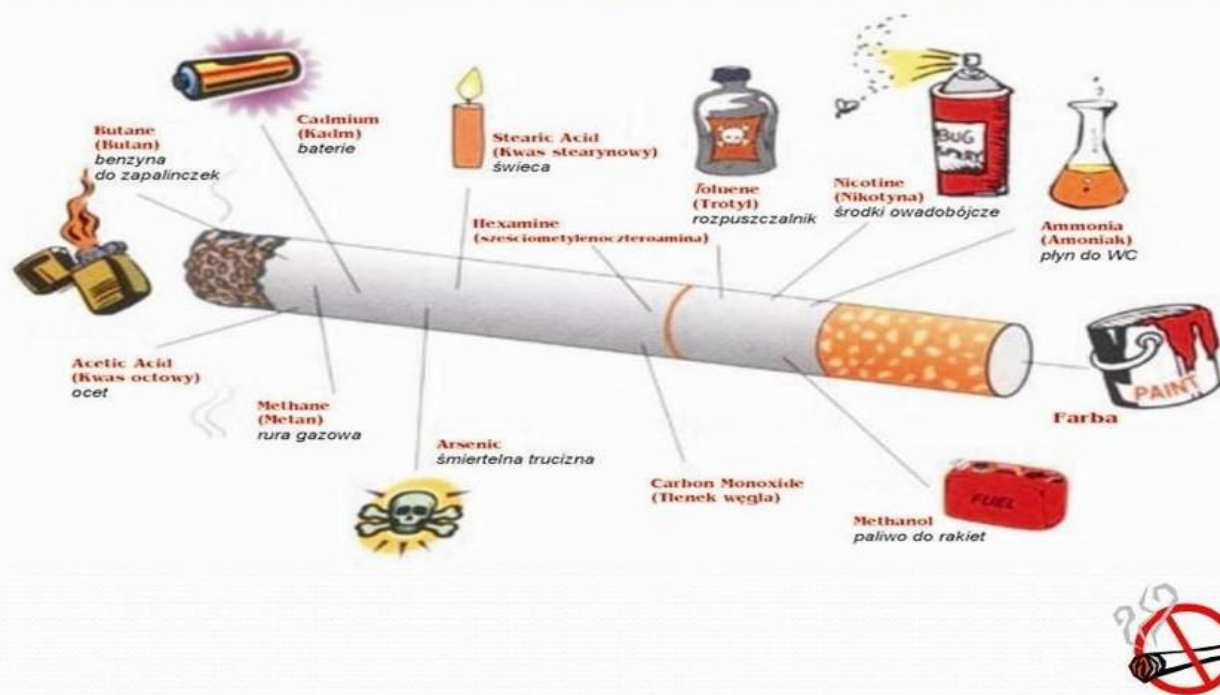
ZUZIA DAMAS 5B

ZESPÓŁ SZKOLNO-PRZEDSZKOLNY Z ODDZIAŁAMI INTEGRACYJNYMI

W ROJOWIE

Co się znajduje w papierosie ?

Składniki dymu tytoniowego



Kto pali papierosy
ten
Ma brzydkie zęby
i włosy.

Żółkną mu paznokcie
i Ze skórą ma kłopoty
Bardzo szybko się
starzeje,
Długość życia mu
maleje!!!

Jak wyglądają płuca zdrowego człowieka i palacza ?

Płuca zdrowego człowieka

Płuca palacza



Jakie choroby powoduje palenie papierosów ?



P - przewlekłe zapalenie oskrzeli
A - astma oskrzelowa
P - paradontoza, próchnica
I - impotencja
E - egzema
R - rozedma płuc, rak płuc, rak jamy ustnej, rak trzustki
O - obniżona odporność, osteoporoza
S - skórne problemy

Po co dym w ten
siebie wciągasz
Przecież nic tym nie
osiągasz
Czarne płuca
i choroby
To są skutki tej
swobody
Zamiast palić zjedz
owoce
Zdrowsze są od
papierosa
Idź na spacer lub
pobiegać
Zamiast życie swoje
przegrać.

Jak wygląda skóra zdrowego człowieka a palacza ?

Jak wygląda skóra po 20 latach palenia ?



Tak wygląda skóra po 20 latach palenia

Jak wygląda skóra po 2 latach palenia ?



0 PAPIEROSÓW
DZIENNIE

4 PAPIEROSY
DZIENNIE

DEMOTYWATORY.PL

Tak w 2 lata zmieniła się twarz kobiety,
która zaczęła palić papierosy

Ile kosztują papierosy ?



koszt paczki 12zł.		
	jeden palacz	dwoje palaczy
1 dzień	12,00 zł	24,00 zł
1 tydzień	84,00 zł	168,00 zł
2 tygodnie	168,00 zł	336,00 zł
3 tygodnie	252,00 zł	504,00 zł
4 tygodnie	336,00 zł	672,00 zł
2 miesiące	720,00 zł	1.440,00 zł
3 miesiące	1.080,00 zł	2.160,00 zł
6 miesięcy	2.160,00 zł	4.320,00 zł
rok	4.320,00 zł	8.640,00 zł
2 lata	8.640,00 zł	17.280,00 zł
5 lat	21.600,00 zł	43.200,00 zł
10 lat	43.200,00 zł	86.400,00 zł

Papieros dużo kosztuje
i zdrowie rujnuje
Brzydką masz skórę
i w płucach dziurę,
Tytoń osłabia paznokcie
i zęby,
Odbiera życie jak
złodziej podstępny.

E – papieros truje tak samo !!!

- ▶ Nikotyna zawarta w e-papierosach może przygotować mózg do uzależnienia od innych narkotyków.
- ▶ Używanie e-papierosów jest związane z ryzykiem rozwoju astmy.
- ▶ Młode osoby palące e-papierosy często przechodzą po pewnym czasie do palenia tradycyjnych papierosów. Zjawisko to nazywane jest efektem bramki.





Nie truj
siebie
i innych !!

