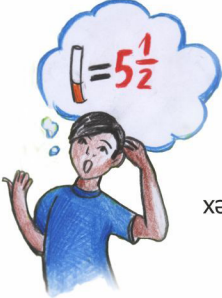


Siqareti atmağın 6 səbəbi:

1. Sağlamlıq üçün təhlükəlidir

Siqaret çəkmək tənəffüs orqanlarının, ürək-damar sisteminin və mədə-bağırsaq sisteminin xəstəliklərinə gətirib çıxarır.



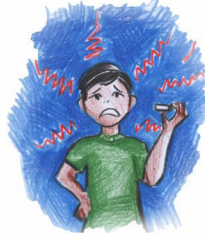
2. İnsan ömrünü qısaldır

Hər siqaret insan ömrünü 5,5 dəqiqə qısaldır.

Hətta siqaret çəkən cavan insan xərçəng xəstəliyinin qurbanı ola bilər.

3. Ağızda pis qoxu yaradır

Siqaret çəkən şəxsin dişləri sarı olur, nəfəsindən isə xoşagəlməz qoxu gəlir.



4. İdmançılar siqaret çəkmir

Sağlam həyat tərzini – idmanı seç!
Sağlam bədəndə sağlam ruh olur.

5. Faydasız xərclər

Özünə sual ver: Pis vərdişə pul xərcləməyə dəyərmimi?



6. Ətraf mühitin çirklənməsi

Siqaret çəkməklə sən tək özünü deyil, həm də ətraf mühiti zəhərləyirsən:

- Tütün tüstüsü təmiz havanı çirkləndirir;
- siqaret və siqaret qutularının istehsalı üçün daha çox ağac məhv edilir.



Gəlin planetimizi təmiz saxlayaq!



Siqaretə yox!

Sağlam həyat tərzini seç! Ətraf mühiti qoru!



İnsanların çoxu elə hesab edir ki, siqareti atmaq çox asandır. Amma bu olduqca çətinidir. Siqaret insan orqanizmində tütünə qarşı vərdiş yaradır. Siqaretin tərkibində olan nikotin narkotikdir. Bir necə siqaret çəkdikdən sonra bu, pis bir vərdişə çevrilir.

Özünüzü qoruyun! Nikotin asılılığının qurbanı olmayın!

Məlum olduğu kimi, tütün tütüsündə 4000-ə yaxın kimyəvi maddə vardır.

Ammonyak - kimyəvi təmizləmədə istifadə olunur

Arsen - ağ zəhər

Dəm qazı - maşınlarda işlənmiş qazın tərkibində olur

Sianid - qaz kamerasında işlədilir

Nikotin - həşəratların məhv edilməsində istifadə olunur

Qətran - yolların asfaltlaşdırılmasında istifadə olunur

Radioaktiv maddələr - nüvə silahında istifadə olunur



**Onlardan 50-si insan orqanizmi üçün zərərli sayılır.
Bu kimyəvi maddələrdən aşağıdakı xəstəliklər yarana bilər:**

Xəstəliklərə yox de!

