



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).



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



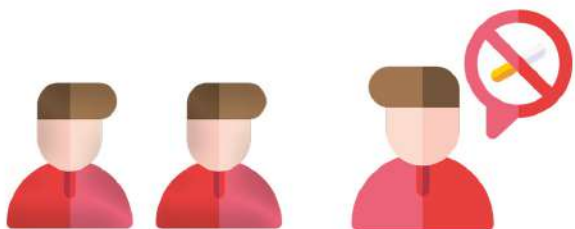
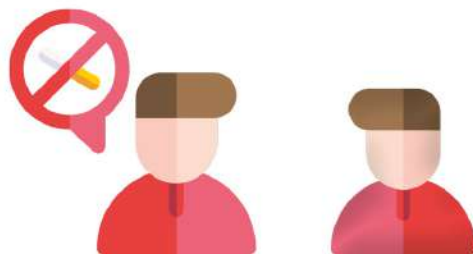
В течение трех недель нормализуется функция легких



На 50% сокращается риск инфарктов и инсультов

КАЖДЫЙ ВТОРОЙ

**курильщик хочет отказаться
от вредной привычки.**



КАЖДЫЙ ТРЕТИЙ

пытался бросить курить.

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

8 800 200 0 200

и на сайте:

бросаемкурить.рф

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.

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.
