



31 мая Всемирный день без табака

Табак, сигара, трубка, сигарета...
Всё для курильщика известно это.
Весь мир знаком с законом «табака»:
«Курить – кури, но это всё пока...».

Пока табак тебе на вкус приятен,
Пока на легких мало чёрных пятен...
Курить – кури, ведь это выбор твой,
Но что он принесёт вслед за собой?

От пагубной привычки нету толка,
Ей в спутники букет болезней только:
Сосуды, сердце, легкие и мозг
Страдают у курильщика всерьёз!

И, если ты себе не безразличен,
Желаешь быть здоров и симпатичен
Друзьям, знакомым и родным в семье,
Бросай курить! Найди резерв в себе!

Резерв для спорта, отдыха, работы,
Но только чтоб без дыма и чихоты!
Здоровым духом свой наполни организм
И излучай лишь молодость и оптимизм!

Заведующий отделом гигиены И.В.Миланович