

## Лекция «Табакочурение. Мифы и реальность»

---

Несмотря на то, что о вреде курения трубят на «каждом углу», до сих пор многие в плену заблуждений и мифов, когда речь заходит о вреде курения табака. А ведь уже давным-давно доказано, что это пагубная привычка, приводящая к смертельному исходу. Люди полагают, что они в любой момент смогут отказаться от этой вредной привычки, но практика жизни показывает совершенно другие результаты.

Безусловно, курить или нет, каждый решает для себя самостоятельно, но чаще человек начинает это делать под давлением ближайшего окружения, безделья или, заимствуя привычку своего кумира. И прежде чем ты решишь попасться на крючок этой зависимости – мы тебя проинформируем о её последствиях и развеем мифы, связанные с курением.

В нашем университете проводится ежегодный семинар «Табакочурение. Мифы и реальность», на котором просто и понятно рассказывается о вреде никотина. Послушать может любой желающий, только для студентов первого курса лекция читается в рамках теоретического раздела по физической культуре, что делает её обязательной к посещению.

Можешь не думать, эти минуты не будут потрачены зря, ведь послушав ценные советы и обличительные данные о табаке – ты, во-первых, сможешь уберечь себя и кого-то от этого шага, а во-вторых, если ты уже куришь, всерьез задумаешься об отказе от дурной привычки.