

БЫТЬ СИЛЬНЕЕ ПРИВЫЧКИ

Кира ЛЕВИЦКАЯ, «ГВ»

Интерактивную программу для гомельских учащихся «Выбираем жизнь без сигарет» провели в Центральной городской библиотеке имени А. И. Герцена.

Как рассказала заведующая отделом обслуживания Центральной городской библиотеки имени А. И. Герцена Ольга Губкина, ме-

роприятие приурочено к Международному дню отказа от курения и направлено на популяризацию здорового образа жизни среди представителей поколения next.

Во время встречи специалисты рассказали ребятам о негативном влиянии сигарет на организм человека и развенчали популярные мифы о курении. К примеру, юноши и девушки узнали, что на самом деле сигарета вовсе не помогает расслабиться, а бросая курить, человек не толстеет –

полнота может возникнуть только тогда, когда бывший курильщик станет «заедать» моменты, в которых хватался за сигарету. Ребятам также рассказали о вреде электронных сигарет и о том, что лёгкие сигареты вовсе не уменьшают поступление вредных веществ в организм.

Завершилась интерактивная программа тематической игрой и просмотром видеороликов о вреде курения и способах отказа от привычки.