

A hand is shown holding several cigarettes. The background is white with green leaves at the top. The text is overlaid on the image.

ЖИЗНЬ
СТОИТ ТОГО, ЧТОБЫ

ЖИТЬ

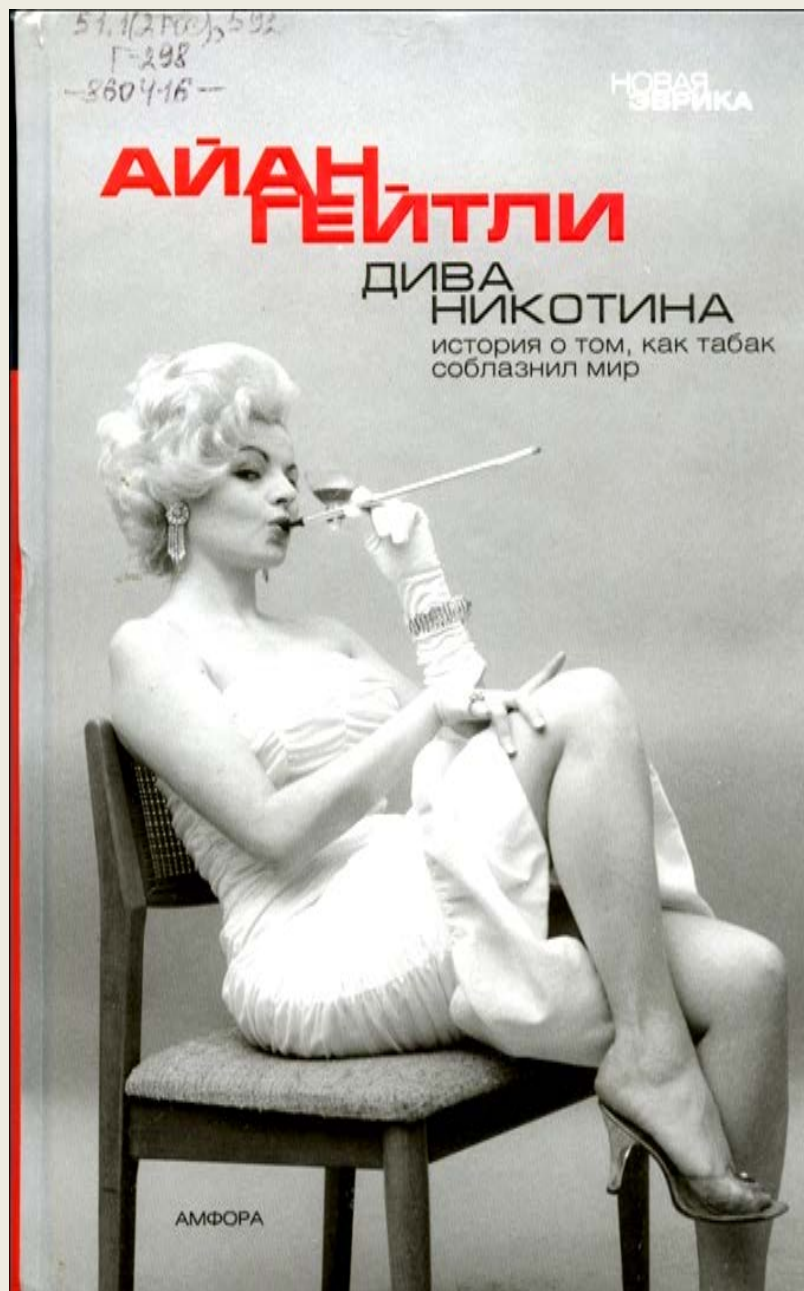


Электронная книжная выставка



Оноре де Бальзак

*Табак приносит вред телу,
разрушает разум,
отупляет целые нации.*



Гейтли, А. Дива никотина : история о том, как табак соблазнил мир / Айан Гейтли ; [пер. с англ. А. А. Девеля и Л. А. Девель ; лит. ред. Б. В. Останин]. – Санкт-Петербург : Амфора, 2005. – 427, [1] с. – (Новая Эврика). – Текст : непосредственный.

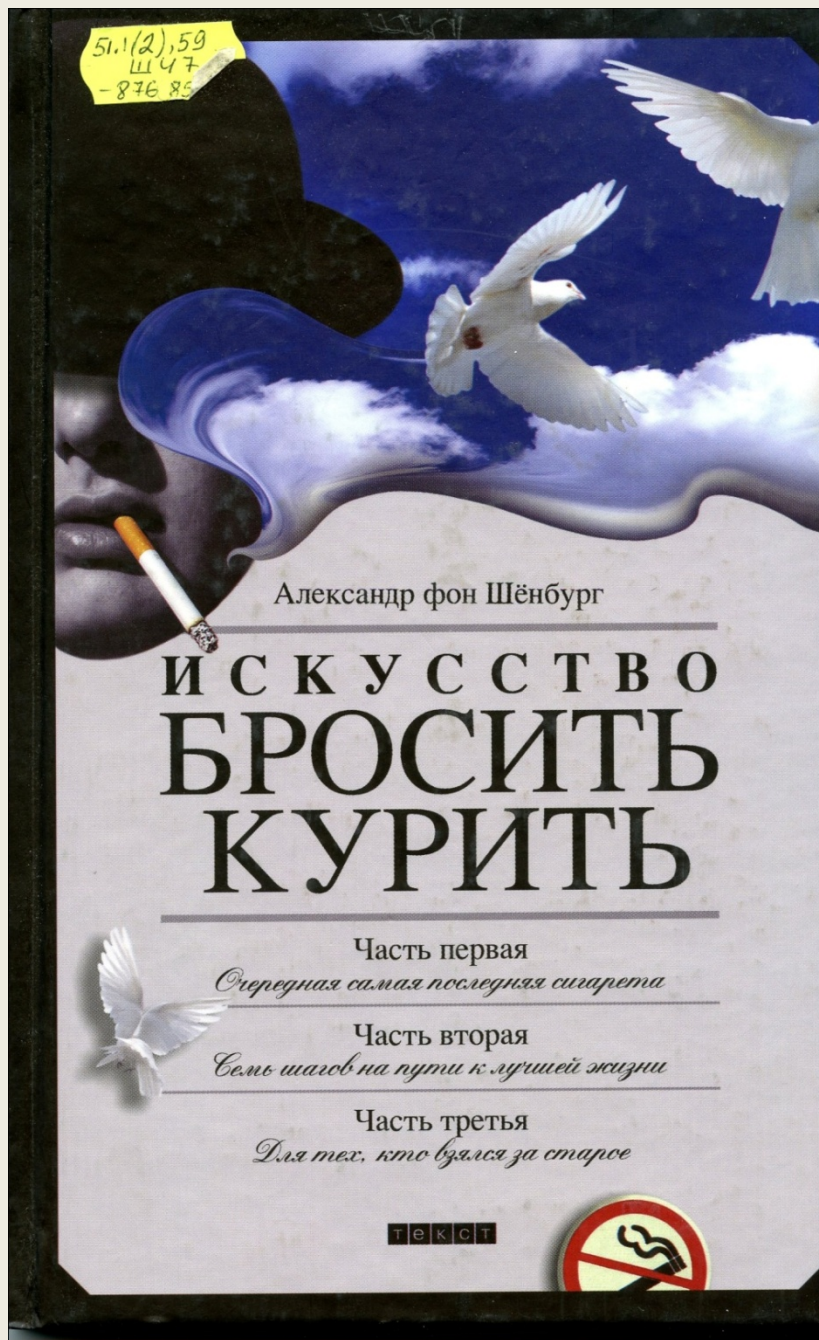
Удивительная и крайне увлекательная история покорения мира незатейливым растением, обладающим дьявольской притягательностью, табаком. А. Гейтли удалось создать интригующее динамичное произведение, анализирующее исторические, культурные и геополитические корни табачного феномена.

Рассчитана на широкий круг читателей.



Дыши свободно: профилактика подросткового курения в вопросах и ответах / [гл. ред. Т. Я. Ефимова] // Здоровье рекомендует. – 2005. – № 5. – 32 с. – Текст : непосредственный.

Этот журнал состоит из тех вопросов, которые вы, мамы и папы, бабушки и дедушки, задали нам во время «Горячей линии» о подростковом курении. Журнал «Здоровье» проводил её в январе-феврале 2005 года. Отвечать на ваши вопросы мы пригласили ведущих подростковых психологов и наркологов. Надеемся, что их советы, доводы и объяснения помогут вам оградить детей от пагубной привычки.



Шёнбург, А. Искусство бросить курить, не испортив настроения = Der fröhliche Nichtraucher Wie man gut gelaunt mit dem Rauchen aufhört / Александр фон Шёнбург ; перевод с немецкого С. Городецкого. – Москва : Текст, 2009. – 156, [2] с. – Библиография : с. 156-157. – Текст : непосредственный.

Новая книга Александра фон Шёнбурга адресована людям, которые хотят, но по разным причинам никак не могут бросить курить. С присущим ему юмором Шёнбург рассказывает о мифам и легендах, которыми утешают или пугают себя курильщики, и без всякого эпатажа и назидательности помогает читателям выполнить принятое ими решение.



Казьмин, В. Д. Хочу бросить курить! Это проще чем вы думаете, мы и наше потомство / В. Д. Казьмин ; [отв. ред. : Оксана Морозова, Наталья Калиничева]. – издание 2-е. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2007. – 157, [1] с. – (Панацея). – Текст : непосредственный.

В книге собраны советы и рецепты традиционной и народной медицины, а также различные психологические приёмы, которые действительно помогут вам отказаться от этой вредной привычки, рассчитаны эти средства на людей разного характера: а кому-то – более щадящий способ. Помните, бросить курить – это реально!.

51.1(2)592
K-268
879 127

АЛЛЕН КАРР

ЛЕГКИЙ СПОСОБ

БРОСИТЬ КУРИТЬ



ДОБРАЯ КНИГА

Allen Carr's
Easyway

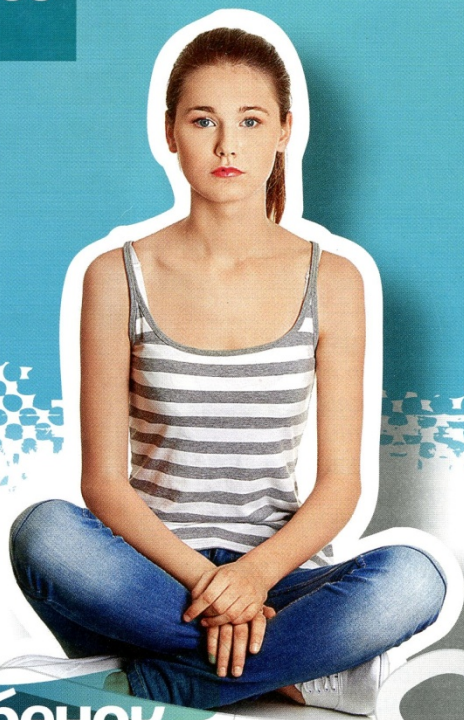
Карр, А. Лёгкий способ бросить курить = Easy way to stop smoking / Аллен Карр ; [пер. с англ. Т. Нефёдова ; ред. М. Драпкина]. – 2-е изд., доп. и перераб.. – Москва : Добрая книга, 2007. – 207, [1] с. – Текст : непосредственный.

В прошлом высококвалифицированный бухгалтер, Аллен Карр был заядлым курильщиком и выкуривал по сотне сигарет в день. В 1983 году после бесчисленных и безуспешных попыток бросить курить он разработал собственный способ раз и навсегда избавиться от никотиновой зависимости, ныне известный всему миру как «Лёгкий способ бросить курить». Его метод, демонстрируя феноменальную эффективность, получил признание среди специалистов, приобрёл широкую популярность и пользуется огромным успехом во многих странах мира.



Казьмин, В. Д. Курение, мы и наше потомство / В. Д. Казьмин ; [худож. И. С. Клейнард]. – Москва : Советская Россия, 1989. – 61, [2] с. – Текст : непосредственный.

Курение – своего рода эпидемия XX столетия – вызывает с каждым годом всё большую тревогу мировой общественности. Эта вредная привычка самым отрицательным образом сказывается на здоровье людей, приводя ко многим серьёзным заболеваниям. Особую опасность курение таит в себе для женского организма. То, что у курящих родителей рождается ослабленное, подверженное болезням потомство, не подлежит сомнению. Цель книги – доказательно, со стороны научных позиций, показывая вред курения, убедить в необходимости отказаться от столь пагубного пристрастия.



Ребенок
курит?!

**Школа
выживания
для родителей
подростков**

18+

Ребёнок курит : Школа выживания для родителей и подростков // Здоровье рекомендует. – 2013. – № 40. – 32 с. – Текст : непосредственный.

Многие родители обеспокоены тем, что их дети могут закурить или уже курят, но не знают, как оградить их от вредной привычки.

В этом журнале специалисты – психологи и наркологи помогут родителям вести непростой разговор с подростками о вреде курения.

51.1(2)592
С-272
- ВР -

Журнал

Здоровье

рекомендует

Сделай выбор : Профилактика подросткового курения в вопросах и ответах // Здоровье рекомендует. – 2008. – № 8, апрель. – 32 с. – Текст : непосредственный.

Вести беседу с подростками на любую тему, а тем более столь деликатную, как курение, - дело не простое, требующее терпения и чуткости. Далеко не все мамы и папы умеют построить разговор так, чтобы ребёнок их услышал, да и зачастую просто не могут найти других аргументов кроме заезженного «курить вредно для здоровья».

В этом журнале специалисты – психологи и наркологи поделятся с родителями доводами и советами о вреде курения.

**Сделай
Выбор!**

56.145.021

К-93

855574

«ПЛЮСЫ» И «МИНУСЫ», КОТОРЫЕ
ОПРИОБРЕСТИ ЗА СЧЕТ КУРЕНИЯ

КУРЕНИЕ

ТОНКОСТИ, ХИТРОСТИ И СЕКРЕТЫ



Несмотря на то, что курение табака является сильной привычкой, а также формой наркотической зависимости, миллионам людей все-таки удалось бросить курить. В этой книге вы найдете все «плюсы» и «минусы», которые можно «приобрести» за счет курения.

Под редакцией
кандидата
медицинских наук
Татуры Ю.В.



ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

Курение : тонкости, хитрости и секреты
/ [под ред. Ю. В. Татуры]. — Москва : Новый издательский дом. — 2004. — 351 с. — Текст : непосредственный.

В этой книге рассказывается о вреде курения, о происхождении табака, о программах по борьбе с курением.

Книга рассчитана на широкий круг читателей.

В.Ф.Левшин

БН.194.49
Л-382
-840862-

КУРИТЬ или НЕ КУРИТЬ?

Полезные
сведения
для курящих
и некурящих



ФКС
«Физкультура и Спорт»

Левшин, В. Ф. Курить или не курить? :
Полезные сведения для курящих и
некурящих / В. Ф. Левшин ; [ред. М. Л.
Амосова]. – Москва : Физкультура и спорт,
2002. – 159, [1] с. – Текст :
непосредственный.

Автор этой книги, занимаясь профессиональной помощью в отказе от курения, даёт интересную, полезную и достоверную информацию о курении и его последствиях, о плюсах и минусах этой привычки; о том, как бросить курить и как не стать курильщиком.

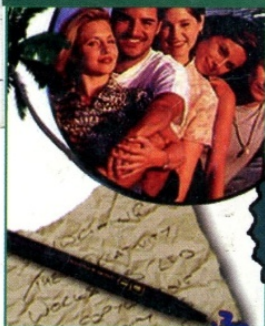
Книга иллюстрирована диаграммами, графиками, схемами, а также рисунками, некоторые из которых выполнены детьми – участниками нью-йоркского городского конкурса «Плакат против курения»

ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

56.145.021

K-93

846735



Для
МУЖЧИН и
ЖЕНЩИН,
которые хотят
выяснить, как
курение табака
влияет на
здоровье

Под редакцией
кандидата медицинских наук
Ю.В. Татуры

КУРЕНИЕ

СОВЕТЫ, РЕКОМЕНДАЦИИ И РЕЦЕПТЫ

Несмотря на то, что курение табака является сильной привычкой, а также формой наркотической зависимости, миллионam людей все-таки удалось бросить курить.

В этой книге вы найдете все «плюсы» и «минусы», которые можно «приобрести» за счет курения.

Секреты табачного дыма. Тайны никотина.
Никотиновая зависимость. Как курить правильно.
Последствия. Как бросить курить. Народные рецепты.
Как получить пользу от никотина.

Курение : советы, рекомендации и рецепты / [под ред. Ю. В. Татуры]. – Москва : ВБВ : Познавательная книга плюс, 2002. – 412 с. – (Ваше здоровье). – Текст : непосредственный.

Несмотря на то, что курение табака является сильной привычкой, а также формой наркотической зависимости, миллионam людей всё-таки удалось бросить курить.

В этой книге вы найдёте все «плюсы» и «минусы», которые можно «приобрести» за счёт курения.



Не унесённые дымом / [гл. ред. Т. Я. Ефимова] // Здоровье рекомендует, 2003. – № 4, ноябрь. – 32 с. – (Компас). – Текст : непосредственный.

В журнале рассказывается о проблеме подросткового курения, о том как убедить ребёнка бросить курить, а также, был проведён анализ данных социологического исследования о влияние родителей на отношение подростков к курению.

В журнале ведущие отечественные медики, психологи, социологи, педагоги советуют, как защитить детей от пагубной привычки.

Журнал «Здоровье рекомендует» рассчитан на широкий круг читателей.



Руденко, Е. И. Наследство Жана Нико / Е. И. Руденко. – издание второе, стереотипное. – Москва : Медицина, 1986. – 31, [2] с. – (Научно-популярная медицинская литература). – Текст : непосредственный.

В брошюре приведены некоторые сведения из истории курения табака. Автор рассказывает о самой распространённой вредной привычки – курении, о влиянии табака на различные органы и системы человеческого организма, о мерах, которые могут помочь в борьбе с распространением курения.

Брошюра рассчитана на широкий круг читателей.



Спасибо, не курю! / [сост.: И. Заикин, А. Никитин]. — Москва : Молодая гвардия, 1990. — 172, [2] с. — (Компас). — Текст : непосредственный.

Авторы сборника заставляют по-новому взглянуть на проблемы курения, которые стоят того, чтобы о них задуматься.

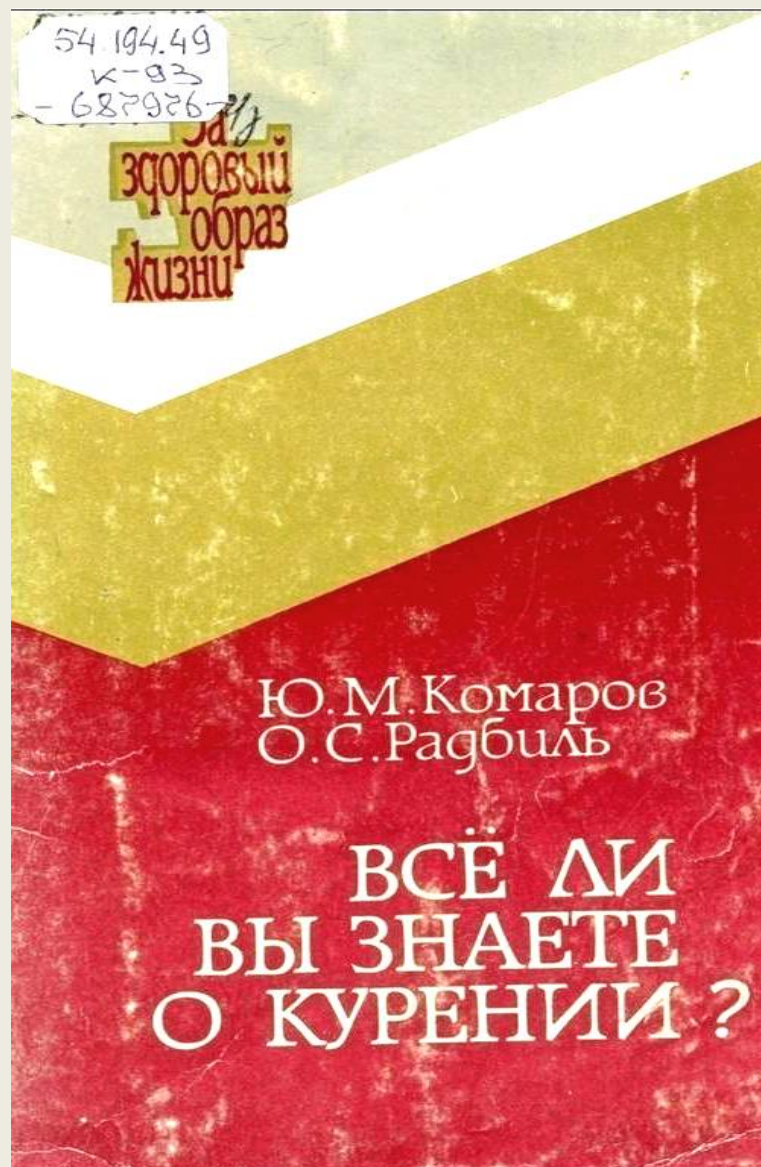
Издание рассчитано на массового читателя.



Кельин, Л. Л. Как самостоятельно избавиться от курения / Л. Л. Кельин, Ю. Л. Мучник, М. С. Прусс. – 2-е изд. – Санкт-Петербург: Нева, 2003. – 127 с. – Библиография : с. 116. – Текст : непосредственный.

Книга содержит информацию о воздействии курения на организм, о стадиях формирования табачной зависимости, о влиянии никотина и других компонентов табачного дыма на различные органы, о путях преодоления табачной зависимости.

Книга адресована всем, кто хочет избавиться от табачной зависимости.



Комаров, Ю. М. Всё ли вы знаете о курении? / Ю. М. Комаров, О. С. Радбиль ; [ред.: И. А. Солдатова, Т. И. Черныш]. – Киев : Здоровья, 1989. – 61, [3] с. – Библиография : с. 63. – (За здоровый образ жизни). – Текст : непосредственный.

В книге рассказывается об истории табакокурения, составе и свойствах табачного дыма, распространения этой вредной привычки и её негативном влиянии на здоровье, заболеваемость и смертность населения, продолжительность активной жизни.

Важное место отводится авторами мерам борьбы с этой вредной привычкой и профилактике курения.