



ОБЩЕЕ ДЕЛО
общее-дело.рф

Общероссийская общественная организация

4 КЛЮЧА К ТВОИМ ПОБЕДАМ

ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ ФИЛЬМ
«4 КЛЮЧА К ТВОИМ ПОБЕДАМ»

1 КЛЮЧ
ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

ПЕРВЫЙ КЛЮЧ – ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ.

Вот что для этого можно делать:

1. Избегать того, что нас отправляет: алкоголь, табак, другие наркотики
2. Давать себе физические нагрузки, например, заниматься бегом, упражнениями на турниках
3. Отдыхать и восстанавливаться: ложиться спать до десяти часов вечера, чтобы организм полноценно восстановился

2 КЛЮЧ
ОБРАЗОВАНИЕ

ВТОРОЙ КЛЮЧ – ОБРАЗОВАНИЕ

Вот что для этого можно делать:

1. Ставить и записывать цели на неделю, месяц, год, подводить итоги своих достижений
2. Избегать пустого времяпрепровождения у телевизора, за компьютерными играми, в интернете
3. Читать, слушать и смотреть то, что интеллектуально развивает

3 КЛЮЧ
ПОСТРОЕНИЕ ОТНОШЕНИЙ

ТРЕТИЙ КЛЮЧ – ПОСТРОЕНИЕ ОТНОШЕНИЙ

Вот что для этого можно делать:

1. Проявлять внимание к членам семьи, например, сходить с родителями в музей или концертный зал
2. Помогать окружающим людям, участвовать в благотворительных акциях и волонтерской деятельности
3. Развивать отношения с порядочными и целеустремленными людьми. Посещать литературные и туристические клубы, музыкальные и спортивные кружки

4 КЛЮЧ
ВНУТРЕННИЙ МИР

ЧЕТВЕРТЫЙ КЛЮЧ – РАЗВИТИЕ ВНУТРЕННЕГО МИРА

Вот что для этого можно делать:

1. Быть избирательным к тому, что мы смотрим, читаем и слушаем
2. Анализировать свою жизнь, учиться смотреть на себя со стороны, учиться осознавать свои мысли и чувства
3. Наполнять свой внутренний мир, например, читая глубокие книги, проводя время на природе

ТВОИ ОТВЕТНЫЕ САНКЦИИ

97% табачного производства в России принадлежит иностранным компаниям. Российский рынок табака поделен между Японией, США и Великобританией. Например, японцы – Japan Tobacco, производят в нашей стране такие сигареты, как «Петр I», «Русский Стиль», «Наша Прима», «Тройка». Годовой оборот этой компании составляет 42 миллиарда долларов США! Основной акционер и собственник – правительство Японии.



ЧТО ОТ ЭТОГО ПОЛУЧАЕТ РОССИЯ?

По данным Минздрава России, убытки от производства и продажи сигарет в 10 раз превышают доход от акцизов. Например, в 2012 году из-за курения наша страна потеряла 1 триллион 200 миллиардов рублей! То есть бюджет получает один рубль, а теряет десять!

УЗНАЙ БОЛЬШЕ
д/ф «Секреты манипуляции.
Табак»



ЕЖЕГОДНО

от болезней, связанных с курением, в России умирает 400 тысяч человек! Это численность целого города, такого как Иваново или Владимир.

ПЕРЕСТАНЬ ОТДАВАТЬ ДЕНЬГИ

тем, кто разрушает твоё здоровье! Россия – один из основных рынков сбыта для этих компаний. Если все здравомыслящие россияне откажутся от курения, мы не только оздоровим наше общество, но и нанесем серьезный финансовый удар по тем, кто разрушает нашу страну.

БОЛЕЕ 90 %

всех алкогольных предприятий в России принадлежат иностранным компаниям. Например, рынок производства пива практически полностью монополизирован четырьмя компаниями из Бельгии, Турции, Дании и Нидерландов. В советское время алкогольная монополия давала государству прибыли, сравнимые с нефтяными. Сейчас почти все эти деньги уходят из нашей страны зарубеж.

ПЕРЕСТАНЬ ОТДАВАТЬ ДЕНЬГИ

тем, кто разрушает твоё здоровье! Прекрати поддерживать тех, кто спаивает население России! Если все здравомыслящие россияне перестанут употреблять алкоголь, мы не только оздоровим наше общество, но и нанесем серьезный финансовый удар по тем, кто разрушает нашу страну.

РАДИ НАШИХ ДЕТЕЙ

Согласно исследованиям, 60% детей в пьющих семьях подвергаются насилию. Более 90 процентов детей в детских домах, это дети родителей, лишенных родительских прав из-за алкоголя. По статистике, 40 процентов выпускников детдомов попадают в тюрьму, ещё 40 процентов становятся алкоголиками или наркоманами, 10 процентов кончают жизнь самоубийством, и лишь 10 процентов находят в себе силы начать нормальную жизнь.

ЕЖЕГОДНО

в нашей стране алкоголь становится причиной смерти 500 тысяч человек! Покупая каждый раз наш, якобы российский алкоголь, надо понимать, что мы участвуем в гигантских сверхприбылях иностранных монополий. Это огромный, циничный, очень расчетливый бизнес. И его делают на нас с вами!

ЧТО ЖЕ ПОЛУЧАЕТ РОССИЯ

от продажи спиртного? По данным Общественной палаты России, прямые и косвенные убытки от алкоголя составляют 1,7 триллиона рублей. Это примерно в 20 раз больше акцизов, т.е. на каждый полученный рубль бюджет теряет 20!

УЗНАЙ БОЛЬШЕ
д/ф «Секреты манипуляции.
Алкоголь»



ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ

**ОБЩЕЕ
ДЕЛО**

общее-дело.рф

7 причин, чтобы отказаться от табачного яда

1



Покажи правильный пример детям и молодежи. Задумайся, какой пример ты им подаешь?

2



Перестань поддерживать тех, кто уничтожает твою страну табаком. Каждый год в нашей стране погибает 400 тысяч человек от болезней, связанных с курением!

3



Каждая выкуренная сигарета сокращает твою жизнь на 15 минут. Продолжая курить, ты сокращаешь свою жизнь в среднем на 10–20 лет. А последние 10–20 лет твоей уже сократившейся жизни будут полны всевозможных болезней и расстройств, в том числе в половой сфере.

5



Прекрати курить, чтобы улучшить свою внешность! Курение – это плохой цвет лица, дряблость и сухость кожи, ломкие тусклые волосы, облысение.

6



Прекрати курить, чтобы экономить 40–50 тысяч рублей в год! Ты найдешь лучшее применение этим деньгам.

7



Прекрати курить, чтобы в будущем зачать и родить здоровых детей. В табачном дыме содержится более 50 токсичных соединений, вызывающих мутации, т.е. непоправимое генетическое повреждение клеток, в том числе и половых.

УЗНАЙ ПРАВДУ!

Смотри фильмы, ролики, мультфильмы:
общее-дело.рф