

Droga Przyjaciółko,

Piszę ten list, aby zmotywować Cię do rzucenia palenia. Udowodnię Ci, że wdychanie i wydychanie dymu nie jest takie przyjemne i relaksacyjne.

Dorośli najczęściej palą, aby pokonać w ten sposób stres, związany z problemami w pracy czy w domu. Często nie zdają sobie sprawy, jakie są konsekwencje palenia albo myślą, że to ich nie dotyczy. Nie chcę Ci dzisiaj mówić o tym, jak źle to wpływa na Twoje zdrowie, ale chcę uświadomić, jak widzą Cię inni. Wszyscy wiemy, że wizytówką człowieka są zęby. Zęby palacza nie są takie ładne, jak człowieka niepalącego. Uzębienie staje się pożółkłe, gromadzi się na nim kamień, a próchnica częściej występuje. Na drugim miejscu po uśmiechu, inni patrzą na oczy. U osób palących nie wyglądają one ładnie! Często są przekrwione i sine, co nie jest powodem do dumy. Zapach ubrań palaczy jest kolejną przeszkodą do zawierania z nimi znajomości. Dym papierosowy „wsiąka” w ubrania, dlatego nie pachną one świeżo i ładnie. Jak widzisz, przedstawiony przeze mnie obraz osoby palącej nie wygląda ciekawie i nie budzi zainteresowania.

Mam nadzieję, że mój list zmotywuje Cię do rzucenia tego okropnego nałogu. Pamiętaj, dzisiaj czujesz się dobrze, ale nie znaczy to, że jutro też tak będzie. Choroby nie napiszą Ci listu, że mają Cię na celu.

Twoja Przyjaciółka