

Бросить курить.

Недостатки курения:

- ухудшение физической формы, уменьшение энергии;
- частые простуды;
- высокий риск развития болезней сердца и легких.

Преимущества прекращения курения:

- улучшается вкус и обоняние;
- исчезает кашель курильщика;
- уменьшается подверженность простудным заболеваниям.

