

للإقلاع عن التدخين فوائد!

http://www.aleqt.com/2010/09/21/article_445067.html

المصدر : صحيفة الإقتصادية

إن فوائد الإقلاع عن التدخين تشمل ما هو أكثر من الحصول على صحة أفضل، وعلى سبيل المثال لا الحصر:

1. ستوفر كثيرا من النقود.
2. تستعيد السيطرة على حياتك.
3. ستصبح قدوة حسنة للأطفال في أسرتك وفي مجتمعك.
4. زيادة الإنتاجية في العمل.
5. تحسن العلاقات مع أفراد الأسرة.
6. تحسن الشهية وارتفاع كفاءة حاستي التذوق والشم.
7. الحفاظ على الملابس أكثر نظافة والأسنان أكثر بياضا.
8. النفس أفضل رائحة.
9. المظهر أكثر جمالا.
10. القدرة على القيام بالواجبات الزوجية والأسرية.

شارك معنا في رفض آفة التبغ عبر منتدى المشاركات المجتمعية

<http://forum.sa-tcp.com/>

الصحف والمواقع العربية

لا يوجد أخبار جديدة