

## Советы для родителей

**Помните!**  
**Дети, которые**  
**начали курить в**  
**раннем детстве,**  
**курят всю**  
**жизнь!!!**



1. Ни в коем случае **не давайте** ребенку пробовать табачные изделия и алкогольные напитки.

2. По возможности **не курите** в том помещении, в котором находится ваш ребенок, так как табачный дым отрицательно влияет на его здоровье и ум.

3. **Попробуйте** побеседовать с ребенком о вредном воздействии алкоголя и табака на растущий организм. **Избегайте** при этом прямых нравоучений и запретов, используйте детскую литературу на эту тему. **Нарисуйте** семейный плакат «Курить вредно!».

4. **Попросите** вашего ребенка рассказать, как он будет отвечать, как поступать, если старшеклассники, друзья или взрослые будут предлагать ему спиртное и сигареты. Поощрите лучшие из его ответов. **Подскажите** свои варианты отказа, а также посоветуйте, как можно избежать этих ситуаций.

5. **Обсудите**, как правильно надо поступать, если ребенок находится в помещении, в котором курят взрослые — знакомые или незнакомые.

Мамы и папы,  
Бабушки и дедушки,  
Юноши и девушки,  
И даже малыши!

Мы хотим Вам предложить  
Без куренья жизнь прожить.  
Быть здоровым так легко:  
Соки пить и молоко.

Заниматься физкультурой,  
Музыкой, литературой,  
Жить, мечтать, творить, любить  
И, конечно, не курить.

Словно трубы не дымите,  
Мы Вас просим:

**НЕ КУРИТЕ!!!**

**Курение, алкоголизм, токсикомания и наркомания это беды и проблемы общества.**

Особенно обидно, что от этих вредных привычек страдают дети, их неокрепший организм. Разрушается генофонд России, подрывается здоровье нации.

**Курение** принимает катастрофические масштабы. Курить начинают дети с дошкольного возраста. Обучаясь в третьем, в пятом классе, некоторые дети уже имеют стаж курения от года и более.

К запаху табака многие дети привыкают с рождения и даже с внутриутробного развития. Курят будущие мамы, курят кормящие мамы, курят родители в своей квартире, не обращая внимания на находящихся рядом с ними малолетних детей.

И никто не задумывается о последствиях, хотя все знают, что курение опасно для здоровья.

«Пассивное курение» еще более опасно. Страдают от этого те люди, которые не могут спастись от вездесущего запаха табачного дыма.

**Только родитель, самый близкий человек, может уберечь своего ребенка от большой беды!**



МОУ ООШ с.Крутец