Помните!

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



Советы для родителей

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!**