**УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!**

 Всемирная организация здравоохранения определяет здоровье как состояние полного физического, духовного и социального благополучия. Здоровье – непременное условие достижения счастья. Каждый человек имеет право на информацию о тех факторах, которые определяют его здоровье или являются факторами риска.

 На основе точных научных данных Всемирная организация здравоохранения признала разрушающими здоровье привычками наркоманию, алкоголизм, **табакокурение.**

 Табак завезен в Европу после открытия Америки. В Россию попал во времена Ивана Грозного. В XVIII веке был издан указ о том, чтобы сечь употреблявших его кнутом и бить палками, а у наиболее злостных отрезать уши и нос.

 В настоящее время смерть от курения составляет около 30 миллионов человек в год. Фирма «Филипп Моррис» никогда не сообщает, что человек, снимавшийся в рекламе их продукции, умер от рака легких. В США уже не один десяток лет ведется кампания против курения табака. Только треть взрослого населения США продолжает курить. Одновременно с этим растет экспорт изделий. Сейчас он составляет 44%. Табачные компании США (не России!) получают в год 12 700 миллионов долларов прибыли.

 Среди болезней, которые вызывает курение, на первом месте сердечнососудистые заболевания, на втором – рак, далее – бронхиты, хронические пневмонии. Курение угнетает деятельность половых желез, может вызвать бесплодие. Накопление в крови беременной женщины вредных веществ может вызвать появление детей с эпилепсией, пороком сердца, «заячьей губой», шестипалостью. Вещества табака проникают через плаценту и вызывают у эмбриона гипоксию, кислородное голодание, ослабляют плод, в тяжелых случаях могут вызвать выкидыш…

 Человек не склонен исключать те виды поведения, которые приносят удовольствие. Выбор в пользу здоровья требует высокого уровня понимания и усилий воли.

***УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!***

 ***ПОДУМАЙТЕ О БУДУЩЕМ ВАШИХ ДЕТЕЙ!***

**УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!**

 Случается так, что друзья ваших детей предлагают им закурить, и бывает очень трудно отказаться от таких предложений. Ваш ребенок не хочет выглядеть «белой вороной» или просто ему не хватает умения, чтобы отказаться и поступить не так как «все». Будет ли он курить или нет, - это его выбор. Но Вы можете повлиять на него, даже если на решение влияют друзья, курящие окружающие или табачная реклама.

Но, может быть ваш ребенок хочет получить «нечто особенное»?

- «привлекательный» внешний вид: желтые зубы и пальцы, серый оттенок кожи, ранние морщины;

* быть похожим на пепельницу, с таким же неприятным запахом и дорожками пепла на одежде;
* хронические болезни, связанные с курением: рак легких, хронический бронхит, болезни сердца;
* отдышку и сердцебиение при физических нагрузках;
* постоянно прятаться от родителей и учителей;
* экономить на завтраках, откладывая деньги на сигареты.

Тогда вы действительно можете позволить ему завести себе пагубную привычку, от которой потом будет очень сложно избавиться.

Но если ваш ребенок хочет:

- сохранить свое здоровье;

* состояться в жизни как личность;
* выглядеть молодо и привлекательно;
* всегда быть в хорошей спортивной форме;
* родить и вырастить здоровых детей;
* быть самостоятельным человеком;
* не быть рабом вредной привычки.

 Не допустите, чтобы табак помешал ему реализовать свои возможности, и поставьте большую жирную точку.

***ПРОВОДИТЕ БОЛЬШЕ ВРЕМЕНИ С ДЕТЬМИ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ, ЗАНИМАЙТЕСЬ СПОРТОМ.***

***КУРЕНИЕ И СПОРТ – НЕСОВМЕСТИМЫ!***

***СПОРТ И КРЕПКОЕ ЗДОРОВЬЕ ВЗАИМОСВЯЗАНЫ.***

***ПОМНИТЕ! ЖИЗНЬ И ЗДОРОВЬЕ ВАШИХ ДЕТЕЙ – В ВАШИХ РУКАХ!***