

Полезные ресурсы

для организации и проведения мероприятий, направленных на профилактику употребления в подростковой и молодежной среде табачных изделий или потребления «Мы за чистые лёгкие!»

Тема	Анонс	Ссылка
Материалы, которые могут быть полезны педагогам и родителям		
Публикации		
Россия входит в число самых курящих стран мира	В интервью «Российской газете» руководитель Роспотребнадзора Анна Попова приводит статистические данные о распространении курения в России и еще поднимает много важных и интересных тем	https://www.rosпотребнадзор.ru/press_service/publications/?ELEMENT_ID=7877&phrase_id=3796835
Каким бывает табак	Краткая информация для педагогов и родителей о различных никотинсодержащих веществах	https://www.takzdorovo.ru/privychki/glavnoe/vidy-tabachnoj-produktsii/
Насвай	Что такое насвай, откуда он пошел, из чего делается и как он влияет на организм?	https://www.takzdorovo.ru/privychki/narkotiki/nasvai/
Снюс опаснее сигарет	Снюс является одним из видов бездымного табака. Опасен он или нет?	https://www.takzdorovo.ru/privychki/kurenie/snus-opasnee-sigaret/
Вейпы и айкос: опасный тренд?	Из данной статьи педагоги и родители узнают настолько электронные сигареты — столь модное сейчас развлечение — является безобидным.	https://www.takzdorovo.ru/articles/5151427/
О вреде курения для школьников и подростков	И еще немного о вреде курения для подростков	https://www.takzdorovo.ru/deti/podrostki/o-vrede-kurenija-dlya-shkolnikov-i-podrostkov/
Курение подростками электронных сигарет	Статья поднимает ряд важных проблем: зачем подростки курят электронные сигареты, как вейпы влияют на их мозг и психику и как родителям уберечь своего ребёнка от этого?	https://www.takzdorovo.ru/deti/podrostki/kurenie-podrostkami-elektronnykh-sigaret/
Родителям намного сложнее заподозрить ребенка в вейпинге, чем в курении	По мнению ученых о вейпинге ребенка знают только 40% родителей. Этот материал открывает глаза взрослых на модную привычку среди подростков.	https://www.takzdorovo.ru/privychki/kurenie/roditelyam-namnogo-slozhnee-zapodozrit-rebenka-v-vejpinge-chem-v-kurenii/

Как формируется никотиновая зависимость	Что же такое никотиновая зависимость? Как она формируется? И можно ли от нее избавиться? На эти и другие вопросы можно получить информацию из статьи Министерства здравоохранения РФ	https://www.takzdorovo.ru/privychki/glavnoe/kak-formiruetsya-nikotinovaya-zavisimost/
Курение подростков	Как понять, что ваш ребенок начал курить? Как это предотвратить? Как поговорить с ним о курении? На эти и другие вопросы ответит врач-нарколог	https://www.takzdorovo.ru/privychki/kurenie-podrostkov/
Как помочь подростку бросить курить	Итак, то, чего вы так опасались, случилось. Ваш ребенок признался, что он курит. И это не единственная сигарета за углом школы, а уже сформировавшаяся привычка. Как помочь подростку бросить курить?	https://www.takzdorovo.ru/deti/podrostki/kak-pomoch-podrostku-brosit-kurit/
Как продают табак детям	Проводя профилактические мероприятия, мы стараемся сделать их интересными и эффективными, но всегда ли наши подходы так уж безобидны?	https://www.takzdorovo.ru/deti/podrostki/kak-prodaut-tabak-detyam/
Дать хоть немного свободы: почему проверка школьников на курение бессмысленна	Вице-премьер Татьяна Голикова предложила проверять школьников на употребление никотина. Клинический и кризисный психолог Мария Зеленова рассуждает, насколько подобные инициативы могут быть эффективны, и есть ли другие способы сократить количество курящих подростков	https://www.forbes.ru/forbeslife/442983-dat-hot-nemnogo-svobody-pocemu-proverka-skolnikov-na-kurenie-ne-imeet-smysla
Здоровье или табак	Он-лайн конференция на тему «Здоровье или табак». О проблемах курения, о том, каким образом в Иркутской области идет борьба с курением, рассказали специалисты Управления Роспотребнадзора по Иркутской области.	http://38.rospotrebnadzor.ru/c/journal/view_article_content?groupId=10156&articleId=146159&version=1.0
Сколько свободы нужно подростку	Когда дети вступают в подростковый возраст, они начинают просить больше свободы. В этот период родители, как правило, мечутся между желанием вырастить самостоятельного и уверенного в себе человека и страхом за его благополучие. Сколько же свободы надо подростку?	https://www.takzdorovo.ru/deti/podrostki/skolko-o-svobody-nuzhno-podrostku/
О рекомендациях как грамотно	Рекомендации Роспотребнадзора о том, как не потерять связь со	https://www.rospotrebnadzor.ru/about/info/new

организовать семейный досуг	своим ребенком. Может быть, в этом поможет совместный досуг?	s/news_details.php?ELEMENT_ID=13372&sp_hrase_id=3796835
Тестирование		
Курит ли ваш ребенок?	<p>Всем известно, что в младшем и среднем школьном возрасте у людей закладывается отношение ко многим вещам, именно поэтому профилактика употребления табака, алкоголя и других ПАВ среди школьников так важна. Проще предупредить, чем лечить. Если родители обеспокоены тем, какому риску подвержен ваш ребенок, тесты в этом помогут.</p> <p>О вреде употребления ПАВ сказано многое. И каждый родитель искренне верит, что это не коснется его ребенка. Но если есть сомнения, то можно воспользоваться тестами и узнать, какому риску подвержен ваш ребенок</p>	https://www.takzdorovo.ru/tests/2267271/intro/
Что вы знаете о пассивном курении?		https://www.takzdorovo.ru/tests/1941911/intro/
Как сохранить здоровье подростка?		https://www.takzdorovo.ru/tests/1771629/intro/
Оценка никотиновой зависимости		https://www.takzdorovo.ru/tests/3113/intro/
Материалы для детей		
Не парить и не курить: опасен ли вейпинг и почему надо отказаться от электронных сигарет	Электронные сигареты и вейпы многие школьники считают более безопасными, чем обычные сигареты. На самом деле, вейперы и окружающие их люди подвергаются воздействию опасных веществ, содержащихся в аэрозолях: тяжелых металлов, диацетила, акролеина и даже формальдегида.	https://www.takzdorovo.ru/articles/5138471/
Видеоролики		
Скрытые вопросы. Опасное погружение.mp4	<p>Мультфильмы для детей 6-11 лет. Юные зрители вместе с командой профессора Познавалова путешествуют по организму человека и видят, что происходит после употребления табака и алкоголя.</p> <p>Для школьников 11-15 лет предлагаем фильмы о вреде табака и разоблачающие скрытые уловки и приемы, которые используют производители, чтобы втянуть человека в его употребление.</p>	https://disk.yandex.ru/i/emurWFsR0_G5eQ
Команда Познавалова – Тайна едкого дыма.mp4		https://disk.yandex.ru/i/uvK1PQMhrqoiG
Команда Познавалова — Опасное погружение (2 серия)		https://disk.yandex.ru/i/OZXVTawC3MiYjg
Скрытые вопросы. Тайна едкого дыма		https://disk.yandex.ru/i/9hvFzFwAg5ceyg
Секреты манипуляции. Табак.mp4		https://disk.yandex.ru/i/uZvqeYE9sGZUM
Никотин. Секреты	https://disk.yandex.ru/i/bTEds7Qn8zXnZw	

манипуляции	Фильмы наглядно показывают, как подростка «подсаживают» на вредные привычки. Материалы были созданы Общероссийской Общественной организацией «Общее дело».	
Новый фильм 2021 «Никотин. Секреты манипуляции». Вейп, Снюс, Айкос. Как бросить курить		https://www.youtube.com/watch?v=nXPoii1SwqU
Видеоролик «ЗОЖ дорога в будущее МБОУ «СОШ №12 имени В.Г. Распутина», г.Братск	Скучные и монотонные лекции — не лучший способ профилактики вредных привычек среди подростков. К тому же дети в возрасте 10-15 лет уже больше склонны доверять не взрослым, а сверстникам.	https://youtu.be/a8xKR1ZXaZM
"Время начинать!" МБОУ СОШ №25, г.Тулу	В школах и гимназиях дети и подростки получают ценную для здоровья информацию не от взрослых, а от таких же ребят, как они сами. Такой метод зарекомендовал себя как один из самых эффективных.	https://youtu.be/eAfRE4uh2UQ
"Мы за здоровое будущее!", МБОУ города Тулуна "СОШ с углубленным изучением отдельных предметов №20 "Новая Эра"	Предлагаем рекламные ролики по ЗОЖ от победителей Всероссийского конкурса социальной рекламы «Стиль жизни – здоровье!», 2021г.	https://youtu.be/C9gVJus0h5s
Презентация «Подари себе жизнь - откажись от табака!»	Можно использовать данную презентацию для организации беседы с родителями учащимися и для педсоветов	https://cloud.mail.ru/public/cLqF/oXUw3sno_d
Снюсы	Ролик знакомит учащихся с необходимой информацией и развенчивает мифы о снюсах	https://cloud.mail.ru/public/3X3d/tkPks2PGe
Плакаты		
Табачные компании затягивают молодежь в свои сети	Для профилактических мероприятий рекомендуем использовать плакаты. Они помогают привлечь внимание учащихся и их родителей к проблеме никотинизации молодежи. Наглядная продукция позволяет в яркой и лаконичной форме познакомиться им с необходимой информацией.	https://www.takzdorovo.ru/upload/iblock/d42/d42423f9922ffe675e7aefd44af099c2.pdf
Статистика		https://www.takzdorovo.ru/upload/iblock/a53/a5379a0f8c603c628120f8a273b58270.jpg
Изменения в организме после отказа от курения		https://www.takzdorovo.ru/upload/iblock/08c/08ca2797b52616c57af273fae7925448.jpg
Состав табачного дыма		https://www.takzdorovo.ru/upload/iblock/50

		5/505070502acca249c56623772b1c2c60.jpg
5 шагов, чтобы бросить курить		https://www.takzdorovo.ru/upload/iblock/338/338d1d81d87e89f65d83c7503591bf97.jpg
Факты о вреде курения		https://www.takzdorovo.ru/upload/iblock/1ac/1acaba298362c53d173bfe20c4614a26.jpg