

Година спілкування «За хмарою тютюнового диму»

Про шкоду паління говорять багато і часто, але, на жаль, для підлітків ці дискусії зовсім не цікаві. Вони вважають, що, викурюючи сигарку разом із ровесниками, вони виглядають старше. На їхню думку, здоров'ю це жодним чином не зашкодить, адже є живий приклад батьків і старших братів. Тому було вирішено на зустрічі зі школярами, присвяченій цій темі й яка відбулася в Славутицькому ЗБІЦі, не читати нотації, а занурити слухачів в історію: як і звідки у людей з'явилася ця шкідлива звичка. Деякі з учнів намагалися вгадати, скільки років тому тютюн увійшов в наше життя спочатку як пахощі для здійснення ритуалів шаманами, потім як ліки від багатьох хвороб, а

вже пізніше – як наркотик, від дії якого дуже складно позбутися. Факти про те, що ж насправді міститься в сучасній сигареті, здивували слухачів. Ніхто з них не здогадувався, що, крім нікотину, в організм надходять чадний газ, смоли, солі важких металів і залишкові речовини, що виникли при згорянні. Більше 40 хімічних сполук сприяють онкологічним захворюванням, причому навіть для пасивних курців цей процес є небезпечним. Сучасні виробники додають різні добавки, щоб курцеві було приємніше триматися за свою звичку, а вже з неї випливає нікотинова залежність.

Учням було запропоновано знайти рішення, як же позбутися

цієї згубної пристрасті. Варіантів було багато, але всі сходилися в одному: простіше не починати курити взагалі. Але якщо вже механізм був запущений, то потрібно підключати мізки. Тоді точно знайдеться правильне рішення, яке поставить людину на шлях до одужання. Було радісно бачити, що підлітки зробили правильний висновок. Ніхто не брав із них ніяких обіцянок, але з'явилася надія, що ця бесіда змінила їх ставлення до паління, і підлітки нарешті всерйоз задумалися: а чи потрібно взагалі це пробувати? Чи краще залишатися здоровим?

Ольга КРОПТА,
завсектором клубної роботи
Славутицького ЗБІЦу