

«КАК УБЕРЕЧЬ ДЕТЕЙ ОТ ВЕЙПОВ»

ПРАВДА, КОТОРУЮ ВАЖНО ЗНАТЬ

Чем опасны вейпы?

Даже «безникотиновые» смеси содержат:
Канцерогены (формальдегид, акролеин);
Тяжёлые металлы (свинец, никель);
Ультрадисперсные частицы, разрушающие лёгкие.
При парении у подростков снижается память, концентрация;
Повышается риск депрессии, тревожности.

Как распознать, что ребенок вейпит?

Изменения в поведении;

Снижение успеваемости;
Скрытность, расходы на «непонятные покупки»;
Сладковатый запах от одежды (ароматизаторы «мята», «ягоды»);
Частый кашель, одышка;
Необычные гаджеты (флешки с огоньком, коробочки с USB).

5 шагов защиты от вейпинга

- 1. Говорите честно - не запугивайте, а объясните последствия:**
«Вейпы вызывают зависимость быстрее сигарет и разрушают мозг и лёгкие».
- 2. Развейте мифы:**
«Надпись «без никотина» - ложь.
- 3. Узнайте окружение:**
Друзья, соцсети, группы в мессенджерах - главные источники давления.
- 4. Предложите альтернативу:**
Спорт, творчество, игры - то, что даёт выброс адреналина и социализацию.
- 5. Покажите последствия вейпинга:**
Видеосюжеты, подкасты и иные реальные истории вейперов.

Если ребёнок уже пробовал:

Не кричите, не угрожайте!

Спросите: «Почему начал?» (любопытство, давление сверстников, стресс).
Предложите сдать вейп в обмен на желанный подарок.
Запишите ребенка на консультацию к психологу.



**QR-код
для записи
к специалистам центра «Ладо»**



**QR-код
на информационный
видеоролик**

