

Памятка для учащихся 1-4 классов

«Мы против электронных сигарет»

1. Вред для здоровья:

- Электронные сигареты содержат вредные вещества, которые могут повредить легкие и сердце.
- Они могут вызывать зависимость, что делает трудным отказ от них.

2. Не для детей и подростков:

- Электронные сигареты предназначены для взрослых, и их использование в вашем возрасте может навредить развивающемуся организму.
- Здоровье — это самое главное, и его нужно беречь.

3. Ложные убеждения:

- Многие думают, что электронные сигареты безопаснее обычных сигарет, но это не так! Они тоже могут быть опасны.

4. Пример для других:

- Если вы будете говорить «нет» электронным сигаретам, вы станете хорошим примером для своих друзей и окружающих.

5. Выбор за вами:

- Помните, что каждый из вас может сделать выбор в пользу здоровья. Выбирайте спорт, активные игры и дружбу вместо вредных привычек!

Берегите себя и выбирайте здоровый образ жизни!

Вместе мы сделаем наш мир лучше!