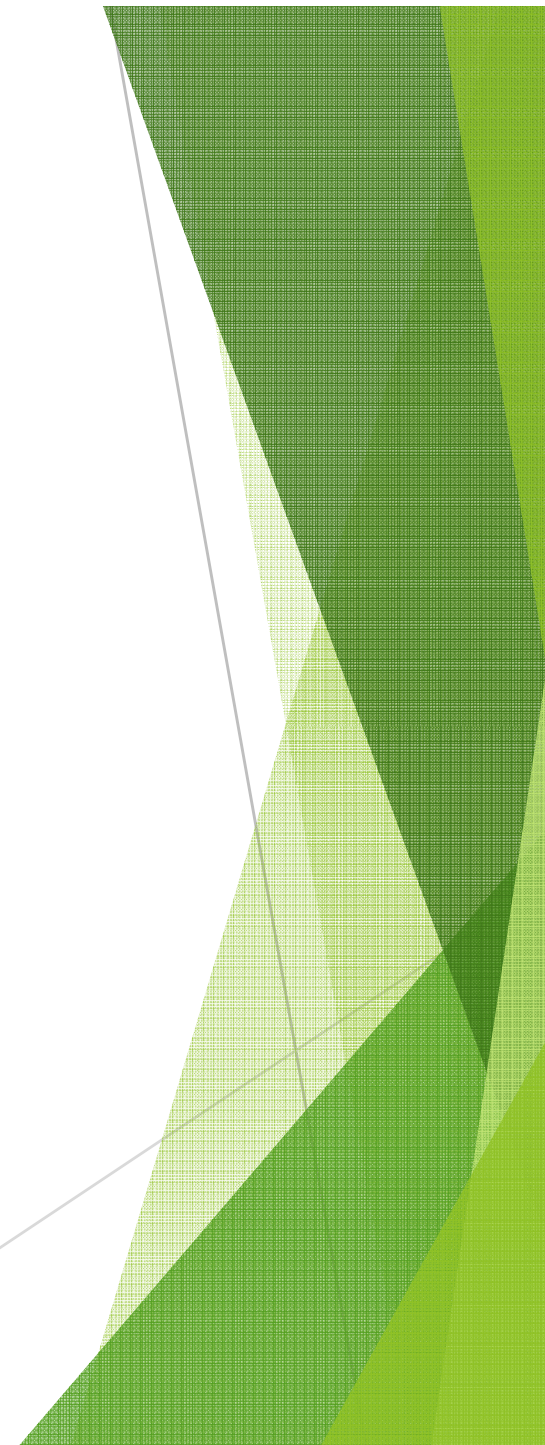
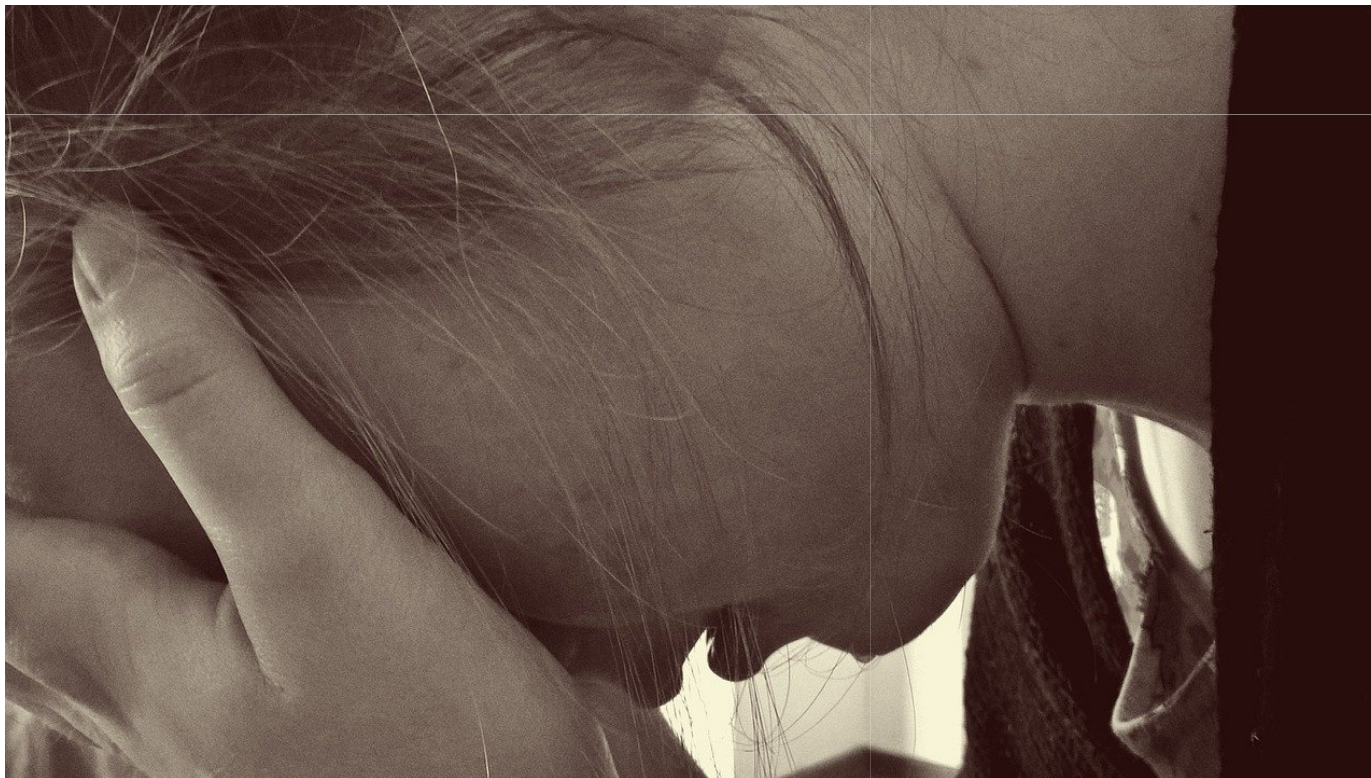


# Внеклассное мероприятие по профилактике употребления «Снюса»

(10 - 11 класс)

Тема: «Остановись, подумай, выбери!»



## Что такое СНЮС

Снюс – это жевательный табак, бездымный продукт. Его выпускают в асфасованных целлюлозных пакетиках. В зависимости от размера такого пакетика варьируется и содержание никотина: большее количество табака содержит больше никотина.



Снюс очень опасен, он токсичнее обычного табака в 7-10 раз и быстро вызывает никотиновую зависимость.

Психическая и физическая зависимость от снюса гораздо сильнее зависимости от обычных сигарет. Если в сигарете содержится 1,5 мг никотина, то от употребления снюса его можно получить до 25 мг за раз!

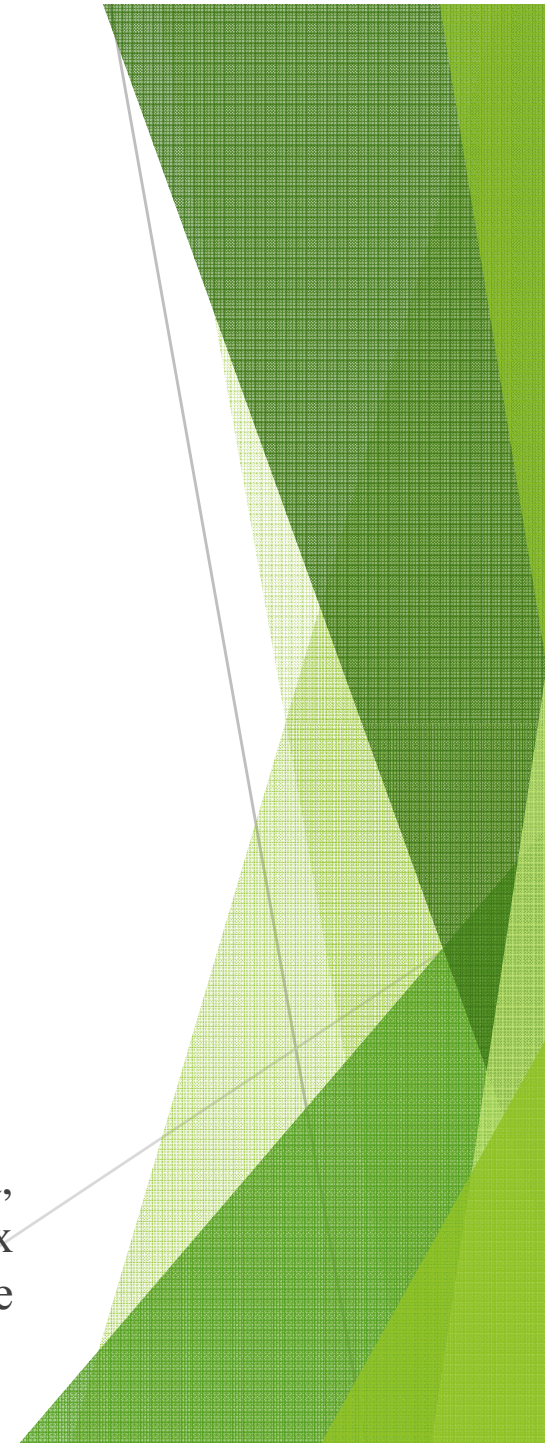
Известны случаи, когда зависимость возникала сразу же – после первого употребления.



## Заболевания, которые могут возникнуть при употреблении снюса:

- ▶ болезни носоглотки;
- ▶ рак желудка, простаты, кишечника, поджелудочной железы;
- ▶ язвенные поражения слизистой оболочки полости рта;
- ▶ потеря чувствительности вкусовых рецепторов;
- ▶ нарушение аппетита;
- ▶ сердечные патологии;
- ▶ гипертония;
- ▶ заболевание зубов и десен;
- ▶ атрофия мышц;
- ▶ замедление и остановка роста.

**Возникают и психические нарушения:** депрессия, апатия, нарушение сна, ухудшение концентрации внимания и памяти, нарушение умственных способностей, повышенная раздражительность и агрессивность, ослабление иммунитета (повышение восприимчивости к инфекционным заболеваниям).





Население ЕС (за исключением Швеции) не может свободно покупать снюс, так как его продажа запрещена европейскими законами. Эти законы были приняты в 1993 году после рассмотрения публикации экспертов ВОЗ от 1985 года о потенциальном вреде снюса для здоровья.

Швеция специально оговаривала легализацию снюса в стране, как условие пребывания в ЕС, представители также неоднократно выступали с предложениями об отмене закона, но они не были услышаны.

Между тем, другие варианты бездымного табака могут свободно продаваться в ЕС, несмотря на то, что они признаны куда более вредными для здоровья.

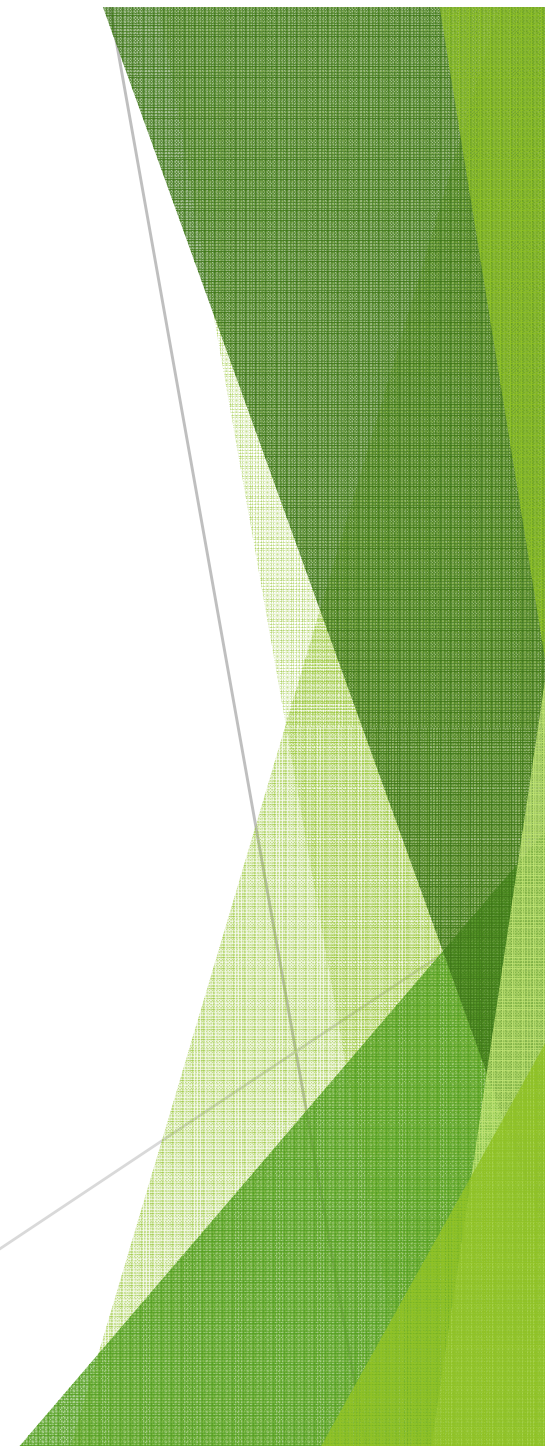
# Законодательное регулирование распространения снюса в России

22 декабря 2019 года Госдума приняла закон, который устанавливает запрет на оптовую и розничную торговлю снюсом.



## Упражнение «Закончим предложение»

- ▶ Под подростки приобретают снюс, потому что...
- ▶ Снюс, жевательные конфеты с содержанием никотина - это...
- ▶ Для того, чтобы избежать употребления снюса надо...
- ▶ Употребление снюса дает возможность...
- ▶ Когда мне предложат приобрести снюс, я отвечу...
- ▶ Удержаться от употребления снюса можно, если...
- ▶ Свобода от такой привычки - это...
- ▶ Жизнь без снюса - это...
- ▶ Если возникают мысли об употреблении снюса, то...
- ▶ Если я отведаю вкус снюса, то...
- ▶ Я думаю подростков волнует проблема употребления снюса, потому что...
- ▶ Подростки, которые употребляют снюс, знают о его вреде, но продолжают употреблять, потому что...
- ▶ Последствиями употребления снюса являются...
- ▶ Я смогу сказать «нет», если мне будут предлагать попробовать снюс, потому что...
- ▶ Я буду вести здоровый образ жизни, потому что...



## Мои права

- ▶ - Каждый человек имеет право жить и наслаждаться окружающей действительностью, ведя здоровый образ жизни.
- ▶ - Каждый подросток имеет право на защиту от всех форм рекламы продукции, в которой содержится никотин.
- ▶ - Каждый имеет право на всевозможные виды поддержки, которые позволят ему устоять перед искушением пристраститься к употреблению никотиновой продукции, какое бы название она не носила.
- ▶ - Каждый гражданин имеет право на информацию, о возможных негативных последствиях для здоровья при употреблении продукции, содержащей никотин.
- ▶ - Подростки имеют право на поддержку и помощь при отказе от никотиновой зависимости (употребления снюса, жевательных конфет).



## Упражнение «Мои ценности»

быть увлекательным для угого пола, любовь	закончить успешно школу, получить знания	дети, своя собственная будущая семья	убеждения
деньги, личное имущество, финансовые накопления	статус, уважение, признание	семейные традиции, жизнь с родителями	свобода – жить так, как хочу
добиться личных успехов	полноценная интересная жизнь	совершить что-то хорошее для всех, помочь людям с проблемами	прекрасный дом
иметь честных, преданных друзей	здоровье, спорт, красота	продолжить учебу, успех в карьере	увлечение, развлечение, отдых

## Притча «Все в твоих руках»

Давным-давно в старинном городе жил Мастер, окружённый учениками. Самый способный из них однажды задумался: «А есть ли вопрос, на который наш Мастер не смог бы дать ответа?».

Он пошёл на цветущий луг, поймал самую красивую бабочку и спрятал её между ладонями. Бабочка цеплялась лапками за его руки, и ученику было щекотно.

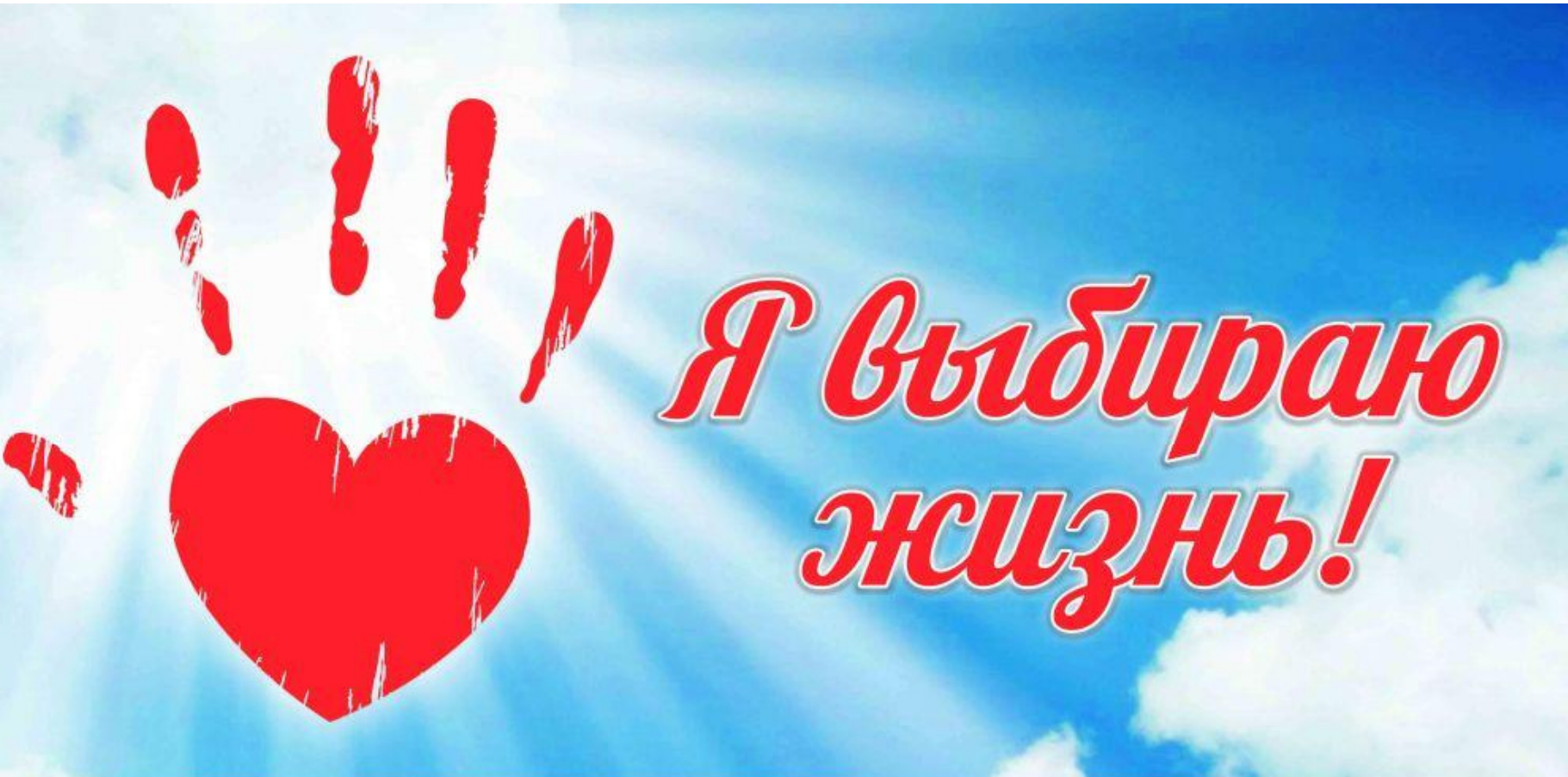
Улыбаясь, он подошёл к Мастеру и спросил:

- Скажите, какая бабочка у меня в руках: живая или мёртвая? Он крепко держал бабочку в сомкнутых ладонях и был готов в любое мгновение сжать их ради своей истины.

Не глядя на руки ученика, Мастер ответил:

- Всё в твоих руках.





*Я выбираю  
жизнь!*