

Бременские школы



Дорогие родители,

с августа 2006 года бременские школы, а также бременские больницы и детские сады, некурящая зона для всех, кто там находиться. Новый закон в защиту молодёжи запрещает продажу табака и его употребление до 18-летия. Запрещено курить также в общественных помещениях, ресторанах и зданиях общественного питания.

Ваша школа нуждается в Вашей поддержке! При этом Вы должны быть откровенны с Вашем ребёнком и поддерживать правила и мероприятия организаций против курения в общественных местах. Вы тоже в состоянии многого добиться, чтобы Ваша школа оставалась некурящей и Ваш ребёнок никогда не начал курить.

Если Вы сами курите и хотите воспользоваться случаем бросить курить, мы Вам с удовольствием поможем. Если Вы в данный момент не можете или не хотите бросать курить (– решайте сами –), но в первую очередь мы хотим Вас попросить, поддержать школу и защитить Вашего ребёнка, от курения в школе.

Если Вы не можете бросить курить, мы поможем Вам сказать об этом Вашему ребёнку, что Вы давно курите не в удовольствие, но просто не можете бросить курить.

Мы хотим Вас как родителей заинтересовать сознательно контролировать количество выкуренных сигарет и вообще не курить в присутствии ребёнка.

Этим Вы создаёте климат, в котором возможны откровенные и взаимопонимающие разговоры и отношения, что может помочь Вашему ребёнку сознательно выбрать путь жизни без курения.

Далее мы составили для курящих родителей пару предложений, как поддержать Вашего ребёнка, чтобы он не начал курить.

Прочитайте и поставьте крестики там, что вы хотите или сможете реализовать. Если у Вас есть ещё предложения допишите их пожалуйста. С подписью Вы для себя подтверждаете Ваше решение.

Если Вы нуждаетесь в помощи или у Вас возникнут вопросы обращайтесь к нам. Мы с удовольствием поможем Вам.

Удачи!

Профилактика против зависимости, Бремен

## Как родители могут помочь



Поставьте крестик там, что вы хотите или можете реализовать.  
Если у Вас есть ещё предложения допишите их пожалуйста.  
С подписью вы подтверждаете ваше решение, для себя.

Я поддерживаю моего ребёнка оставаться некурящим

Я хвалю своего ребёнка за то, что он не курит.  
Я проявляю интерес к мероприятиям защите против курения в школе, и принимаю активное участие.  
Я слежу затем, чтобы мой ребёнок не курил. В противном случае, я оброщусь за помощью.  
Я разговариваю со своим ребёнком о том, как лучше себя вести, если друзья начнут курить.  
Я прошу моих гостей не курить в квартире. Сама/сам я курю на улице, балконе или терассе.  
В данный момент я не могу бросить курить. Это я объясняю своему ребёнку и не курю в его присутствии.  
В данный момент я не могу бросить курить, но я не курю в доме/квартире.  
Я не курю в машине.  
Я курю очень в редких случаях/обстоянках.  
Мой ребёнок это причина чтобы бросить курить.  
Поддержку я получаю от главного федерального отделения по вопросам здоровья. Tel.:018 05-31 31 31 (14ct/m) или [www.rauchfrei.de](http://www.rauchfrei.de).

Дата/Подпись: \_\_\_\_\_



## Бременские школы



## Письмо родителям

## Elternbrief

Бесплатную поддержку Вы получите:  
Landesinstitut für Schule - Gesundheit und Suchtprävention  
Große Weidestr. 4-16, 28195 Bremen, Tel.: 0421 / 361-8197  
[suchtpraevention@lis.bremen.de](mailto:suchtpraevention@lis.bremen.de)