

**Примерный сценарий проведения  
информационно – разъяснительного мероприятия  
«Разговор по душам: дым без огня  
или как не попасть в электронный плен?»**

*Профилактическое мероприятие – интеллектуальная игра «Разговор по душам: дым без огня или как не попасть в электронный плен?» рекомендована для подростков 16+. Мероприятие носит просветительский характер и нацелено на информирование в вопросах профилактики употребления табака и никотиносодержащих веществ, а также безникотинового пара с использованием электронных систем доставки никотина и нагревания табака.*

При проведении мероприятия возможно привлечение приглашенных спикеров из числа сотрудников системы профилактики: представители КДН, сотрудники правоохранительных органов, врачи наркологи, психологи и др.

**Место проведения:** образовательные организации, иные учреждения.

**Участники:** подростки от 16 лет.

**Продолжительность:** 45-60 минут.

**Цель:** Профилактика употребления табака и никотиносодержащих веществ, а также безникотинового пара с использованием электронных систем доставки никотина и нагревания табака.

**Задачи:**

1. Информирование несовершеннолетних о последствиях употребления никотиносодержащих веществ, а также безникотинового пара с использованием электронных систем доставки никотина и нагревания табака.
2. Формирование мотивации на ведение здорового образа жизни.

Необходимое оборудование:

А) набор для 1 тура: мультимедийное оборудование, карточки синего и красного цветов – по 2 на команду;

Б) набор для 2 тура: рисунки с изображением фигуры человека – по одному на команду, фломастеры;

В) бумага, ручки, фломастеры.

**Ход мероприятия:**

Во время вводной части участники сидят в произвольном порядке. Перед началом игры они делятся на 2 команды. Ответы участников комментируются спикером из числа специалистов системы профилактики, педагогов.

**Вводная часть:**

**Ведущий:** Добрый день, уважаемые участники и гости нашего мероприятия! Радостно видеть вас сегодня в этом зале. Ваше присутствие здесь означает, что вы цените собственное здоровье и заботитесь о своем будущем уже сегодня. И мне хотелось бы начать наше мероприятие с небольшого сюрприза.

### Упражнение «Кот в мешке»

**Ведущий:** Сегодня я получила посылку от своего друга из Италии (*Ведущий достает большую коробку, оформленную под посылку*). Мой друг владелец крупной фабрики, поэтому он часто делает подарки «просто так» без всякого повода. Проблема только в том, что он каждый раз присылает мне одинаковые подарки – продукцию своей фабрики. И мне пришла в голову замечательная мысль: обменять у вас этот подарок на что-нибудь полезное, милое, вкусное, удивительное, я даже готова отдать эту коробку за какую-нибудь помощь с вашей стороны, в общем на то, что-вам не жалко.

- Я могу вас заверить, что это полезная, и, безусловно нужная каждому человеку вещь? (*Участники игры предлагают варианты обмена*).

- Подумайте только, в России вы точно такой не купите!!! (*Участники игры предлагают варианты обмена*).

- Этот предмет помогает оградить вашу жизнь от потенциальных опасностей. Я бы даже сказала, что он работает на ваше здоровьесбережение и помогает поддерживать чистоту в вашем доме. (*Участники игры предлагают варианты обмена*).

*Как только прозвучит вариант для наиболее выгодного обмена, ведущие останавливают торги и осуществляют обмен. После чего ведущий просит участника открыть коробку и продемонстрировать содержимое коробки. Участник достает из коробки веник/ метелку/ тряпку.*

*Обсуждение:*

- Считаешь ли ты такой обмен равноценным?

- Остались ли у тебя в результате этой сделки неприятные ощущения, чувство обмана?

- Как вы думаете, благодаря чему эта сделка состоялась? (*Хорошая реклама, любопытство участников*).

- Почему вы не стали принимать участие в торгах, пытаться заполучить посылку? (*Вопрос к участникам, которые не предложили ничего в обмен на посылку*).

**Ведущий:** Это упражнение называется «Кот в мешке», и оно наглядно показывает нам как мы, сами того, не осознавая, становимся заложниками рекламы, куклами – марионетками, которые по прихоти производителя приобретают определённый товар и становятся его потребителями. Зачастую в голове потенциального покупателя даже не возникает вопрос: а для чего мне это нужно? Безопасно ли это? К чему это может привести?

Именно благодаря такому удачному маркетинговому ходу и

любопытству простых обывателей вначале 2000 годов общество с новой силой захлестнула проблема табакокурения, но уже в иной непривычной форме - появились электронные сигареты и вейп как одна из разновидностей.

- Знаете ли вы что это такое? И чем они отличаются от обычных сигарет? (*Ответы участников*).

**Ведущий:** Вейп – это электронное устройство, которое, испаряя специальную курительную жидкость, образует пар, вдыхаемый курильщиком.

Сегодня мы собрались здесь, чтобы выяснить какую опасность таит в себе вейпинг, развеять все мифы, созданные рекламными компаниями вокруг этого явления. А самое главное не стать жертвой жестокого обмана.

И об этом расскажет \_\_\_\_\_ (*выступление специалиста системы профилактики о медицинских и социально-правовых последствиях вейпинга*).

**Справочная информация для спикера:** Понадобилось немало лет, чтобы человечество осознало, какой колоссальный вред наносит никотин, и сколько проблем со здоровьем можно было бы избежать, не будь курение так широко распространено. Этот же путь проходит вейпинг, с каждым годом проводится множество исследований, направленных на изучение последствий парения для организма человека.

Полная картина пагубного воздействия будет видна лишь через 10-20 лет, когда это изделие пройдет испытанием временем, а заядлые электрокурильщики будут всесторонне обследованы на предмет имеющихся проблем со здоровьем. Впрочем, имеющиеся факты настораживают уже сейчас.

Сегодня медицина однозначно утверждает, что применение электронных сигарет приравнивается к курению обычных сигарет, т.к. и в том и другом случае речь идет о потреблении никотина – психоактивного вещества, вызывающего зависимость.

Электронные сигареты никогда не проходили клинических испытаний

Безникотиновые электронные сигареты так же опасны для здоровья, как и содержащие никотин. Пары от вейпа содержат токсины и канцерогены, которые негативно влияют на состояние здоровья человека, независимо от наличия или отсутствия никотина.

Вейп можно сравнить с ингалятором, который заправляется специальной жидкостью. При закипании жидкости образуется пар, который и вдыхает курильщик. Кто-то знает, что входит в состав жидкости для парения? (*Ответы участников*).

Основы жидкостей составляет глицерин, пропиленгликоль и различные ароматизаторы.

Лабораторные исследования доказали, что пары пропиленгликоля могут вызвать удушье, а также спровоцировать возникновение астмы и туберкулеза. Пропиленгликоль имеет свойство накапливаться в организме, вызывая аллергические реакции, раздражение и способствует появлению гнойников, вызывает нарушение работы печени и почек. Кроме того, глицерин и пропиленгликоль при нагреве может выделять опасные канцерогены,

которые провоцируют развитие рака.

Также в состав жидкости электронных сигарет входят ароматизаторы и усилители вкуса, которые также вызывают аллергические заболевания верхних дыхательных путей вплоть до развития бронхиальной астмы.

Ученые провели сравнение состава обычных и электронных сигарет и выяснилось. Что в электронных сигаретах вредных веществ почти столько же сколько в обычных. Они точно также отравляют организм человека. В выделяющемся паре при курении электронных сигарет содержится не менее 31 опасного вещества.

В результате насыщение организма никотином и прочими веществами, входящими в состав жидкостей, наносится серьезный удар по организму: страдают система кровообращения, нервная система, сосуды, почки, печень и т.д. Молекулы глицерин и пропиленгликоля скапливаются в лёгочной ткани и нарушают транспортировку кислорода. Последствия от попадания в лёгкие тяжёлых металлов, которые также входят в состав жидкостей для вейпов, хорошо известны — это гибель клеток и развитие онкологических заболеваний. Вдыхание пара из вейпа может приводить к сердечно-сосудистым заболеваниям, заболеваниям трахеи, гортани и лёгких.

В выдыхаемом паре остается большое количество вредных веществ, поэтому пассивные курильщики/парильщики также рискуют получить никотиновую зависимость, порцию опасных для здоровья веществ, а вместе с ними различные расстройства в работе организма.

Кроме того, совместное использование одного вейпа может привести к передаче инфекционных заболеваний таких как гепатит и туберкулез.

Опасность использования электронных сигарет заключается в невозможности курильщика самостоятельно проконтролировать состав готовых жидкостей и картриджей. Экспертиза продукции нескольких производителей электронных сигарет показала, что нередко в жидкостях присутствовали незаявленные в составе вредные примеси, например, нитросамин – вещество, способное спровоцировать онкологические заболевания. В ряде случаев в безникотиновых картриджах был обнаружен никотин.

Электронные сигареты и жидкости для вейпов изготавливаются кустарным способом, не подлежат обязательной сертификации, а значит, не исключено наличие подделок и низкопробной, и очень опасной продукции.

И, конечно, не стоит забывать, что вейпы работают на аккумуляторах. Это также может иметь печальные последствия. Уже зафиксировано несколько случаев, когда вейперы пострадали и даже погибли из-за взрыва электронной сигареты. Такие случаи зафиксированы и в нашем регионе.

Причиной взрывов являются мощные литиевые аккумуляторы, которые вмонтированы в устройство. Аккумуляторы нагревают жидкость для образования пара. Проблема в том, что литиевые элементы быстро перегреваются, и порой вейпинг заканчивается возгоранием или взрывом. Травматологи отмечают в результате взрыва самые разные травмы рук, лица и шеи.

Кроме пагубного воздействия вейпов на организм человека, потребитель также рискует быть привлеченным к административной ответственности за курение/парение в общественных местах, так как электронные сигареты приравниваются к традиционным сигаретам.

Согласно пп. 1 части 1 статьи 12. Федерального закона от 23 февраля табачного дыма, последствий потребления табака или потребления никотинсодержащей продукции» устанавливается однозначный запрет на курение электронных сигарет на территории школ, учреждений культуры, дополнительного образования и спорта.

Нарушение установленного федеральным законом запрета курения табака на отдельных территориях, в помещениях и на объектах влечет наложение административного штрафа на граждан в размере от 500 до 1500 рублей (ч. 1 ст. 6.24 КоАП РФ).

Более жесткое наказание - от 2000 до 3000 рублей предусмотрено для тех, кто курит/парит на детских площадках (ч. 2 ст. 6.24 КоАП РФ.)

Самый лучший способ избежать всех этих проблем – научиться говорить «Нет»! и даже не пробовать курить/парить. Помните: Дорога в будущее зависит от принятых вами сегодня решений!!!

**Ведущий:** Мы благодарим \_\_\_\_\_ за познавательный материал! Эта краткая информационная справка о медицинских и социально-правовых последствиях вейпинга поможет вам не только пройти испытания в нашей игре, но и избежать проблем в будущем.

Теперь предлагаю перейти к игровой части и на практике проверить, как вы усвоили материал.

Помогать в игре будут специалисты, чьи ценные советы помогут разобраться в сложных заданиях. Представляем вам спикеров (приглашенных специалистов) мероприятия.

Наша игра будет проходить в 3 тура. По ходу игры команды будут зарабатывать баллы. Команда, которая наберёт наибольшее количество баллов – становится победителем.

А сейчас мы переходим к нашей игре. Все готовы?

### **Основная (игровая) часть:**

#### **1 тур «Знатоки»**

Каждой команде выдаются карточки красного и синего цветов). Красный цвет – предполагает правильный ответ, синий – неправильный ответ).

Ведущий выдает капитанам команд карточки красного и синего цветов.

На экране по очереди высвечиваются вопросы (на 1 вопрос выделяется 5 секунд). Задача участников за 5 секунд выбрать вариант ответа и показать соответствующую карточку (красную/синюю).

*После получения ответов спикеры фиксируют варианты неверных ответов участников, дают комментарии и раздают жетоны всем, кто ответил верно.*

Примерные вопросы (с вариантами ответов) 1 тура транслируются на экране:

1. Табак оказывает вредное влияние на организм человека? (ДА, НЕТ)
2. Ядовитое вещество, содержащееся в табаке, называется никотин? (ДА, НЕТ)
3. Курение/ парение вызывают зависимость? (ДА, НЕТ)
4. Курение электронных сигарет так же опасно, как и употребление обычных сигарет? (ДА, НЕТ)
5. Через совместное курение вейпа можно заразиться инфекционными заболеваниями? (ДА, НЕТ)
6. Опасно ли пассивное курение? (ДА, НЕТ)
7. Вейпинг поражает органы дыхания? (ДА, НЕТ)
8. В общественных местах запрещено курение электронных сигарет (ДА, НЕТ).

## **2 тур. «Органы – мишени»**

Ведущий выдает командам рисунки с изображением фигуры человека. Участники на данных рисунках должны отметить, какие органы человека поражаются в результате применения электронных сигарет. Капитаны команд демонстрируют свои рисунки и рассказывают, какие органы подвержены наибольшему влиянию по их мнению.

### **Обсуждение:**

Ведущий делает вывод, что при употреблении табака, в том числе курении вейпа, нет ни одного органа, который бы не поражался; возникают заболевания, которые приводят к инвалидности и преждевременной смерти человека

## **3 тур. «Слоган»**

Ведущий раздает командам бумагу и фломастеры.

Как известно, на пачках сигарет печатают надписи: «Минздрав предупреждает: курение опасно для вашего здоровья». Сегодня нам с вами предстоит выступить в роли маркетолога и разработать собственный слоган, который бы заставил вейперов всерьез задуматься о последствиях пагубного пристрастия.

Участникам необходимо написать слоганы о вреде вейпинга. Для большей эффективности рекомендуется учесть характеристики курящих/парящих людей и людей, которые ведут здоровый образ жизни.

### **Заключительный этап:**

**Ведущий:** Ребята, вы все большие молодцы! И пока наше эксперты (жюри) подводят итоги, я хочу у вас узнать: что было самым трудным на мероприятии? Что было нового для каждого из вас? (*участники отвечают по очереди*)

Ведущий оглашает итоговые баллы и называет победителей.

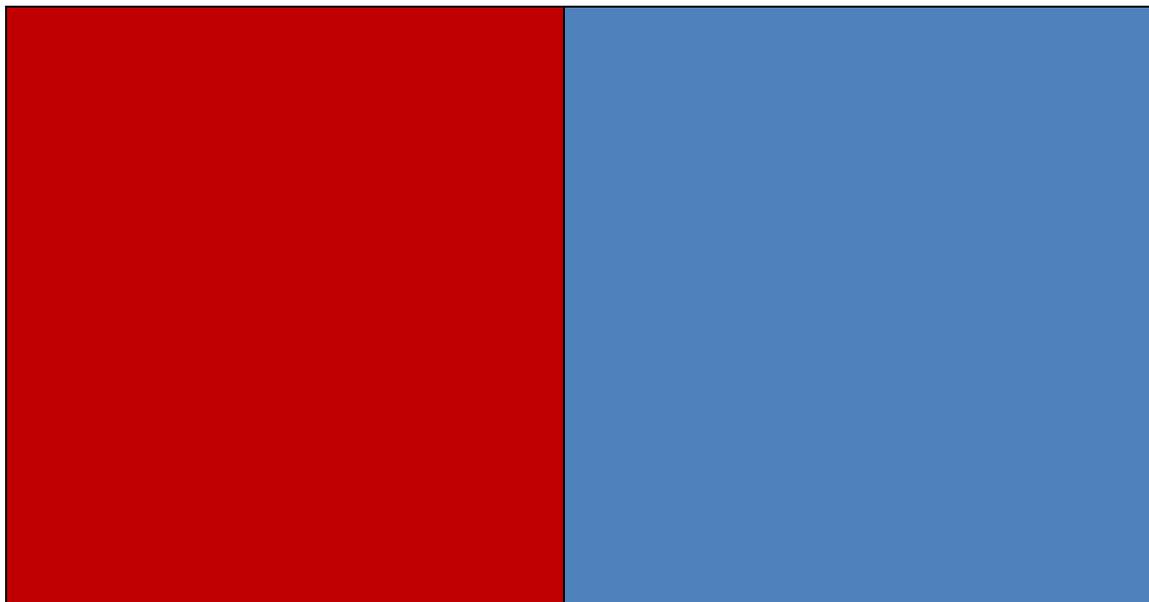
**Ведущий:** Есть одно простое правило, которое поможет вам с легкостью преодолеть опасности на жизненном пути – это цель в жизни. У каждого человека в жизни должна быть цель, каждый из нас должен к чему-то стремиться.

В завершении сегодняшней встречи мне хотелось бы напомнить вам, что существует множество здоровых способов получить удовольствие от жизни. И их гораздо больше, чем плохих. Это общение, спорт, творчество, хобби, самообразование и др. И каждый из этих видов досуга помогает нам реализоваться, расслабиться, снять напряжение и получить от этого огромное удовольствие.

Будьте здоровы, берегите себя!

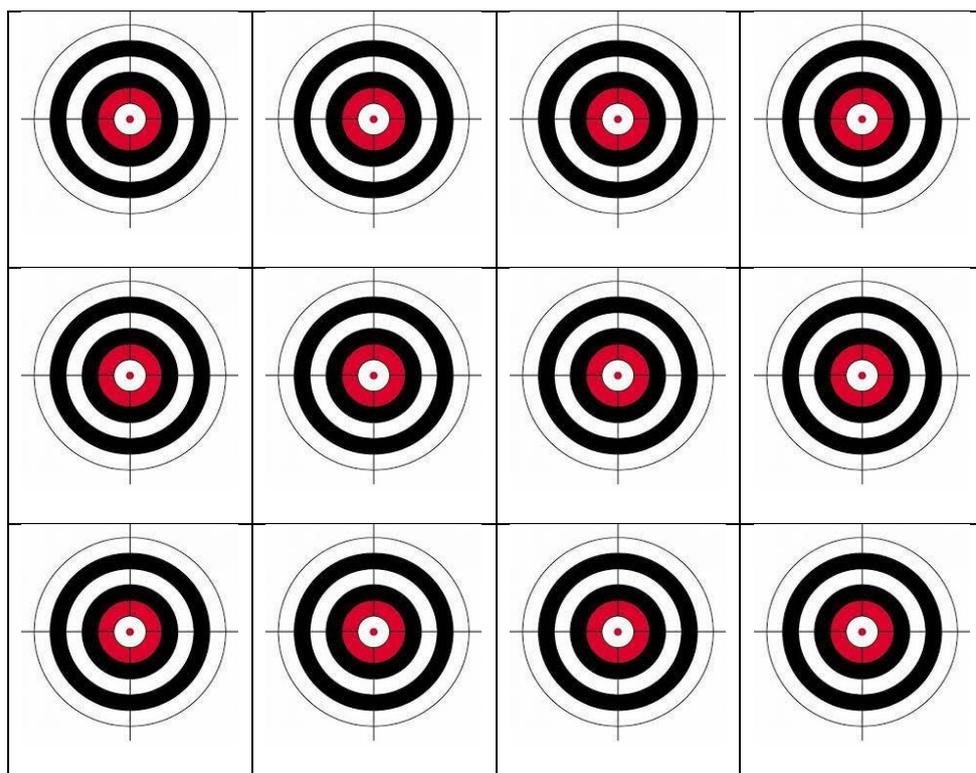
## Материалы к интеллектуальной игре

**А) Материалы к 1 туру игры.** Красная карточка предполагает правильный ответ, синяя – неправильный ответ. Комплект карточек (1 красная, 1 синяя) на 1 команду.



**Б) Материалы ко 2 туру игры:**

**Наклейка «Мишень»**



## Изображение фигуры человека

