

**Есть три возможных фазы влияния пьющих родителей на их потомство.**

1. посредством половых клеток, когда во время зачатия оба родителя (или один из них) находятся в алкогольном опьянении.

2. во время беременности, когда будущая мать позволяет себе регулярно быть подвыпившей.

3. после рождения ребенка, во время вскармливания грудью. Как видите, наибольшая ответственность тут ложится на мать.

Именно ее пристрастие к алкоголю может стать влияющим в развитии больного и умственно отсталого ребенка.

**Пьянство, алкоголизм в семье пагубно влияют на детей. Их развитие происходит в постоянно напряженной обстановке, что значительно снижает их успеваемость в школе. Они не могут использовать всех возможностей для раскрытия своих талантов и способностей. Дети, родители которых злоупотребляют алкогольными напитками, находятся в состоянии ущемления собственного достоинства, что рождает у них чувство неполноценности, ущербности.**

**В дальнейшем у таких детей развиваются неврозы, что сказывается на их работоспособности. В семьях, злоупотребляющих алкоголем, очень высока заболеваемость детей различными психическими болезнями, которые мешают правильному их формированию и оказывают отрицательное влияние на всю дальнейшую жизнь.**



**Не там ищешь**

*Алкогольное опьянение – это ничто иное, как легкая форма отравления (интоксикации) веществом, чуждым для организма. Алкоголь – яд даже в малых дозах он опасен. Если Вы хотите быть здоровым человеком, Вам нужно бросить пить полностью. Если разрушительное действие алкоголя ещё себя не проявило, то знайте, это просто вопрос времени.*

Кошилка советств

## **Здоровый образ жизни**



**Научитесь быть здоровыми...**

**ТМБ ДОУ «Морозко»**



## Климат в семье - залог здоровья!

Каждый родитель хочет видеть своих детей здоровыми и счастливыми, но не задумывается о том, как сделать, чтобы их дети жили в ладу с собой, с окружающим их миром, с людьми.

**Секрет этой гармонии прост — здоровый образ жизни:**

- поддержание физического здоровья,
  - отсутствие вредных привычек,
  - правильное питание,
  - альтруистическое отношение к людям,
- радостное ощущение своего существования в этом мире.

**Здоровый образ жизни — это радость для больших и маленьких, но для его создания необходимо соблюдение нескольких условий:**

- создание благоприятного морального климата, что проявляется в доброжелательности, готовности простить, понять, стремление прийти на помощь, сделать приятное друг другу,
- тесная искренняя дружба детей, родителей, педагогов. Общение — великая сила, которая помогает понять ход мыслей ребенка и определить склонность к негативным поступкам, чтобы вовремя предотвратить их, повышенное внимание к состоянию здоровья детей.

Обратите внимание и на эмоциональное состояние вашего ребенка. Детская психика довольно непредсказуема, и иногда выкидывает «фокусы», переходящие потом в проблемы с неврологией и с физическим состоянием в целом. Помните о том, что нет ничего страшнее для ребенка, когда родители ссорятся и скандалят.

- В любом случае, не выпивайте собственный стресс и агрессию на него. Приятный психологический климат и теплые отношения в семье - это огромный вклад в здоровье вашего ребенка.

- Ваша задача – сделать ребенка счастливым. А для этого научите его быть здоровым.

Уделяйте как можно больше внимания своему ребенку, рассказывайте о себе, своей жизни, подавайте хороший пример. Азбуку здорового образа жизни для детей вы сможете применить с пользой для своего ребенка. Не отделяйте здоровый образ жизни ребенка от здорового образа жизни взрослого, ведь только в здоровой семье воспитывается здоровый человек.



## Правила здорового образа жизни

**Здоровье ребенка зависит от вас...**

Нет семьи, в которой пьянство одного или обоих членов семьи не приводило к беде.

*Не следует забывать, что дети пьют только потому что пьют взрослые.*

То, что алкоголизм родителей оказывает удручающее влияние на организм и психику их детей, известно в давних пор.