



اتفاق بعدم التدخين للطالب

الطالب

أوقع على أنني لن أدخن خلال هذه السنة الدراسية. يشمل الاتفاق بعدم التدخين السجائر والنارجيلة (الأرجيلة / الشيشة) والسجائر الإلكترونية والسعوط (النشوق) وعلكة التبغ وأي منتجات أخرى متعلقة بالتبغ. سأخبر معلمي إذا لم ألتزم بالاتفاق.

ولي الأمر

أوقع على أنني سأحدث بصراحة مع ابني / ابنتي باستمرار عن التدخين أستفسر منه / منها عن أفكاره / أفكارها وخبراته / خبراتها مع التدخين.

التاريخ

التوقيع

التاريخ

التوقيع

اختياري - إحم ابنك / ابنتك من الدخان

بالإضافة إلى عقد اتفاق بعدم التدخين، سأحمي ابني / ابنتي من الدخان عن طريق (اختر بنفسك وضع علامة x):

لا أترك السجائر أمام ابني / ابنتي

لا أعطي سجائر لابني / ابنتي

شيء آخر

ممنوع التدخين في منزلي

ممنوع التدخين في سيارتي

لا أدخن على مرأى ابني / ابنتي

اتفاق بعدم التدخين

لأولياء الأمور

ما هو الاتفاق بعدم التدخين؟

الاتفاق بعدم التدخين هو اتفاق مكتوب بينك وبين ابنك / ابنتك. يتعهد ابنك / تتعهد ابنتك بعدم التدخين، وتتعهد أنت بدعم هذا القرار من خلال التحدث معاً عن التدخين. الاتفاق ساري لمدة عام دراسي واحدة ويمكن تجديده كل عام. يمكنك عقد اتفاق بعدم التدخين حتى لو جرب ابنك / جربت ابنتك التدخين من قبل. تدخينك أنت ليس له علاقة، فيمكنك التدخين وفي نفس الوقت تعقد اتفاق مع ابنك / ابنتك.

هكذا تعقدون اتفاق بعدم التدخين

1. ناقش متطلبات الاتفاق مع ابنك / ابنتك
2. وقع الاتفاق مع ابنك / ابنتك
3. احتفظ بالنسخة الخاصة بالطالب في المنزل – قم بتعليقها على لوحة الملاحظات مثلاً
4. سلم الجزء الثاني من الاتفاق للمعلم

متابعة الاتفاق

- اسأل ابنك / ابنتك عن تجاربه مع التدخين بانتظام
- تحدث بصراحة مع ابنك / ابنتك عن التدخين – دون رفع السبابة (التهديد والوعيد)
- أخبر ابنك / ابنتك بأنك تتأذى عن التدخين
- إذا كنت تشك في أن ابنك / ابنتك قد حاول التدخين فقم باحضار الاتفاق وتحدثا عما تعهدتم عليه مع بعضكم البعض.

الاتفاقات بعدم التدخين هي جزء من X:IT

تعد الاتفاقات بعدم التدخين جزءاً من X:IT، وهي مجهود منظمة مكافحة السرطان للوقاية من التدخين في الصفوف من 7 إلى 9 (المرحلة الإعدادية). تشمل X:IT التعليم وفترة دوام مدرسية خالية من التدخين واتفاقات بعدم التدخين. يمكن استخدام الاتفاقات بمفردها أو مع الأجزاء الأخرى من X:IT. اقرأ المزيد على الموقع الإلكتروني www.xit-web.dk

”من المستحيل أن يفكر ابني / ابنتي في التدخين“

هذا ما يعتقد الكثير من أولياء الأمور – لكن الحقيقة هي أنه لا يمكن ضمان ذلك أبداً. حتى الأطفال الذين لديهم موقف سلبي من التدخين يمكنهم البدء في التدخين بدافع الفضول أو الانضمام إلى مجموعة. إذا عقدت اتفاق مع ابنك / ابنتك فسيكون من السهل على ابنك / ابنتك أن يرفض التدخين.

لديك أيضاً الإمكانيات لإبداء رأيك

يتأثر تدخين الشباب بالتسويق والأصدقاء والرموز المقتدى بهم والتشريع. ولكن لحسن الحظ لديك أيضاً الإمكانيات لإبداء رأيك. ابنك / ابنتك ينصت إليك – ربما أكثر مما تعتقد. في الواقع فإن لديك دور حاسم فيما يتعلق بقيام ابنك / ابنتك بالتدخين. من خلال الحديث عن التدخين وعقد الاتفاقات فإنك تمنح ابنك / ابنتك أفضل فرصة لحياة خالية من التدخين.

ما رأيك في أن يدخن أحد زملائك أو يستخدم السعوط (النشوق)؟

بما سترد إذا سألك شخص ما عما إذا كنت تريد التدخين؟

اتفاق بعدم التدخين للمدرسة

الطالب

أؤكد بأنني عقدت اتفاق بعدم التدخين في هذا العام الدراسي. ويتضمن الاتفاق بأن لا أدخن السجائر والنرجيلة (الأرجيلة / الشيشة) أو السجائر الإلكترونية وأنني لن استخدم السعوط (النشوق) أو علكة التبغ أو أي منتجات أخرى متعلقة بالتبغ.

الاسم

الصف

التوقيع

التاريخ

ولي الأمر

أتعهد بأنني سأحدث مع ابني / ابنتي عن التدخين بانتظام.

التوقيع

التاريخ

ستحتفظ المدرسة بهذا الاتفاق بعدم التدخين حتى نهاية العام الدراسي. يمكنك في أي وقت إبلاغ المدرسة بحل الاتفاق. تواصل مع منسق X:IT بالمدرسة. لن يتم مشاركة الاتفاق مع الآخرين. إذا قامت المدرسة بعمل سحب قرعة بين الطلاب الذين عقدوا الاتفاق بعدم التدخين، فأعطي موافقتي على مشاركة ابني / ابنتي.



X:IT

