

Αγαπημένοι μου μαμά και μπαμπά,

Ξέρω πως μας αγαπάτε πολύ και σίγουρα θέλετε το καλό μας. Όμως μερικές φορές κάνετε πράγματα που μας βλάπτουν. Δεν είναι λίγες οι φορές που σας βλέπουμε να καπνίζετε με παρέα ή και μόνοι σας. Άλλοτε πάλι επιστρέφουμε από έξω και το σπίτι είναι γεμάτο καπνό. Ξέρω ότι αποφεύγετε να καπνίζετε μπροστά μας, αλλά με το να το κάνετε όταν δεν σας βλέπουμε δεν βελτιώνετε πολύ την κατάσταση.

Έχετε σκεφτεί ποτέ πόσο ανησυχούμε και φοβόμαστε για την υγεία σας; Πώς εσείς οι μεγάλοι και σοφοί δεν καταλαβαίνετε τα προβλήματα υγείας που προκαλείτε στον εαυτό σας, συνεχίζοντας μια τόσο βλαβερή συνήθεια; Αλλά κι αν δεν νοιάζεστε για εσάς, πώς μπορείτε, ενώ ενδιαφέρεστε για μας, τα παιδιά σας, και μας προσέχετε, να μην σκέφτεστε πόσο βλάπτετε και εμάς; Είτε το θέλετε είτε όχι όταν καπνίζετε, ένα μέρος του καπνού το εισπνέουμε και εμείς και έτσι μας αναγκάζετε να γίνουμε παθητικοί καπνιστές.

Αλλά, αγαπημένοι μου γονείς, που είστε τα πρότυπά μας στην ζωή και μας μαθαίνετε αξίες και αρχές, πώς επιτρέπετε στον εαυτό σας να προβάλλει σε μας το κάπνισμα ως μια απόλαυση της ζωής; Αυτονόητο είναι ότι πολλοί από μας μεγαλώνοντας, θα ακολουθήσουν το παράδειγμα των γονιών τους. Τι θα έχετε να πείτε τότε, όταν θα δείτε τον γιο σας ή την κόρη σας να καπνίζει; Πώς θα τους πείσετε ότι αυτό είναι λάθος και βλαβερό για την υγεία τους; Μήπως καπνίζοντας, ενώ είστε γονείς, προδιαγράφετε ένα μέλλον για το παιδί σας εξαρτημένο από το τσιγάρο;

Έχω ακούσει πόσο δύσκολο είναι να απαλλαγεί κανείς από μια τόσο κακή συνήθεια, αλλά είμαι σίγουρη πως έχετε καταφέρει πολύ δυσκολότερα πράγματα για χάρη μας. Και ίσως με την βοήθειά και την συμπαράστασή μας καταφέρετε αυτό που πιθανότατα δεν είχατε πετύχει μόνοι σας στο παρελθόν. Μια προσπάθεια μας αξίζει!

Ελπίζοντας να σας πείσαμε,  
Τα παιδιά σας  
**ΛΟΛΙΔΟΥ ΖΩΗ**