

# VELİ BÜLTEN – Abur Cubur

## Gizli Tehlike; Abur, Cubur...

Aslında birçok anne ve baba için bu başlık yanlış atılmıştır, abur cubur artık gizli bir tehlike değildir, apaçık ortadadır ve her geçen gün daha da tehlikeli olmaktadır. Ambalajları çok güzeldir ve albenisi vardır, görüldüğü zaman yetişkinlerin bile canının çektiği abur cuburlar çocuklar için ne kadar dayanılmazdır siz düşünün. Hele ki reklam sektörünün t kadar geliştiği ve değer kazandığı günümüzde onları unutmak ve görmemek mümkün değildir. Çocuğunuz bir abur cubur görür ve ister, sizler onu almamak için dakikalarca ikna etmeye çalışırsınız, tam çocuğunuz ondan vazgeçmiştir ki az ilerde başka bir reklam görür ve bir başkasını canı ister. Ne yaparsanız yapın kurtulamazsınız.

Nedir abur cubur; Cips, çikolata, şeker, yani hazır olarak alınan, içerisinde ne olduğunu bilmediğiniz, besin olarak çocuklar hiçbir katkı sağlamaya ve hatta çocukların almaması gereken besinler içeren, güzel ambalajlı yiyeceklerdir. Siz belki evde onun daha iyisini yapabilecek durumdasınız ve yapıyorsunuzdur da ama hiçbir zaman çocuğunuz için hazır alınanı kadar güzel olmaz. Sizin çocukluğunuzda sizin anne ve babanız abur cubura karşı sava halindeydi, şimdide siz. Savaşın ortak nedeni aynı; çocuklarınızı korumak ama farklı olan bir şey var ki artık düşman daha kuvvetli.

Düşmanın arkasında medya ve reklam gücü var ve artık daha albenili.

Abur cubur olarak tabir edilen yiyeceklerin çocuklara olan zararlarından bahsetmek istemiyorum, çünkü bundan uzmanlar her gün bahsetmekte ve anne ve babaları uyarmaktalar. Her anne ve baba bunu bilmekte ama maalesef önüne geçememektedir.

Abur cubur savaşını kazanmak için anne ve babalar büyük bir psikolojik savaş vermek zorundadırlar. Çünkü çocuklar konuşarak bundan vazgeçmezler. Baskı kurmak ve yasaklamak da farklı psikolojik nedenlere yol açacak ve çocuğunuz ile aranızdaki iletişime zarar verecektir. Kaldı ki her zaman çocuklarınızın yanında olamazsınız ve onları abur cubur tehdidinden koruyamazsınız. Çocukların isteklerinin bastırılması ve ne kadar zararlı olursa eğer istiyor ise bunların tadına baktırmaları gerekmektedir. Onun için uzmanlar anne ve babalar abur cubur için şartlı vize vermeleri gerektiğini vurgulamaktadır.

Şartlı Vize Nedir;

Zaten midesi çok küçük olan ve sadece alması gereken zorunlu besinler için midelerinde yer çocuklara abur cuburu yemek için bellik şartlar getirilmesidir. Mesela yemek yemesi olabi Çocuğunuza abur cubur yiyebilmesi için önce yemeğini bitirmesi gerektiğini söyleyin ve bu evinizde kural haline getiri. Bu kurala ilk önce siz uyun. Bu şekilde çocuk yemek yemezse al cubur yiyemeyeceğini bilir ve bu hem çocuğunuzun yemek yemesi için bir teşvik olurken hen midesine ilk olarak yararlı besinleri girmesini sağlayarak abur cubura fazla yer kalmaması sağlayacaktır. Yani bir taşla iki kuş vurmuş olacaksınız.

Çocuklarınıza şartlı vize ile de olsan abur cubur yedirderseniz bile onları satın alırken mutlaka sizin kontrolünüzde olmalı ve içeriğine dikkat etmelisiniz. Her ne kadar zararlı desek de bazıları diğerlerine oranla daha az zararı olmaktadır. Bunu seçmek te anne ve babalara düşmektedir. Anne ve babalar iyi araştırmalılar ve bilindik markaların içeriği bilinen ürünlerini almalıdırlar.

Bu sayede çocuklarınızın abur cuburdan görecekları zararı en aza indirebilirsiniz.



www.KIRTKIRTLA.com

## Gizli Tehlike; Abur, Cubur...

Aslında birçok **anne ve baba** için bu başlık yanlış atılmıştır, abur cubur artık **gizli bir tehlike** değildir, apaçık ortadadır ve her geçen gün daha da tehlikeli olmaktadır.

Ambalajları çok güzeldir ve albenisi vardır, görüldüğü zaman yetişkinlerin bile canının çektiği abur cuburlar çocuklar için ne kadar dayanılmazdır siz düşünün. Hele ki reklam sektörünün bu kadar geliştiği ve değer kazandığı günümüzde onları unutmak ve görmemek mümkün değildir. Çocuğunuz bir abur cubur görür ve ister, sizler onu almamak için dakikalarca ikna etmeye çalışırsınız, tam çocuğunuz ondan vazgeçmiştir ki az ilerde başka bir reklam görür ve bir başkasını canı ister. Ne yaparsanız yapın kurtulamazsınız.

**Nedir abur cubur;** Cips, çikolata, şeker, yani hazır olarak alınan, içerisinde ne olduğunu bilmediğiniz, besin olarak çocuklar hiçbir katkı sağlamaya ve hatta çocukların almaması gereken besinler içeren, güzel ambalajlı yiyeceklerdir. Siz belki evde onun daha iyisini yapabilecek durumdasınız ve yapıyorsunuzdur da ama hiçbir zaman çocuğunuz için hazır alınanı kadar güzel olmaz. Sizin çocukluğunuzda sizin anne ve babanız abur cubura karşı savaş halindeydi, şimdide siz. Savaşın ortak nedeni aynı; çocuklarınızı korumak ama farklı olan bir şey var ki artık düşman daha kuvvetli. Düşmanın arkasında medya ve reklam gücü var ve artık daha albenili.

Abur cubur olarak tabir edilen yiyeceklerin çocuklara olan zararlarından bahsetmek istemiyorum, çünkü bundan uzmanlar her gün bahsetmekte ve anne ve babaları uyarmaktalar. Her anne ve baba bunu bilmekte ama maalesef önüne geçememektedir.

Abur cubur savaşını kazanmak için anne ve babalar büyük bir psikolojik savaş vermek zorundalardır. **Çünkü çocuklar konuşarak bundan vazgeçmezler.** Baskı kurmak ve yasaklamak da farklı psikolojik nedenlere yol açacak ve çocuğunuz ile aranızdaki iletişime zarar verecektir. Kaldı ki her zaman çocuklarınızın yanında olamazsınız ve onları abur cubur tehdidinden koruyamazsınız. Çocukların isteklerinin bastırılması ve ne kadar zararlı olursa olsun eğer istiyor ise bunların tadına baktırmaları gerekmektedir. Onun için uzmanlar anne ve babalara abur cubur için şartlı vize vermeleri gerektiğini vurgulamaktadır.

Şartlı Vize Nedir;

Zaten midesi çok küçük olan ve sadece alması gereken zorunlu besinler için midelerinde yer olan çocuklara abur cuburu yemek için bellik şartlar getirilmesidir. Mesela yemek yemesi olabilir. Çocuğunuza abur cubur yiyebilmesi için önce yemeğini bitirmesi gerektiğini söyleyin ve bunu evinizde kural haline getiri. Bu kurala ilk önce siz uyun. Bu şekilde çocuk yemek yemezse abur cubur yiyemeyeceğini bilir ve bu hem çocuğunuzun yemek yemesi için bir teşvik olurken hem de midesine ilk olarak yararlı besinleri girmesini sağlayarak abur cubura fazla yer kalmamasını sağlayacaktır. Yani bir taşla iki kuş vurmuş olacaksınız.

Çocuklarınıza şartlı vize ile de olsan abur cubur yederseniz bile onları satın alırken mutlaka sizin kontrolünüzde olmalı ve içeriğine dikkat etmelisiniz. Her ne kadar zararlı desek de bazıları diğerlerine oranla daha az zararı olmaktadır. Bunu seçmekte anne ve babalara düşmektedir. Anne ve babalar iyi araştırmalılar ve bilindik markaların içeriği bilinen ürünlerini almalılardır. Bu sayede çocuklarınızın abur cuburdan görecekleri zararı en aza indirebilirsiniz.

Diđer veli bültenlerine ulaşmak için PROJELER kategorisinde bulunan VELİ BÜLTENLERİ bölümünü inceleyebilir, bilgi sayfalarının ücretsiz çıktılarını alarak aileleri bilgilendirebilirsiniz. Eđitimin sadece okulda olmadığını, her yerde eğitimsel çalışmalarla toplumsal sorumluluk projelerinin yapılması gerektiği konusunu ebeveynlere iletebilirsiniz. SAYGILARIMIZLA ..

**KIRTKIRTLA EKİBİ**