

LIST DO RODZICÓW I OPIEKUNÓW

Szanowni Rodzice!

Zdrowie naszych dzieci jest dla każdego z nas najważniejszą sprawą. Na zdrowie ma wpływ wiele czynników: opieka zdrowotna, czynniki genetyczne, środowisko fizyczne i społeczne, a przede wszystkim styl życia i zachowania prozdrowotne (tj. aktywność fizyczna, racjonalne żywienie, utrzymywanie czystości ciała i otoczenia, zachowanie bezpieczeństwa, utrzymywanie właściwych relacji między ludźmi, a także nie używanie środków psychoaktywnych). Kształtowanie prawidłowych postaw zdrowotnych wśród dzieci jest najskuteczniejszym działaniem w profilaktyce palenia tytoniu.

Palenie tytoniu jest zjawiskiem powszechnym i stanowi jedną z głównych przyczyn umieralności w wieku dorosłym. Dlatego, aby zmniejszyć rozmiar tej epidemii, należy już od najmłodszych lat prowadzić wśród dzieci edukację antytytoniową.

Dziecko rozwijające się w atmosferze dymu tytoniowego ponosi szkodę nie tylko na zdrowiu. Oswaja się z tym zjawiskiem, jako codziennym i normalnym i samo też zaczyna palić, naśladując swoich rodziców.

Droży Państwo, jeśli dla dobra swoich dzieci nie potraficie uporać się z problemem uzależnienia od nikotyny, dajcie swojemu dziecku do zrozumienia, że byłibyście szczęśliwi, gdyby ono nigdy nie zaczęło palić.

Jeżeli w Państwa domu nikt nie pali, to zadbajcie, by goście również tego nie robili.

Pamiętajcie Państwo, że Wasze zachowania zdrowotne są przejmowane przez Wasze dzieci!

Biorąc pod uwagę fizjologię rozwoju psychoemocjonalnego dziecka, współczesną wiedzę na temat uwarunkowań procesu uzależnienia się od tytoniu przez dzieci oraz epidemiologię palenia tytoniu w wieku rozwojowym, zasadnym jest przeprowadzenie u dzieci w wieku wczesnoszkolnym programu profilaktyki antytytoniowej. Jest to wiek, w którym kształtują się postawy wobec tytoniu u dzieci często stykających się z osobami palącymi.

W związku z powyższym serdecznie zapraszamy do aktywnego udziału w szkolnej antytytoniowej edukacji.

Program profilaktyki tytoniowej pt. „**Nie pal przy mnie proszę**” stanowi II ogniwo w cyklu programów profilaktyki antytytoniowej adresowanych do dzieci i młodzieży, a inicjowanych przez Państwową Inspekcję Sanitarną we współpracy z resortem edukacji i realizowanych w szerokim partnerstwie lokalnym.

Program obejmuje pięć zajęć warsztatowych, w ciągu roku szkolnego, w tym dwóch dwugodzinnych i trzech jednogodzinnych, dostosowanych do wieku dzieci.

W programie zostały zawarte uporządkowane treści dotyczące zdrowia (dostosowane do poziomu percepcji dzieci).

Program ma na celu wykształcenie u dzieci umiejętności radzenia sobie w sytuacjach, w których inne osoby palą przy nich papierosy.

Stanisława Hodurek