

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

31 Μαΐου : Παγκόσμια Ημέρα κατά του Καπνίσματος



«ΚΑΠΝΙΣΜΑ; ΟΧΙ ΕΜΕΙΣ!» λέμε από νωρίς!

Κέντρα Πρόληψης των Εξαρτήσεων & Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας του Ν. Θεσσαλονίκης



Σε συνεργασία με τον Οργανισμό Κατά των Ναρκωτικών (ΟΚΑΝΑ)

Τα τελευταία ερευνητικά δεδομένα για την Ελλάδα αποκαλύπτουν αύξηση του αριθμού των παιδιών που πειραματίζονται με το τσιγάρο σε όλο και μικρότερη ηλικία. Η πρώτη επαφή με το τσιγάρο φαίνεται πως για αρκετά παιδιά γίνεται στην ηλικία των 11 ετών. Ταυτόχρονα, πάνω από τα μισά παιδιά εκτίθενται σε παθητικό κάπνισμα στο σπίτι τους και ακόμη περισσότερα σε παθητικό κάπνισμα σε κλειστούς δημόσιους χώρους.

Το κάπνισμα, όπως και πολλές άλλες επικίνδυνες συμπεριφορές, μπορούν να αποτραπούν, αν υιοθετηθούν και εφαρμοστούν σε ευρεία κλίμακα στρατηγικές πρόληψης στο χώρο του σχολείου, της οικογένειας και της κοινότητας. Στόχος της πρόληψης είναι ο εξοπλισμός των παιδιών με τις απαραίτητες γνώσεις, στάσεις και δεξιότητες, ώστε να είναι σε θέση να προστατεύουν τον εαυτό τους και την υγεία τους.

Για το σκοπό αυτό δημιουργήθηκε το **Εκπαιδευτικό Υλικό Πρόληψης του Καπνίσματος «Κάπνισμα; Όχι Εμείς!»**, που απευθύνεται σε παιδιά Δ', Ε' & ΣΤ' Δημοτικού, σε μία καθοριστική ηλικία για τη διαμόρφωση των στάσεων και αντιλήψεων των παιδιών, λίγο πριν την έναρξη της εφηβείας. Αποτελεί προϊόν της συνεργασίας των Κέντρων Πρόληψης των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας του Ν. Θεσσαλονίκης (Δίκτυο Άλφα, Ελπίδα, Πυξίδα, Σείριος) του Ν. Ξάνθης (Έκφραση), του Ν. Ροδόπης (Ορφείας), του ΕΚΤΕΠΝ/ΕΠΙΨΥ, του ΟΚΑΝΑ, της 4^{ης} ΥΠΕ και του Αντικαρκινικού Νοσοκομείου Θεσσαλονίκης «Θεαγένειο». Το πρόγραμμα «Κάπνισμα; Όχι Εμείς» περιλαμβάνει ολοκληρωμένη βιωματική εκπαίδευση των εκπαιδευτικών, προκειμένου να αναλάβουν την υλοποίηση του προγράμματος στις τάξεις τους, παρέμβαση 13 δίωρων συναντήσεων για τα παιδιά στη διάρκεια της σχολικής χρονιάς και τρεις ενισχυτικές συναντήσεις για τον επόμενο χρόνο, που συντονίζονται από τον εκπαιδευτικό. Παράλληλα, το πρόγραμμα προνοεί για ευαισθητοποίηση των γονέων, μέσα από κατάλληλες συναντήσεις και δραστηριότητες.

Ταυτόχρονα, το «Κάπνισμα; Όχι Εμείς!» **έρχεται να καλύψει το μεγάλο κενό της έλλειψης συγκεκριμένης πολιτικής κατά του καπνίσματος στα ελληνικά σχολεία**, παρεμβαίνοντας στους συλλόγους εκπαιδευτικών και γονέων, στηρίζοντάς τους να συνεργαστούν για τη διαμόρφωση κανόνων και πρακτικών, με στόχο ένα σχολείο «ελεύθερο καπνού».

Το πρόγραμμα «Κάπνισμα; Όχι Εμείς!» έχει αξιολογηθεί ως προς την αποτελεσματικότητά του, μετά από έρευνα στο μαθητικό πληθυσμό τα έτη 2012-2013. Τα ευρήματα δείχνουν ότι πετυχαίνει να ενισχύσει την ικανότητα των μαθητών να παίρνουν αποφάσεις και να αντιστέκονται στην πίεση της ομάδας, εξοπλίζοντάς τους με τρόπους έκφρασης και υπεράσπισης των προσωπικών τους αποφάσεων και επιλογών. Οι μαθητές που ολοκληρώνουν το πρόγραμμα, αντιλαμβάνονται περισσότερο τους κινδύνους από το περιστασιακό κάπνισμα και ενισχύεται το κίνητρό τους για να μη καπνίσουν στο μέλλον. Επιπλέον, το «Κάπνισμα; Όχι Εμείς» αποδείχτηκε ότι συμβάλλει στη μείωση του αριθμού των παιδιών που πρωτοξεκινούν το κάπνισμα.

Παράλληλα, οι γονείς των παιδιών που συμμετέχουν στο πρόγραμμα, ενημερώνονται έγκυρα για το θέμα της εξάρτησης από τη νικοτίνη και τις επιπτώσεις του καπνίσματος, βοηθούνται να αναγνωρίσουν την επιρροή που ασκεί η δική τους καπνιστική συμπεριφορά στη συμπεριφορά των παιδιών και ενημερώνονται για τους αποτελεσματικούς τρόπους συζήτησης τέτοιων θεμάτων με τα παιδιά.

Το εκπαιδευτικό υλικό «Κάπνισμα; Όχι Εμείς!» είναι αναγνωρισμένο από τον Οργανισμό κατά των Ναρκωτικών (ΟΚΑΝΑ) ως κατάλληλο πρόγραμμα πρόληψης και από το Υπουργείο Παιδείας (189958/ΓΔ2/24.11.14) ως παιδαγωγικά κατάλληλο για την εφαρμογή εκπαιδευτικών παρεμβάσεων για την πρόληψη του καπνίσματος σε Δημοτικά Σχολεία της χώρας.

Κυκλοφορεί σε ηλεκτρονική μορφή, διατίθεται δωρεάν και μπορεί να αξιοποιηθεί από κάθε σχολείο και οικογένεια, που ενδιαφέρεται να λάβει έγκαιρα μέτρα για την πρόληψη του καπνίσματος των παιδιών. Απαραίτητη προϋπόθεση είναι η συμμετοχή των εκπαιδευτικών στο βιωματικό σεμινάριο και στις συναντήσεις εποπτείας και υποστήριξης που υλοποιούνται από τα επιστημονικά στελέχη του Κέντρου Πρόληψης της περιοχής τους.

Το πρόγραμμα υιοθετήθηκε από το σύνολο των Κέντρων Πρόληψης της χώρας και πολλά σχολεία συμμετέχουν ήδη σ' αυτό, δηλώνοντας **Κάπνισμα; Όχι Εμείς. Λέμε από Νωρίς!**

Με στόχο την ευρεία ευαισθητοποίηση για την πρόληψη του καπνίσματος τα Κέντρα Πρόληψης των Εξαρτήσεων και Προαγωγής της Ψυχοκοινωνικής Υγείας του Νομού Θεσσαλονίκης (Δίκτυο Άλφα, Ελπίδα, Πυξίδα, Σείριος) διοργανώνουν σειρά δράσεων την εβδομάδα 25 – 31 Μαΐου

Επίσης δημιούργησαν ραδιοφωνικό και [τηλεοπτικό μήνυμα](#), τα οποία θα προβάλλονται σε ραδιοτηλεοπτικά μέσα εθνικής και τοπικής εμβέλειας από 30/5-30/6.

Ευχαριστούμε τους : **Σωτήρη Καλυβάτση** (ηθοποιό), **Αναστάσιο Μαυρομιχάλη** (Ψυχολόγο - Ηθοποιό), την **Κρυσταλλένια Σινιόσογλου** και τα παιδιά της παιδικής σκηνής του θεάτρου "Αριστοτέλειο" **Ραφαήλ Σαρρή, Γιώργο Καλλονά, Ανθή Γρηγοριάδου** (καθώς επίσης και τους γονείς τους που έδωσαν την άδεια) που συμμετείχαν αφιλοκερδώς στη δημιουργία του τηλεοπτικού και ραδιοφωνικού μηνύματος.

Πληροφορίες στα Κέντρα Πρόληψης: **Ελπίδα** (2310 44.20.44): www.kpelpida.com, **Δίκτυο Άλφα** (2310 72.90.90): www.diktioalpha.gr, **Πυξίδα** (2310 20.20.15): www.pyxida.org.gr, **Σείριος** (2310 26.07.15): www.kp-seirios.gr.