

**PROMOCJA ZDROWIA**  
**Program Profilaktyki Palenia Tytoniu**  
**„Nie pal przy mnie, proszę” kl. I - III**  
**„Znajdź Właściwe Rozwiązanie” kl. IV - VI**

W roku szkolnym 2012/2013 Państwowa Inspekcja Sanitarna województwa łódzkiego rozpoczęła realizację programu edukacji antytytoniowej pt. „Znajdź właściwe rozwiązanie”, „Nie pal przy mnie, proszę”

Program skierowany jest do uczniów klas IV - VI szkoły podstawowej oraz uczniów szkół gimnazjalnych, a także do ich rodziców i opiekunów.

Partnerami wspomagającymi realizację programu są: Ministerstwo Edukacji Narodowej oraz Stowarzyszenie na Rzecz Dzieciństwa Wolnego od Tytoniu.

Głównym celem programu jest zapobieganie paleniu tytoniu wśród dzieci i młodzieży. Program jest dostosowany do możliwości intelektualnych oraz umiejętności uczniów.

Cele szczegółowe programu:

1. Zapobieganie paleniu tytoniu wśród młodzieży szkolnej.
2. Zwiększenie wiedzy w zakresie szkodliwości dymu tytoniowego.
3. Kształtowanie umiejętności dbania o zdrowie własne i swoich bliskich.
4. Kształtowanie postaw asertywnych związanych z unikaniem czynnego i biernego palenia tytoniu.
5. Integracja grupy.
6. Kształtowanie umiejętności radzenia sobie w różnych trudnych i stresujących sytuacjach.
7. Umocnienie poczucia własnej wartości wśród uczniów.
8. Kształtowanie umiejętności niezbędnych w kontaktach interpersonalnych.

Zajęcia dotyczą nie tylko szkodliwości palenia tytoniu, ale również dają przykłady radzenia sobie w różnych sytuacjach. Poruszone są tematy dotyczące asertywności, komunikacji międzyludzkiej, akceptacji siebie i pozytywnego myślenia.