|  |
| --- |
| ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ |
| ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΤΑ ΤΟΥ ΚΑΠΝΙΣΜΑΤΟΣ |
| ΓΚΑΜΠΕΤΑΣ ΙΩΑΝΝΗΣ Α.Ε.Μ. 0708158 |

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΤΑ ΤΟΥ ΚΑΠΝΙΣΜΑΤΟΣ**

**ΣΤΟΧΟΙ**

• Είναι να ενημερωθεί ο μαθητής για τις συνέπειες του καπνίσματος με συνέπεια και υπευθυνότητα,προκειμένου να αποκτήσει σωστές γνώσεις για τις συνέπειες του καπνίσματος.

• Να κινητοποιηθεί προκειμένου να αναλάβει προσωπική ευθύνη για τη προστασία του ευατού του από το κάπνισμα.

• Να αναγνωρίσει ότι το κάπνισμα προκαλεί εξάρτηση.

• Να απομυθοποιήσει τους λόγους που οι άνθρωποι καπνίζουν,μολονότι γνωρίζουν τις βλαβερές επιδράσεις του καπνίσματος στην υγεία.

Το πρόγραμμα θα εφαρμοστεί σε μαθητές Γυμνασίου με σκοπό να επηρεάσει και εξωτερικούς φορείς όπως π.χ. Γονείς,Τοπική Κοινωνία.

Η εφαρμογή του προγράμματος κρίνεται απαραίτητη διότι πρέπει να επηρεαστούν θετικά κατά του καπνίσματος ώστε να μειώσουμε τα περιστατικά του καρκίνου στην υγεία λόγω του καπνίσματος.

Μετά την εφαρμογή του προγράμματος θα πρέπει οι μαθητές που καπνίζουν να έχουν ευαισθητοποιηθεί ώστε να κόψουν το κάπνισμα,όπως και άνθρωποι στο κοινωνικό περιβάλλον των μαθητών.

**1ο Μάθημα**

Ενημέρωση σχετικά με το πόσο βλαβερό είναι το κάπνισμα για την υγεία μας,με την χρήση βίντεο,εικόνων,ερευνών και της συζήτησης.

**2ο Μάθημα**

Με τη μέθοδο της καθοδηγούμενης ανακάλυψης οδηγούμε τους μαθητές να μας δίνουν αυτοί τις απαντήσεις σχετικά με τη βλοσυρότητα του καπνίσματος μέσω ερωτήσεων σχετικά με το κάπνισμα.

**3ο Μάθημα**

Συμπλήρωση ερωτηματολόγιου σχετικά με το κάπνισμα και δίνουμε στους μαθητές από δύο ερωτηματολόγια για να συμπληρώσουν οι γονείς τους και τους καλούμε στο επόμενο μάθημα όσοι επιθυμούν να λάβουν μέρος στην ενημέρωση.

**4ο Μάθημα**

Ενημέρωση γονέων και μαθητών για το πόσο βλαβερό είναι το ενεργητικό αλλά και το παθητικό κάπνισμα και ιδιαίτερα στις αναπτυξιακές ηλικίες.

**5ο Μάθημα**

Διοργάνωση δράσης στη τοπική κοινωνία με μοίρασμα ενημερωτικών φυλλαδίων σε χώρους εστίασης και επιχειρήσεις.

**6ο Μάθημα**

Ενημέρωση σχετικά με πιο υγιεινές στάσεις ζωής και τρόπους διακοπής του καπνίσματος.Ολοκλήρωση του προγράμματος αγωγής υγείας με προαιρετικές γραπτές εξετάσεις για να ελέγξουμε το επίπεδο γνώσεων σχετικά με το κάπνισμα των μαθητών.

Στο **5ο Μάθημα** θα διοργανώσουμε μία δράση εκτός σχολικού περιβάλλοντος στην οποία θα έχουμε τυπώσει ενημερωτικά φυλλάδια που θα αναφέρουν τις βλαβερές συνέπειες του καπνίσματος για την υγεία.Τα φυλλάδια θα μοιραστούν σε χώρους μαζικής εστίασης όπου οι μαθητές μαζί με το φυλλάδιο που θα δίνουν θα παίρνουν τα τασάκια από τραπέζια και θα τα αδειάζουν σε σακούλες που θα κουβαλάνε οι ίδιοι,υπό την εποπτεία Καθηγητών και Γονέων.

Ένα μήνα μετά από την ολοκλήρωση του προγράμματος,συγκεντρώνουμε όσους μαθητές πήραν μέρος στο πρόγραμμα και με τη χρήση ερωτηματολόγιου ελέγχουμε αν κάποιοι μαθητές διέκοψαν το κάπνισμα οι ίδιοι ή αν οι γονείς των μαθητών διέκοψαν το κάπνισμα ή διέκοψαν την έκθεση των παιδιών τους στο παθητικό κάπνισμα.