

Program „*Znajdź właściwe rozwiązanie*” – to program profilaktyki palenia tytoniu dla uczniów starszych klas szkoły i gimnazjum inicjowany przez Państwową Inspekcję Sanitarną. W naszej placówce prowadzony przy współpracy z panią Magdaleną Radoms-Mróż z Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Jarocinie.

**Cel główny:**

-Zapobieganie palenia tytoniu wśród uczniów gimnazjum

**Cele szczegółowe:**

-Ukazanie funkcjonowania ludzkiego organizmu i jego potrzeb, a przede wszystkim konieczność odpowiedniego odżywiania i czystego powietrza

-Podniesienie świadomości wśród uczennic o skutkach prawnych wynikłych z palenia papierosów w miejscach publicznych, o skutkach zdrowotnych, społecznych i ekonomicznych

- Zaznajomienie na temat różnych sposobów rozstania się z paleniem papierosów

- Przekazanie wiadomości o zachowaniach asertywnych, uczenie się rozpoznawania swych zachowań oraz uświadomienie mechanizmów nacisku grupowego wraz z nauczeniem się sposobów odmowy

-Uczenie umocnienia poczucia własnej wartości w zbudowaniu pozytywnego myślenia o sobie i kształtowania ważnych umiejętności w kontaktach z ludźmi

**Czas:** każdy cykl około 1-1,5 h

Tematyka zawarta w książce o tym samym tytule przedłożona przez PSSE zawiera zbyt mało skutecznej wiedzy, jak na potrzeby naszych wychowanek, dlatego wzbogacono program o inne **formy** przekazu jak: obrazowe treści, filmy, dyskusję, ankietę, ulotki i testy. Opracowany program zawiera się w czterech cyklach:

Pierwszy cykl to wiedza o historii papierosa, o uprawie tytoniu, o jego kulcie i upadku. Tutaj również metodą pogładową wychowanki mogą zobaczyć kontrowersyjne fotografie artystyczne, szokujące filmy w tematyce niktynizmu dotyczące dzieci. Na koniec podsumowanie i nurtujące pytania.

W drugim cyklu dowiedzą się o problemach zdrowotnych spowodowanych niktynizmem. filmy i fotografie osób lub samych narządów, które były zmienione na skutek chorób wywołanych paleniem papierosów. Wzbogaca się o wiedzę na temat palenia

biernego, czyli o wpływie dymu nikotynowego na osoby pozostające w towarzystwie palacza i o paleniu w czasie ciąży, czyli o wpływie na płód. Na koniec refleksja i pytania.

Trzeci cykl zawiera treści prawne, a mianowicie ustawę o zakazie palenia w miejscach publicznych, która weszła w życie z dniem 15. listopada 2010r. Wychowanki dowiedzą się jakie miejsca i lokale zostały objęte zakazem palenia, a także zapoznają się ze skutkami prawnymi związanymi z brakiem respektowania zakazu. Skutki prawne, to te również odnoszące się do Art., 156. § 1 i 3. oraz Art. 157. § 1 i Art. 160. § 1 k. k w Rozdziale XIX.(zał. 2)

Cykl czwarty zawiera sposoby rezygnacji z palenia papierosów. Wychowanki dowiedzą się jak różne metody są stosowane w zwalczaniu nikotynowego nałogu i jak bardzo to zależne jest tylko od naszego pragnienia, chęci i motywacji. Tu dowiedzą się o zyskach jakie mają z powodu niepalenia, a jakie straty z powodu palenia. Mają możliwość konfrontacji na polu ekonomicznym, zdrowotnym, społecznym i własnej osoby. Wychowanki otrzymają test motywacyjny dla siebie, by mogły same podjąć decyzję, a także instrukcję krok po kroku jak to zrobić.

W podsumowaniu przewidziany konkurs na najciekawszą pracę plastyczną w dowolnej formie związaną Światowym Dniem Bez Tytoniu (31.05).