



Opublikowane na: Mława (mlawa.pl)

Autor: Sylwia Tryjanowska

Światowy Dzień Rzucania Palenia Tytoniu w Szkole Podstawowej Nr 3 w Mławie

Publikowane od
22.11.2017 00:00:00

Publikowane do
22.12.2017 00:00:00



Co roku w trzeci czwartek listopada (w tym roku 16 listopada) w Polsce i na całym świecie podejmowane są działania w budowaniu świadomości palaczy na temat tragicznych skutków palenia tytoniu. Światowy Dzień Rzucania Palenia Tytoniu obchodzony jest w Polsce od 1991r. Kampania ma na celu w niestandardowy sposób dotrzeć do świadomości palaczy w miejscach, gdzie najmniej się tego spodziewają - w szkołach, sklepach, szpitalach, bibliotekach, restauracjach czy klubach.

W tegoroczne działania aktywnie włączyli się uczniowie i nauczyciele

Szkoły Podstawowej Nr 3 w Mławie. W ramach akcji promującej rzucenie palenia na korytarzach szkolnych pojawiły się gazetki informacyjne i plakaty, rozdawano ulotki, wyświetlano prezentacje multimedialne o szkodliwości palenia. W czasie lekcji odbyły się pogadanki na temat uzależnienia od nikotyny, uczniowie odgrywali scenki skutecznego odmawiania w sytuacjach namawiania do palenia oraz prezentowali nakręcone przez siebie filmy związane z tą tematyką. Najmłodszy wykonali prace plastyczne i nauczyli się piosenki o szkodliwości palenia, którą wspólnie odśpiewali na zajęciach.

W gabinecie medycznym rozwieszono plakaty a pielęgniarka szkolna udzielała informacji dotyczących zagrożeń zdrowia spowodowanych nałogiem nikotynizmu.

Podjęte działania profilaktyczne miały na celu przekonać uczniów i rodziców, że rzucenie palenia jest zawsze źródłem ogromnej satysfakcji. Dla wielu osób jest dowodem, że potrafią pokonywać własne ograniczenia. Dodatkowo rzucając palenie można zaoszczędzić pieniądze. Tak jak w przypadku innych uzależnień, pierwszym krokiem do zerwania z nałogiem jest podjęcie świadomej i wcześniej zaplanowanej decyzji o odstawieniu substancji uzależniającej.

Prowadzona kampania jest dobrym wsparciem dla osób chętnych pożegnać się z nałogiem





Adres źródłowy: <https://mlawa.pl/arttykul/swiatowy-dzien-rzucania-palenia-tytoniu-w-szkole-podstawowej-nr-3-w-mlawie>