
Dohányzás prevenció

1. csoportfoglalkozás tematika

1. Függőséget okozó szokások serdülőkorban
 - játék, italok, dohányzás, kábítószeresek,
2. Miért lehetnek károsak ezek a szokások?
 - egészségromboló hatás, testi - lelki függőség,
3. A dohányzás rövid története
 - Kolumbusz, (isteni fű, szent fű)
 - I. Jakab Anglia királya füstmentes kampányt folytatott (1603),
 - XVI. század, Jean Nicot francia orvos gyógyszerként használta,
 - XVII. században kezdett elterjedni,
 - Magyarországra a XVI. században érkezett,
4. A dohányzás számadatai
 - a felnőtt lakosság 1/3 dohányzik,
 - a fogyasztás 85%-a cigaretta,
 - a dohányosok 80%-a alacsony vagy közepes jövedelemmel rendelkező országokban él,
5. A dohány, mint növény
 - burgonyafélék családja,
 - termesztés, szárítás, feldolgozás,
 - élénkítő, kábító hatás,

6. A cigaretta füst jellemzői, összetevői

- 1000 fokon ég a dohány,
- 4000 különböző vegyület pl.: ammónia (WC tisztító), metanol (rakéta üzemanyag), arzén (méreg), metán (csatornabűz), kadmium (elemek), tolutén (ipari oldószer), kátrány, adalékok (mentol),
- füst 1/3-a kerül a szervezetbe,
- aktív-passzív dohányzás (akaratlan kívüli dohányzás),
- egy füstös bárban, szórakozóhelyen eltöltött két óra annyit jelent, mintha négy szál cigarettát szívott volna el a nemdohányzó ember,

7. A nikotin

- sejtméreg,
- szűkíti az ereket,

8. Résztvevői tapasztalatok megbeszélése,

9. Video lejátszása

10. Kérdések megbeszélése

Forráspont Közhasznú Egyesület

7400 Kaposvár, Hunyadi u. 3.

Tel: 70/500-3733

E-mail: forraspontvarga@gmail.com

Web: www.forraspontkhe.hu

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség
www.ujszechenyiterv.gov.hu
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.