

Hea lapsevanem

Tervise Arengu Instituut viib neljateistkümnendat õppeaastat järjest läbi **Suitsuprii Klassi ennetusprogrammi**, millest käesoleval õppeaastal võtab osa ka Teie lapse klass koos klassijuhatajaga.

Suitsuprii Klassi ennetusprogramm on tubakavastane programm 4.-9. klasside õpilastele. Programmi peamisteks **eesmärkideks on ennetada või edasi lükata suitsetamise ja suitsuvabade tubakatoodete tarvitamise alustamist laste ja noorte seas, motiveerida tubakat tarvitavaid õpilasi sellest loobuma ning toetada tubakast vaba olemist kui eluviisi**. Konkurs kestab viis kuud: 12.oktoobrist 2015 kuni 12.märtsini 2016.

Ennetusprogrammis osalevad õpilased lubavad oma allkirjaga jääda vähemalt kogu programmiperioodiks tubakavabaks ehk mitte teha suitsu, tõmmata vesipiipu ega tarvitada muid tubakatooteid. Programm toimib vastastikuse aususe põhimõttel - õpilased kontrollivad enda ja oma klassikaaslaste tubakavabaks jäämist ise. Kõikide programmi edukalt lõpetanud klasside vahel loositakse 2016. aasta kevadel välja auhinnad.

Mida varem hakatakse tubakat tarvitama, seda raskem nikotiinisõltuvus välja kujuneb ning seda keerulisem on loobuda. Lastel ja noortel tekib sõltuvus kiiremini kui täiskasvanutel.

2014. aasta kooliõpilaste tervisekäitumise uuringu andmetel on keskmine vanus, millal Eesti õpilased proovivad esimest korda elus sigaretti, 12 eluaastat. Huuletubakat on tarvitatud 13% 11-15aastastest kooliõpilastest. E-sigaretti on suitsetanud 33% 11-15aastastest õpilastest.

Positiivne on see, et mittersuitsetavate õpilaste osakaal on tõusnud 2014. aasta andmetel ei suitseta 92% 11-15 aastastest õpilastest – seda on viis protsenti enam kui 2010. aastal.

Ennetusprogrammiga soovime toetada õpilasi ja näidata, et tubakavabadus on igati normaalne eluviis ning et tegelikult enamik nendevanuseid ei tarvita samuti tubakatooteid.

Ka Teie saate oma last toetada ning julgustada teda programmis osalema ja jääma tubakavabaks.

Lisainfot leiate: <http://www.terviseinfo.ee/et/konkursid/suitsuprii-klassi-voistlus>