

Fræðsla í skólum

um notkun tóbaks- og nikótínvara

Andrea Ýr Jónsdóttir f.h. Heilsulausna



Heilsulausnir - fyrirtæki í forvörnum

- Stofnað 2019
- Eigendur:
 - Stefanía Ösp Guðmundsdóttir
 - Andrea Ýr Jónsdóttir
- Hjúkrunarfræðingar
 - Yfir 10 ára reynsla
 - Stjórn FRÆ, Kynís og Skjöldur
- Þríþætt starfsemi:
 - Forvarnarfræðsla
 - Heilsufarsmælingar, -ráðgjöf
 - Netverslun



Af hverju við?

- Eftirspurn eftir faglegri fræðslu
- Allt efni samið og flutt af okkur
- Nýlegar og gagnreyndar heimildir
- Stöðug þróun
- Jákvæðar fyrirmyndir
- Brennandi áhugi!



Uppsetning fræðslu

- Uppbygging sjálfsmyndar
- Ýtt undir umræður
- Áhugahvetjandi samtalstækni
- Jafningjagrundvöllur
- Upplýstar ákvarðanir
- Foreldrafræðsla



Pitt val - þín ákvörðun - þitt líff

Forvarnarfræðsla í skólum

- Fjölbreytt fræðsluefni
- Víðsvegar um landið
- Oftast samingar við sveitafélög
- Oftast unglingastig
- Nikótínfræðsla vinsæl



Nikótínfræðsla - viðbrögð ungmenna

Ungmennin:

- Vita lítið
- Skaðlítið
- Ávanabinding og fráhvörf
- Leið til að grennast
- Reykingar ógeðslegar
- Veip er óhollt
- Áhugasöm
- Hissa



Nikótínþúðar aðalvandamálið

Margar ástæður:

- Normaliserað
- Höfðar til barna og unglinga
- Auðvelt aðgengi
- Sterkir
- Auðvelt að fela
- Umgengni
- Fyrirmyndir - íþróttafólk
- Áhrif á líkama og tennur



Hvað er til ráða?

Fræða, fræða & fræða!

Skapa umræðu

Vera fyrirmyndir

**Takk
fyrir okkur!**

Heilsulausnir.is

