



# היום הבינלאומי למניעת עישון תשפ"א

ט"ו סיון תשפ"א  
26 מאי, 2021

## נשות ואנשי שפ"י היקרים,

כמדי שנה ב-31 במאי נכריז במערכת החינוך, כמו בעולם כולו, על "יום ללא עישון". יום זה מבקש להעלות על סדר היום העולמי והחינוכי את המודעות לנזקי העישון ואת ההבנה בדבר חשיבות ההימנעות מעישון.

ארגון הבריאות העולמי בחר השנה את הנושא "**התחייבות להפסיק**" כעמדה וכמסר. השנה כולנו מתחייבים לפעול כדי לעודד את מיליוני המעשנים ברחבי העולם להיגמל מעישון ובעיקר כדי למנוע ולהקטין את מספר האנשים שעלולים לבחור להיכנס למעגל המעשנים. ואיך נעשה זאת עם תלמידינו? בעזרת שיח מכבד, שיאפשר להם להביע דעה ועמדה. שיח שלא ישלול את הסקרנות או את התעוזה שהם מביעים, אך בה בעת יציב מולם מידע ושאלות לבדיקה, לחשיבה ולהתלבטות. שיח בו יהיה מקום למגוון הקולות, מקום לזיהוי רגעים של לחץ חברתי ומקום לעידוד השפעה חברתית חיובית.

שיעורי כישורי חיים בנושא עישון סיגריות חושפים את התלמידים למידע לא פשוט אך הם אינם מבקשים להחליש את רצונם לחקור את העולם. להיפך, השיח על העישון יוצא מתוך עמדה חינוכית שרואה בתלמידים בוגרים בעלי סקרנות טבעית, בעלי יכולת לנתח מידע ויכולת לקבלת החלטות אחראית. דווקא מתוך ההכרה במסוגלות שלהם להיות בוגרים ואחראים לבריאותם אנו מזמינים אותם לבחון מידע מדעי, מידע מחקרי ומידע חברתי.

בני הנוער הם כתובת מרכזית וחשובה לתכניות למניעת עישון, בדגש על מניעת התחלתו. בשיח עם המתבגרים אודות ההתלבטות באם להתנסות בעישון חשוב להזכיר להם את יכולת הבחירה שמופקדת בידיהם. כחלק מהשיח החינוכי עלינו לסייע לבני הנוער להיות מודעים למניעים לבחירה לעשן ולחשוף אותם למידע מהימן אודות ההשפעות המזיקות של העישון, בין היתר באמצעות העלאת המודעות לטכניקות שיווק ופרסום שחברות הטבק מפעילות ומכוונות בעיקר לבני הנוער. כידוע, תעשיית הטבק משקיעה משאבים רבים בתכנון אסטרטגי שמטרתו למשוך את הדור הצעיר להשתמש בטבק, בין היתר, על ידי עיצוב מוצרי עישון אטרקטיביים לנוער כגון סיגריות אלקטרוניות, אשר משווקות לקהל צעיר כמופחתות סיכון (אמנם הן אינן מכילות טבק אך הן בהחלט מכילות ניקוטין שהוא ממכר ביותר). בתקופה בה בני נוער חותרים לעצמאות כחלק ממאפייני גיל ההתבגרות, תעשיית הטבק מנסה לגרום להם לפתח תלות בניקוטין. חשוב להעלות נושא זה למודעות של בני הנוער, לכוון אותם לחשיבה ביקורתית ולהעמיק את הידע והמודעות לסיכונים הבריאותיים של עישון וחשיפה פסיבית לעשן ממוצרי העישון (עישון כפוי).

התכניות למניעת עישון משולבות בתכנית "כישורי חיים" ומופעלות באופן סדיר בכל מוסדות החינוך בארץ, החל מבית הספר היסודי, בכל מגזרי החינוך. כמו כן, התכניות כוללות פיתוח והעצמה של קבוצות מנהיגות תלמידים, "עמיתים ומשפיעים", מועצת התלמידים והנוער ארצית המעורבות בתהליכים בית ספרים וקהילתיים. במציאות שנכפתה עלינו השנה מומלץ לבחון מבנים אפשריים לקיום פעילות בנושא ביום זה או בסמוך לו. בבתי הספר בהם פועלת מנהיגות נוער "עמיתים ומשפיעים" ומועצות תלמידים מומלץ להעצימן ולהסתייע בהן בתכנון פעילויות מניעה.

לקראת היום הבינלאומי ללא עישון אנו מזמינים אתכם להיעזר בחומרים המתפרסמים באתר שפ"י לתכנון פעילויות עם תלמידים, צוותים חינוכיים וההורים, במטרה להשפיע על הבחירה להימנע מעישון בקרב ילדים ומתבגרים.

### בברכת עשייה משמעותית

קין רוט איטח	עינב לוק
מנהלת היחידה	מנהלת אגף בכיר
למניעת סמים, אלכוהול וטבק שפ"י	שירות פסיכולוגי ייעוצי

## לרשותכם מגוון תכנים באתר שפ"ינט:

### תכנים בשפה הערבית:

### תכנים בשפה העברית:

#### לצוותי החינוך:

❖ [טבק ומוצריו, מתבגרים וקורונה](#)

#### לצוותי חינוך:

❖ [טבק ומוצריו, מתבגרים וקורונה](#)

#### לתלמידים:

❖ [עישון נרגילה – שיעור כ"ח לתלמידי חטיבת הביניים](#)  
❖ [חדר בריחה // דף הסבר לחדר הבריחה](#)  
❖ [מצגת מונגשת לחדר הבריחה](#)  
❖ [אגרת מידע – עישון, בני נוער וקורונה](#)

#### לתלמידים:

❖ [עישון נרגילה – שיעור כ"ח לתלמידי חטיבת הביניים](#)  
❖ [חדר בריחה // דף הסבר לחדר הבריחה](#)  
❖ [מונגשת לחדר הבריחה](#)  
❖ [אגרת מידע - עישון, בני נוער וקורונה](#)

#### להורים:

❖ [אגרת מידע](#)

#### להורים:

❖ [עישון, מתבגרים וקורונה – מידע להורים](#)



- במידה ומצאתם תוכן שאינו מונגש, אנא כתבו לנו ונפעל לבדיקת העניין וטיפול לפי הצורך  
[shefinet@education.gov.il](mailto:shefinet@education.gov.il)