



# היום הבינלאומי למניעת עישון תשפ"ב

מאי 2022, תשפ"ב

נשות ואנשי שפ"י יקרים,

כמדי שנה ב-31 במאי יציינו ברחבי העולם את "היום ללא עישון". מטרת יום זה להעלות על סדר היום העולמי את המודעות להשפעות העישון, לחזק התנהגויות מקדמות בריאות ובחירה בהימנעות מעישון. עישון טבק ומוצריו נחשב לאחד מדפוסי ההתנהגות המסוכן לבריאות, והניתן למניעה. השנה, ארגון הבריאות העולמי שם במוקד את הנושא "עישון איום עלינו ועל סביבתנו" המדגיש את התרומה של תעשיית הטבק והעישון לשינויי אקלים ועל המערכת האקולוגית. שיחה כנה עם בני הנוער אשר תביע עניין, אהבה ואכפתיות בחייהם, תאפשר בין היתר, חשיבה משותפת על המידע המופץ בנוגע לעישון ועל הנזק הנגרם לסביבה מעישון, ויכולה להוות ערוץ נוסף של השפעה על עמדותיהם והתנהגויותיהם. כמו כן, שיח משמעותי מעין זה יכול לקדם את בני הנוער לבחור בהפסקת עישון ו/או בהימנעות מעישון. **אנו מאמינים כי עלינו לחזק את האמונה ביכולתם של ילדים ובני נוער לפעול למען עולם נקי יותר ובריא יותר ולמען בריאותם.**

עפ"י נתוני המיזם למיגור העישון ממאי 2021, בתקופת מגפת הקורונה חלה ירידה משמעותית בשיעורי העישון בקרב בני נוער, אולם הירידה הייתה ייחודית לתקופה, והיציאה ממגפת הקורונה היוותה עבור בני הנוער מקור לחידוש הרגלי העישון. בתקופה האחרונה אנחנו רואים כי חלה עליה בשיעורי ההתנסות בסיגריות אלקטרוניות, והן הפכו למוצר העישון המוביל בהתנסות בקרב בני נוער בגילאי 15-17. ממצאי הסקר המצוטטים בדוח מורים שיותר מרבע מבני הנוער השתמשו בסיגריה אלקטרונית מתוך התפיסה שזו "פחות מזיקה". נתון זה מעורר דאגה וחשש מכך ששיעורי העישון בקרב אותם בני נוער יעלו בהמשך כתוצאה מהתמכרות להרגלי שימוש במוצרי עישון מזיקים. אין ספק כי בני הנוער הם קבוצת יעד מרכזית להתערבות למניעת העישון על כל צורותיו לאור המגמה של עלייה בהתנסות בעישון בקרב בני הנוער.

חשוב להעלות את נושא העישון למודעות של בני הנוער, בתקופה בה הם חותרים לעצמאות כחלק ממאפייני גיל ההתבגרות, ולכוון אותם לחשיבה ביקורתית. כמו כן חשוב להגביר את הידע והמודעות לסיכונים הבריאותיים של עישון לסביבה וחשיפה פסיבית לעשן ממוצרי העישון (עישון כפוי). תכניות למניעת עישון משולבות בתכנית "כישורי חיים" ומופעלות באופן סדיר בכל מוסדות החינוך בארץ, החל מבית הספר היסודי, בכל מגזרי החינוך. התכניות מדגישות פיתוח מיומנויות המקדמות בריאות, כמו כן, התכניות כוללות פיתוח והעצמה של קבוצות מנהיגות תלמידים, "עמיתים ומשפיעים", מועצת התלמידים והנוער ארצית המעורבות בתהליכים בית ספרים וקהילתיים. בתי הספר בהם פועלת מנהיגות נוער "עמיתים ומשפיעים" ומועצות תלמידים מומלץ להעצימם ולהסתייע בהם בתכנון פעילויות מניעה.

לקראת היום הבינלאומי ללא עישון אנו מזמינים אתכם, להיעזר בחומרים המתפרסמים באתר שפ"י לתכנון פעילויות עם תלמידים, צוותים חינוכיים והורים, במטרה להשפיע על הפחתת התחלת העישון בקרב ילדים ומתבגרים.

בברכה,

קרן רוט-איטח  
מנהלת היחידה למניעת שימוש בסמים,  
אלכוהול וטבק

עינב לוק  
מנהלת אגף בכיר שפ"י

# לרשותכם מגוון תכנים באתר שפ"ינט:

## לצוותי חינוך

« [חוזר מנכ"ל - יום ללא עישון](#)

« [האגודה למלחמה בסרטן: קישורים למידע ולסרטונים:](#)

- [עישון ובני נוער](#)
  - [עישון וסביבה](#)
  - [סרטונים בנושא מניעת עישון](#)
- « [קישור לאתר "המיזם למיגור העישון"](#)
- « [קישור לסקר: "עישון בישראל 2021", המיזם למיגור העישון](#)
- « [קישור לאתר משרד הבריאות](#)

## לתלמידים

- « [עישון נרגילה - שיעור כ"ח לתלמידי חטיבת הביניים: עברית](#) // [ערבית](#)
- « [חדר בריחה: עברית](#) // [דף הסבר לחדר הבריחה](#) // [מצגת מונגשת לחדר הבריחה](#) // [ערבית](#) // [דף הסבר לחדר הבריחה](#) // [מצגת מונגשת לחדר הבריחה](#)
- « [סיגריה אלקטרונית - שיעור כ"ח לתלמידי כיתות ח-י: עברית](#) // [ערבית](#)
- « [שיעור "עישון בראי הקיימות" לביה"ס היסודי](#)
- « [שיעור "עישון בראי הקיימות" לחט"ב](#)
- « [אגרת לתלמידים](#)

## להורים

« [אגרת להורים - סיגריה אלקטרונית: עברית](#) // [ערבית](#)

במידה ומצאתם תוכן שאינו מונגש, אנא כתבו לנו ונפעל  
לבדיקת העניין וטיפול לפי הצורך

[shefinet@education.gov.il](mailto:shefinet@education.gov.il)

