

Domapmaiņu pēcpusdienu cikls "Brīvs" uzrunās jauniešus Kurzemē



Ceturtdien, 23. oktobrī, domapmaiņu pēcpusdienu cikla "Brīvs" speciālistu un entuziastu komanda dosies uz Kurzemi, lai par tabakas lietošanas tendencēm pusaudžu vidū un veselīga dzīvesveida nozīmi kopējās labsajūtas veicināšanā diskutētu ar skolēniem Priekules vidusskolā un Oskara Kalpaka Rudbāržu pamatskolā.

Domapmaiņu pēcpusdienu cikls "Brīvs" Latvijas skolās ir Veselības ministrijas un Slimību profilakses un kontroles centra (SPKC) iniciatīva, kas tiek realizēta informatīvās kampaņas "Brīvs" ietvaros. Domapmaiņu pēcpusdienu mērķis ir veicināt jauniešu informētību par smēķēšanas negatīvo ietekmi uz kopējo labsajūtu un interesi par veselīgu dzīvesveidu, nostiprinot nesmēķējošo pusaudžu pārliecību to nekad nedarīt un motivēt pusaudžus, kuri smēķē, atbrīvoties no kaitīgā ieraduma, sniedzot arī praktiskus ieteikumus. Domapmaiņu pēcpusdienu norisi nodrošina "Brīvs" komanda, kurā apvienojušies nozares eksperti, speciālisti un pārliecināti nesmēķētāji. Pasākumu cikls tika atklāts Strenču vidusskolā un Cēsu Valsts ģimnāzijā, un novembrī tie plānoti arī Jēkabpilī, Salas novadā, Tērvetē, Rīgā u.c. Domapmaiņu pēcpusdienu ietvaros ģimenes ārste Ilze Grauze iepazīstinās ar smēķēšanas patieso ietekmi uz augoša organisma attīstību, savukārt Latvijas Atkarības psihologu asociācijas atkarības profilakses speciālistes Kristīne Mozerte un Anete Jansone ar radošu uzdevumu un spēļu palīdzību centīsies parādīt, kas liek jauniešiem sākt smēķēt, kāpēc un kā no tā izvairīties. Pasākumos piedalīsies arī mūziķis un pārliecināts nesmēķētājs Jorans Šteinhauers, kurš

ar skolēniem dalīsies savā pieredzē un pārlicībā. SPKC dati liecina, ka bērnu un pusaudžu smēķētāju īpatsvars Latvijā vēl joprojām ir viens no augstākajiem – 12% jauniešu smēķē katru dienu, no tiem 27% smēķēt uzsākuši pirms 10 gadu vecuma. Lielākā daļa no smēķējošajiem jauniešiem – 65% - smēķēšanu vēlas atmest. Tieši tāpēc Veselības ministrija un SPKC maijā uzsāka informatīvo kampaņu „Brīvs”, kuras mērķis ir veidot izpratni par smēķēšanas kaitīgumu un popularizēt dzīvi bez tabakas bērnu un jauniešu vidū. Veselības ministrija un SPKC atgādina, ka pārtraukt smēķēšanu nekad nav par vēlu! Papildus informāciju aicinām skatīt www.spkc.gov.lv vai

www.draugiem.lv/sveiksunvesels. **Par informatīvo kampaņu “Brīvs”** Informatīvās kampaņas mērķis ir informēt pusaudžus vecumā no 11–15 gadiem par tabakas lietošanas negatīvo ietekmi uz veselību, veidot izpratni par smēķēšanas kaitīgumu veselībai, skaidrojot un demonstrējot to ar mērķauditorijai saprotamiem un saistošiem piemēriem, padarīt smēķēšanu mazāk pievilcīgu mērķauditorijas acīs un popularizēt dzīvi bez tabakas kā pareizo izvēli mērķu sasniegšanai dzīvē, balstoties uz pozitīviem piemēriem. Dažas no galvenajām kampaņas aktivitātēm:

- Zaļo aproču kustības “Brīvs” izveide un popularizēšana bērnu un jauniešu vidū. Zaļas krāsas aproce kā simbols – es nesmēķēju!;
- Interaktīvās mobilās aplikācijas izveide – lejupielādē to <https://play.google.com/store/apps/details?id=lv.spkc.brivs>;
- Radošās domu apmaiņu pēcpusdienas 10 Latvijas skolās sadarbībā ar vadošajiem nozares ekspertiem;

Regulāra un proaktīva komunikācija sociālajos tīklos – www.draugiem.lv/sveiksunvesels u.c. Plašāka informācija: Laura Ševčenko, SPKC Komunikācijas nodaļas vadītāja (26537869)