Tanulj meg nemet is mondani!

Egészségműveltségünket jól tükrözi, hogy mire mondunk „igen”-t és mire „nem”-et

2011. szeptember 29.

Növekvő arányban érzik nagyon jónak vagy jónak egészségi állapotukat a fiatalok az ezredforduló óta. Ugyanakkor egyre gyakoribbak a táplálkozási zavarok, problémát okoz az **elhízás**, az **anorexia** (kóros soványság) és **bulimia nervosa (**kóros falánkság, melyet a beteg önhánytatással, hashajtók szedésével büntet). Ezekkel is foglalkozik az Országos Egészségfejlesztési Intézet és a Collegium Pannonicum Alapítvány **„A fiatalok egészségműveltsége / Az ifjúság és egészségfejlesztés”** konferenciája. Az eseményt megelőzően Budapesten, Szombathelyen és Kecskeméten mérték fel a helyi ifjúsági közösségek egészséggel kapcsolatos véleményét. Az ifjúságsegítők e-alapú hálózatát a konferencia után is működtetik.

A 15-16 éves középiskolások **több mint 90 százaléka ivott már alkoholt**, **háromnegyedük pedig életében legalább egyszer rágyújtott**. A 9. és 11. osztályos tanulók közel egyharmada fogyasztott életében valamilyen illegális szert, élt vissza egyes gyógyszerek, vegyi anyagok kábító hatásával. A kannabisz-fogyasztók aránya a legnagyobb az összes droghasználó fiatal közül.

A gyermekekkel és fiatalokkal foglalkozó szakemberek felelőssége is, hogy megjelenjen náluk **az egészség, mint követendő érték**, és rendelkezzenek is a megfelelő életmód kialakításához szükséges ismeretekkel. Az egészségműveltség megalapozását, a lehető legfiatalabb korban kell kezdeni a megfelelő módszertan alkalmazásával, azaz **gyermekkorban kell megtanulni „nem”-et is mondani**, így nemcsak a dohányzás, de a drogok használata is visszaszorulna. A médiumoknak a **pozitív példákat** is be kellene mutatniuk, ugyanis ma általában inkább az elrettentés jelenik meg. Az ifjúságsegítők kihívása, hogy követhető jó példákon keresztül bizonyítsák: az egészségesebb választás a könnyebb választás.

A konferenciát is magába foglaló projekt várható eredménye a résztvevők népegészségügyi-, egészségfejlesztési ismereteinek bővülése. Számítanak arra is, hogy bővülni fog a korosztállyal foglalkozó szakmák (pedagógiai, szociális, közművelődési, népegészségügyi, ifjúsági stb.) képviselőinek személyes kapcsolati hálója.

Országos Egészségfejlesztési Intézet
ÁNTSZ Kommunikációs Főosztály

A konferencia a Nemzeti Erőforrás Minisztérium „Komplex gyermek- és ifjúságfejlesztő szakmai tevékenységek, programok megvalósításának támogatására” kiírt IFJ-KX-10-B-0021 pályázat eredményeképpen valósul meg.

Nemzeti Erőforrás Minisztérium

ARCHÍVUM