

INFO  
PER ILS  
GENITURS

# EXPERIMENT NUN FIMADERS 2019 // 2020

PER SCOLARAS E SCOLARS DA LA 6AVLA FIN 9AVLA CLASSA  
DALS 7 DA NOVEMBER 2019 FIN ILS 7 DA MATG 2020



RESTAR ENSEMEN LIBERS DA NICOTIN E GUDAGNAR IN BON DA VIADI

## Chars geniturs

La classa da Voss uffant ha decis da participar a la concurrenza Experiment nunfimaders. Cun la participaziun a la concurrenza che dura dals 7 da november 2019 fin ils 7 da matg 2020 èn las scolaras ed ils scolars s'obligads da ni fimar, ni trair, ni schlugnar tubac e quai durant sis mais. Mintga moda e maniera da fimar u da consumar products da tubac (p.ex. pipa d'aua, tubac da trair, cigarettas electronicas) maina a la disqualificaziun da la concurrenza. La participaziun a la concurrenza rinforza la voluntad da las scolaras e dals scolars da desister dal fimar. Ils giuvenils che fiman gia vegnan encuraschads da chalar da fimar. Tut las classas che absolvan cun success l'Experiment nunfimaders han la pussaivladad da gudagnar bons da viadi.

Nus ans legrain, sche Vus sustegnais Voss uffant da participar a l'Experiment nunfimaders.

Vossa Associazion svizra per la prevenziun dal tubachissem AT



EXPERIMENT  
NUNFIMADERS



## Fimar fa donn a la sanadad da Voss uffant

- ▶ **Pulmun:** Fimar retardescha la creschientscha dal pulmun e sbassa a medem temp sia prestaziun. Uffants pon patir tut lur vita da tals donn.
- ▶ **Respiraziun:** Fimar chaschuna asma.
- ▶ **Cor e circulaziun:** Fimar en l'uffanza e la giuventetgna maina a prestadis d'arteriosclerosa.
- ▶ **Dependenza:** Gia suenter avair empruvà mo paucas cigarettas pon ins dventar dependent. Tgi che na fima betg enfin il 18avel anniversari ha bunas schanzas da restar in nunfimader per vita duranta.

## Sin viadi da scola cun l'Experiment nunfimaders

Las classes che absolvan cun success la concorrenza pon gudagnar in da tschient bons da viadi da las Viafiers federalas svizras. Classas, en las qualas tut las scolaras e tut ils scolar han desistì dal fimar pon gudagnar in bon da 500 francs. Però era classas, en las qualas singuls giuvenils fiman gia pon participar e gudagnar bons da viadi da 250 francs.

Ina classe vegn esclusa da la concorrenza, sch'ina scolara u in scolar cumenza durant la concorrenza a fimar cigarettas ubain a consumar auters products da tubac.



## Rundas da discussiun per dunnas

A las maisas radundas da Femmes-Tische discutan dunnas davart la sanadad e l'educaziun, per il solit en in pitschen rom privat. In dals temas da discussiun è era la prevenziun dal tubachissem en famiglia. Dapli davart questas rundas da discussiun vegnis Vus a savair sin [www.femmetische.ch](http://www.femmetische.ch) ubain sut il numer da tel. 044 253 60 64.

## Cun ina tenuta clera gidais Vus Voss uffant

Sche Vus sco geniturs refusais cleramain il fimar, è la schanza pli gronda che Voss uffant na cumenza betg a fimar. Era geniturs che fiman pon recumandar da betg fimar.

- ▶ Discurri cun Voss uffant davart il fimar. In-tgins tips co manar quests discurs chattais Vus sin il fegl d'infurmaziun «Co pon ils geniturs discurre il meglier cun ils giuvenils davart il fimar?».
- ▶ In dachasa, nua ch'i na vegn betg fimà gida Voss uffant da sa decider cunter il fimar. Infurmaziuns davart la protecziun dal fimar passiv en las atgnas quatter paraids chattais Vus sin il fegl d'infurmaziun «Viver era a chasa senza fimar».

Quests fepls d'infurmaziun pudais Vus empustar en nov linguas da l'Associaziun svizra per la prevenziun dal tubachissem AT. Quai pudais Vus far online sin [www.at-svizzera.ch](http://www.at-svizzera.ch) en il shop ubain sut il numer da telefon 031 599 10 20. Là survegnis Vus ulteriuras infurmaziuns davart il fimar ed il smetter da fimar.

La prevenziun dal tubachissem po er esser in tema per ina saira da geniturs. Tge experientschas han auters geniturs fatg cun lur uffants en connex cun il fimar? Tge pensan geniturs dad in temp da scola senza fimar?



L'Associaziun svizra per la prevenziun dal tubachissem AT organischa la concorrenza ensemen cun ils posts chantunals per la prevenziun dal tubachissem e da dependenza, cun las lias chantunals cunter il cancer e cun las lias pulmonaras chantunals. L'Experiment nunfimaders vegn finanzià dal fond per la prevenziun dal tubachissem.



## ORGANISAZIUNS CHANTUNALS

### Uffizi da sanadad dal Grischun

Hofgraben 5  
7001 Cuir  
tel 081 257 64 07  
gf@san.gr.ch  
[www.gesundheitsamt.gr.ch](http://www.gesundheitsamt.gr.ch)

### Lia grischuna cunter il cancer

Ottplatz 1  
chp 368  
7001 Cuir  
tel 081 252 50 90  
info@krebssliga-gr.ch  
[www.krebssliga-gr.ch](http://www.krebssliga-gr.ch)