



## **Pensando en grupo para lograr hogares libres de humo de tabaco**

Les presentamos una propuestas para tratar el tema de la contaminación del aire con humo de tabaco. La llamamos “TARJETAS DE COLORES”

Posiblemente recuerden el afiche “DISFRUTEMOS NUESTRA CASA SIN HUMO DE TABACO”. Fue a partir del mismo que maestros y maestras de todo el país, idearon con mucha creatividad diferentes formas para trabajarlo. Del resultado de estas propuestas surgieron estos materiales, formulados conjuntamente por el personal del Area de Educación Poblacional de la CHLCC y del Departamento de Educación para la salud de CODICEN.

El fomento de una vida más saludable es una acción que los docentes realizan en su trabajo diario, por eso, estos materiales son un instrumento de apoyo para generar una reflexión en torno a los contaminantes ambientales, especialmente el humo de tabaco, de forma de colaborar con el desarrollo de estrategias validas para que todos podamos disfrutar plenamente de la vida.

### **TARJETAS DE COLORES**

Esta propuesta se trabaja en base a 6 tarjetas de actividades: las “TARJETAS DE COLORES”, que en su cara exterior contienen las instrucciones para desarrollar la tarea y en su interior, una lámina y diferentes propuestas en relación a ella.

Sugerimos que para esta actividad se organicen seis grupos. A cada uno se le entrega una tarjeta de color, explicando que antes de comenzar, se lean detenidamente las instrucciones de trabajo.

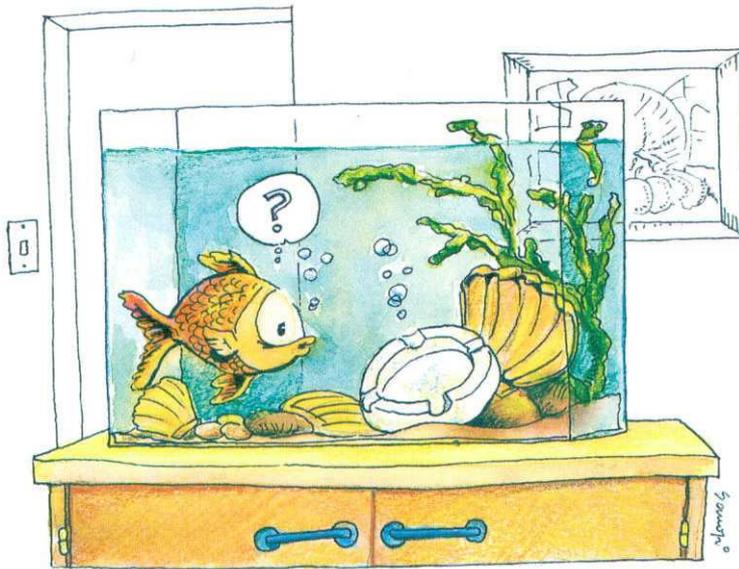
Cuando todos los grupos hayan culminado la tarea, se organiza un plenario para la presentación de los resultados de la actividad, buscando una instancia de reflexión y diálogo sobre la temática de la contaminación del aire con humo de tabaco.

## TARJETA 1

### ¿Ven la lámina?

Les proponemos un desafío y algunas preguntas para contestar en grupo.

## ESCONDAMOS LOS CENICEROS



- Un integrante del grupo anota las diferentes opiniones y el nombre de todos los integrantes del grupo.
- Luego se presentan los resultados de la tarea a los demás grupo.

### Las preguntas

1. ¿Es sus casas hay ceniceros? ¿por qué?
2. ¿Qué razones tendría una persona para esconder un cenicero?
3. ¿Qué otros usos se le podría dar a los ceniceros?

### El desafío

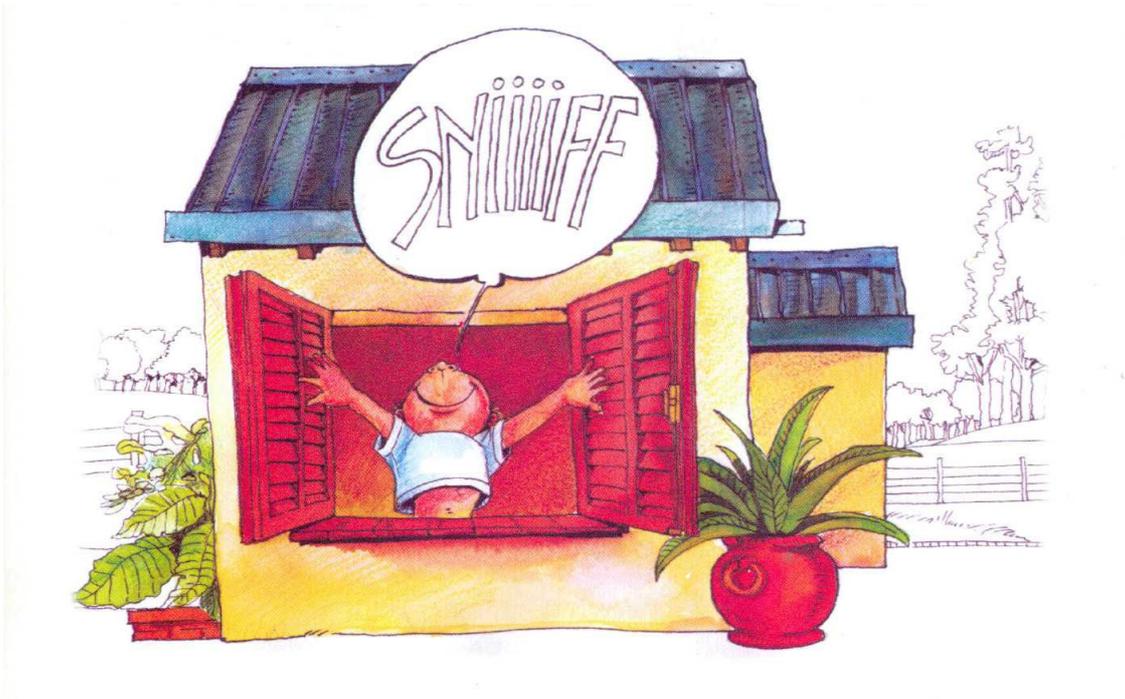
Hacer una lista de las cosas que podemos hacer para vivir sin humo de tabaco.

## TARJETA 2

### ¿Ven la lámina?

Les proponemos un desafío y algunas preguntas para contestar en grupo.

### ABRAMOS LAS VENTANAS



- Un integrante del grupo anota las diferentes opiniones y el nombre de todos los integrantes del grupo.
- Luego se presentan los resultados de la tarea a los demás grupo.

### Las preguntas

1. ¿Qué les sugiere la imagen?
2. ¿Por qué es importante ventilar nuestra casa?
3. ¿Cuáles son los agentes contaminantes del aire?
4. ¿A través de la ventilación se pueden eliminar los tóxicos del humo de tabaco? ¿Por qué?

### El desafío

Hacer una lista de las cosas que podemos hacer para vivir sin humo de tabaco.

## TARJETA 3

### ¿Ven la lámina?

Les proponemos un desafío y algunas preguntas para contestar en grupo.

## DISFRUTEMOS LOS AROMAS NATURALES



- Un integrante del grupo anota las diferentes opiniones y el nombre de todos los integrantes del grupo.
- Luego se presentan los resultados de la tarea a los demás grupo.

### Las preguntas

1. Los fumadores o quienes se exponen al humo de tabaco, ¿sentirán los sabores y olores igual que las personas no expuestas al humo de tabaco? ¿por qué?
2. Nombren algunos componentes del humo de tabaco.
3. ¿Cómo afecta los sentidos el humo de tabaco?

### El desafío

Hacer una lista de las cosas que podemos hacer para vivir sin humo de tabaco.

## TARJETA 4

### ¿Ven la lámina?

Les proponemos un desafío y algunas preguntas para contestar en grupo.

## EVITEMOS COMPRAAR CIGARRILLOS PARA QUIENES FUMAN



- Un integrante del grupo anota las diferentes opiniones y el nombre de todos los integrantes del grupo.
- Luego se presentan los resultados de la tarea a los demás grupo.

### Las preguntas

1. Un artículo de la Ley de control del tabaco prohíbe vender cigarrillos a menores y por menores de edad, ¿qué opinan sobre esto?
2. ¿Por qué creen que se comienza a fumar?
3. ¿Piensan que a ustedes les puede pasar lo mismo? ¿Por qué?
4. ¿Por qué creen que los fumadores aún sabiendo los riesgos de fumar, siguen haciéndolo?

### El desafío

Hacer una lista de las cosas que podemos hacer para vivir sin humo de tabaco.

## TARJETA 5

### ¿Ven la lámina?

Les proponemos un desafío y algunas preguntas para contestar en grupo.

## MANIFESTEMOS NUESTRA ALEGRÍA CUANDO NO SE FUMA



- Un integrante del grupo anota las diferentes opiniones y el nombre de todos los integrantes del grupo.
- Luego se presentan los resultados de la tarea a los demás grupo.

### Las preguntas

1. ¿Cuánto cuesta una caja de cigarrillos? ¿cómo lo saben?
2. Un fumador que consume una caja por día ¿cuánto dinero gasta en un mes? ¿y en un año?
3. Si dejara de fumar ¿qué beneficios obtendría?  
en su vida personal  
en su vida familiar  
en su trabajo

### El desafío

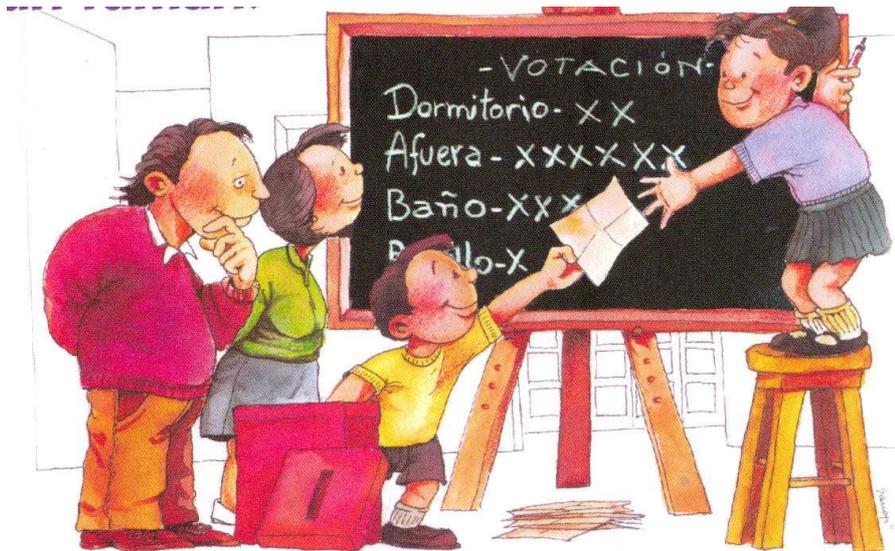
Hacer una lista de las cosas que podemos hacer para vivir sin humo de tabaco.

## TARJETA 6

### ¿Ven la lámina?

Les proponemos un desafío y algunas preguntas para contestar en grupo.

### BUSQUEMOS UN ESPACIO PARA QUIENES AÚN FUMAN



- Un integrante del grupo anota las diferentes opiniones y el nombre de todos los integrantes del grupo.
- Luego se presentan los resultados de la tarea a los demás grupo.

### Las preguntas

1. ¿Qué problema que se plantea en esta familia?
2. De qué manera decidieron buscar un lugar para quienes aún fuman?
3. ¿Qué derechos se pusieron en práctica?
4. Teniendo en cuenta que el humo de tabaco queda en el ambiente aún horas después que se dejó de fumar, ¿Qué espacio elegirían ustedes para los fumadores?

### El desafío

Hacer una lista de las cosas que podemos hacer para vivir sin humo de tabaco.