

NIASITIS

KIRO Y TU FAMILIA
te ayudan a evitar el tabaco



NASTIS



La familia Gaz Kalo quiere agradecer todas las aportaciones realizadas que han hecho posible que este material sea hoy una realidad.

Al Departamento de Salud (Instituto de Salud Pública y Plan Foral de Drogodependencias), al equipo técnico y Junta Directiva, y de forma muy especial a todas las personas que han participado en los grupos de trabajo organizados en las asociaciones.

Gracias a todos por haber creído y apoyado este proyecto, por darnos la oportunidad de ser verdaderos protagonistas en el proceso de elaboración del material. Ha sido un camino largo y costoso, pero la implicación de cada uno de nosotros hace que estemos orgullosos del resultado, y creemos que facilitará la prevención del tabaquismo, favoreciendo una mejor calidad de vida en nuestra comunidad.

Es una iniciativa de:



Federación de
Asociaciones
Gitanas de Navarra
“Gaz Kalo”

Financia:



Gobierno
de Navarra

CAMPAÑA DE PREVENCIÓN
DEL CONSUMO DE TABACO

NASTIS *

Al igual que en la sociedad mayoritaria, el consumo de tabaco está muy extendido en la Comunidad Gitana.

Desde la **Federación Gaz Kalo de Asociaciones Gitanas de Navarra**, pensamos que la lucha contra el tabaquismo contribuirá a mejorar la salud de nuestro Pueblo. Creemos que los objetivos deben ser tres:

1. Evitar que nuestros niños y niñas se inicien en el consumo de tabaco.
2. Lograr que los jóvenes que están empezando a fumar abandonen este consumo lo antes posible.
3. Ayudar a que los jóvenes y adultos fumadores dejen el hábito de fumar.

Con esta labor están comprometidos todos nuestros recursos: nuestras asociaciones, nuestros mediadores, nuestros educadores y trabajadores sociales.

En este momento presentamos una serie de materiales didácticos que pretenden ser una herramienta para lograr esos tres objetivos a los que hacíamos referencia. Se trata de materiales dirigidos a la Comunidad Gitana. Pueden ser utilizados en centros educativos, centros de salud, centros de servicios sociales, o por cualquier profesional que trabaje o quiera trabajar el tabaquismo con población gitana.

CONTENIDO: JAVIER ARZA

ASESORAMIENTO EN CONTENIDO: EDURNE GIMÉNEZ Y RICARDO HERNÁNDEZ

DIBUJOS: UNAI REGLERO

DISEÑO: ARTE4C

ASESORAMIENTO EN DISEÑO: EDURNE GIMÉNEZ Y RICARDO HERNÁNDEZ

* Para lanzar un mensaje es necesario usar una palabra corta, clara y a la vez cercana a todos y todas, de ahí **NASTIS**. “**NASTIS**” del romanés (idioma gitano) “nasti”, su significado literal es “no puedo”. En España esta palabra está extendida y es de uso común, utilizándose como una negación (en unas regiones más que en otras).

¿QUÉ VAS A ENCONTRAR EN ESTA CARPETA?

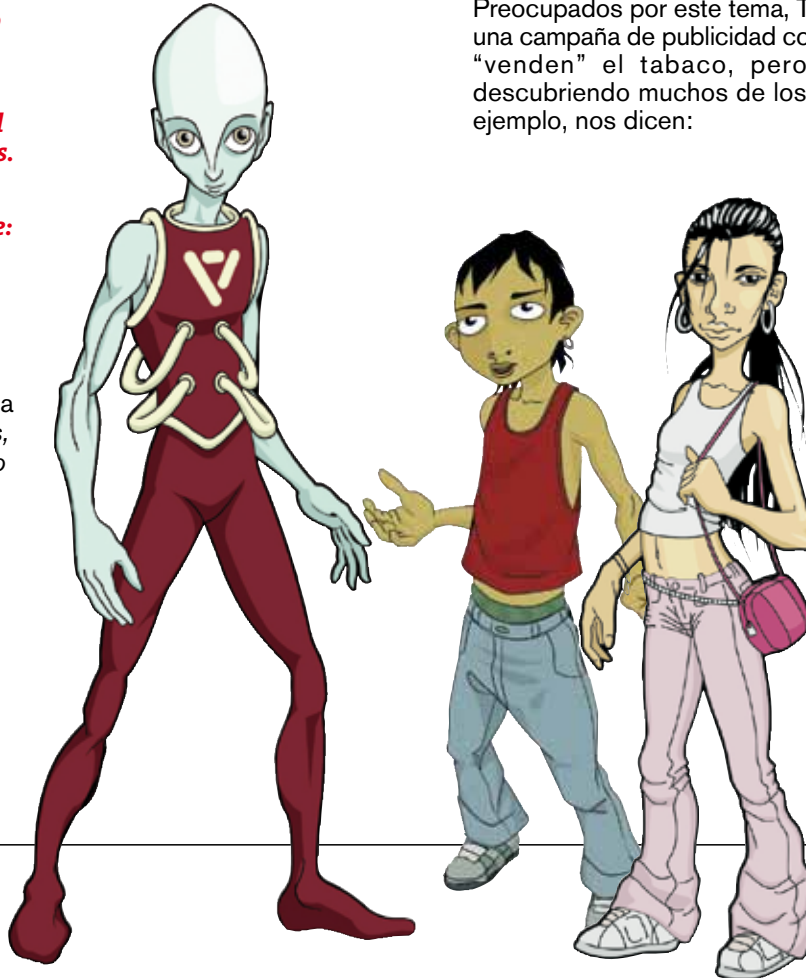
KIRO EL EXPLORADOR

A través de un cuento, se van aportando diferentes informaciones y proponiendo actividades para **prevenir el tabaquismo con niños y niñas de entre 8 y 12 años.**

Kiro es un payo de otro planeta. Llega a la Tierra y se queda asustado por una cosa muy rara que hace la gente por aquí: llevan un palico en la boca que echa humo. Junto a Jesús, un chavorrillo gitano, Kiro investiga eso a lo que llaman fumar y llega a grandes descubrimientos:

- **Fumar hace que la gente se gaste mucho dinero.**
- **Fumar hace que la gente tosa, huela mal y tenga enfermedades.**
- **Fumar hace que la gente sea menos libre: aunque quieran dejarlo, les cuesta mucho.**
- ...

¿Menos libres? pregunta Kiro a Jesús. Entonces, como me habías dicho que para vosotros la libertad es tan importante, **debe de haber pocos gitanos que fumen ¿no?**



LA CAMPAÑA SOBRE EL TABACO DE TAMARA Y JESÚS

Estas fichas van dirigidas a **jóvenes de entre 13 y 18 años.** Pueden ser utilizadas con personas que no fuman, pero también con aquellas que se han iniciado en este hábito.

Jesús y Tamara son dos estudiantes gitanos de 13 y 15 años. Tanto en su instituto, como entre sus primos y primas, conocen chavales de su edad que han empezado a fumar, aunque todavía no estén muy enganchados. Nos cuentan algunos casos y nos piden reflexionar sobre ellos.

Preocupados por este tema, Tamara y Jesús han pensado una campaña de publicidad con mucha guasa. Parece que "venden" el tabaco, pero en realidad nos están descubriendo muchos de los problemas que causa. Por ejemplo, nos dicen:

- **Con el tabaco tendrás un aroma único en tu aliento.**
- **Puedes asfaltar tus pulmones, porque el tabaco contiene alquitrán, lo mismo que se utiliza para asfaltar las carreteras.**
- **El tabaco te ayuda a cansarte antes.**

Además, calculando lo que un fumador se gasta al año en tabaco, nos recuerdan que "conseguir" todos esos efectos *¡tan sólo!* te costará unos 700 euros al año! ¿Lo vas a utilizar?, nos preguntan finalmente.

¿QUÉ VAS A ENCONTRAR EN ESTA CARPETA?

ANTONIO Y SOLEDAD PROTEGEN A SUS HIJOS

Esta ficha va **dirigida a padres y madres que quieren proteger del tabaco a sus hijos**. En ella, el matrimonio formado por Antonio y Soledad conversa junto con el Tío Julio sobre el consumo de tabaco en los menores y sobre las posibilidades que padres y madres tienen para prevenir.

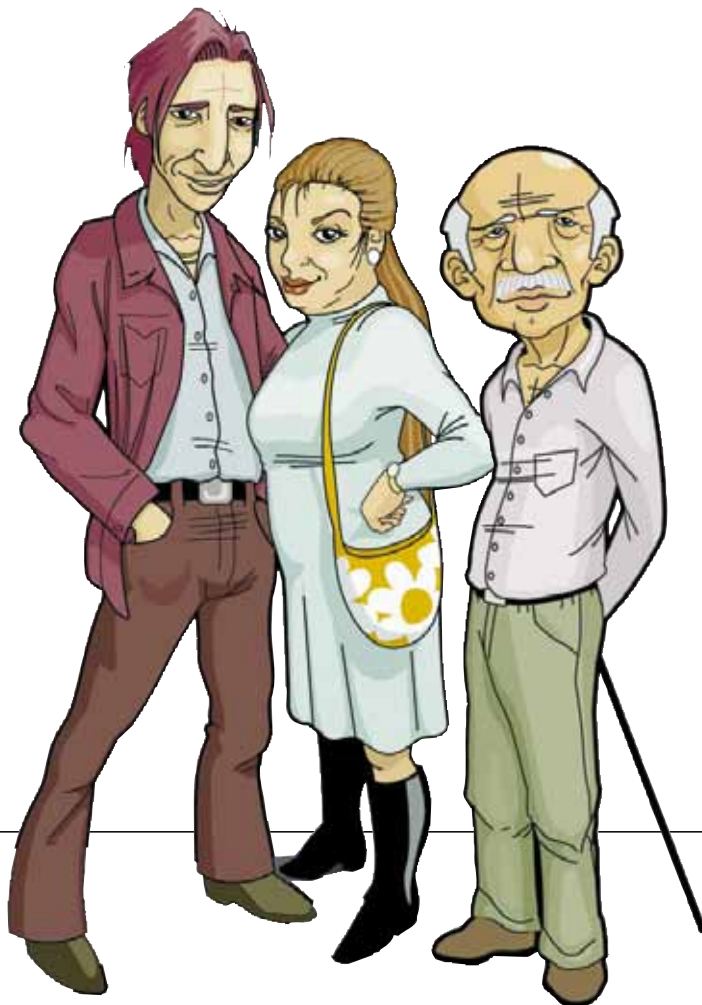
El deber de todo padre gitano es cuidar y proteger a los suyos de cualquier peligro, y el tabaco lo es

– dice el Tío Julio.

Entre los tres elaboran una lista con “Algunas cosas que padres y madres podemos hacer para proteger a los hijos del tabaco”.

Dejar de fumar tú mismo es lo mejor que podrías hacer para proteger a tus hijos

– termina diciéndole el Tío Julio a su hijo Antonio.



EL TÍO JULIO TE AYUDA A TIRAR EL TABACO

Estas fichas van **dirigidas a personas fumadoras**. En ellas se proponen consejos prácticos para dejar de fumar.

El Tío Julio dejó de fumar hace casi 20 años. Es un gitano muy sabio. ¡Imagínate la de cosas que se pueden aprender de él!

Junto a su nuera Soledad, está ayudando a su hijo Antonio para que deje el tabaco. Si ponemos la oreja, Julio nos podrá enseñar muchas cosas.

Yo no voy a engañarte hijo mío, nos dice el Tío Julio.

Aquí no hay magia que valga. Lo único que te puedo dar es algunos consejos que me vinieron bien para dejar el tabaco, pero la fuerza de voluntad la tienes que poner tú. Piensa siempre que lo que conseguirás bien merece el esfuerzo:

– *Ser un buen ejemplo para tus hijos, tus sobrinos, tus nietos.*

– *Toser menos.*

– *Que en tu casa se respire mejor.*

– *Gastar menos.*

– ...

