



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο



ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΚΑΙ ΔΙΑ ΒΙΟΥ ΜΑΘΗΣΗ
επένδυση στην κοινωνία της γνώσης

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ & ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ & ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ
ΕΙΔΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ

Άσκηση, Κάπνισμα & Αλκοόλ: Διερεύνηση Μηχανισμών και Παρεμβάσεις για Διακοπή Πρόληψη και Ευαισθητοποίηση

Παρότι υπάρχουν πολλές αποδείξεις για τη θετική επίδραση της άσκησης στην υγεία, δεν είναι ξεκαθαρισμένη η αιτιολογία και η ερμηνεία των ψυχολογικών και φυσιολογικών μηχανισμών που συντελούν σ' αυτό (Landers & Arent, 2007). Η πρόταση αυτή εστιάζεται στην επίδραση της άσκησης και της ψυχολογικής υποστήριξης στη μείωση ή στη διακοπή του καπνίσματος και της κατάχρησης στο αλκοόλ. Η παρούσα πρόταση προσεγγίζει το θέμα διεπιστημονικά, από υποσχόμενες επιστημονικές περιοχές, μεταξύ των οποίων δεν υπήρξε συντονισμός μέχρι σήμερα. Αυτές είναι από το χώρο της άσκησης και του αθλητισμού, της φυσιολογίας, της βιοχημείας, της ψυχολογίας και της συμβουλευτικής.

Η παρούσα έρευνα έχει συγχρηματοδοτηθεί από την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο – ΕΚΤ) και από εθνικούς πόρους μέσω του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Εκπαίδευση και Δια Βίου Μάθηση» του Εθνικού Στρατηγικού Πλαισίου Αναφοράς (ΕΣΠΑ) – Ερευνητικό Χρηματοδοτούμενο Έργο: ΘΑΛΗΣ. Επένδυση στην κοινωνία της γνώσης μέσω του Ευρωπαϊκού Κοινωνικού Ταμείου.

Δημοσιεύσεις σχετικές με το έργο

□ [Exercise, Smoking and Depression Symptoms. A Qualitative Study](#) (2016)

_ [Exercise and Smoking](#) (2016)

[The Effect of Exercise on Alcohol Use Disorders](#) (2016)

_ [Exercise as a Means for Smoking and Alcohol Cessation: New Trends in Research](#) (2014)

[Applications of Self-Determination Theory and Self-Regulation Strategies in Exercise Programs for Smoking Cessation](#) (2016)

[An initial investigation of smokers' urges to smoke and their exercise intensity preference: A mixed methods approach](#) (2016)

[The Effect of Exercise on Alcohol Use Disorders](#) (2016)

[Role of exercise in the treatment of alcohol use disorders \(Review\) \(2016\)](#)

[The Role of Exercise in the Treatment of Alcoholism \(2016\)](#)

[The Effects of Acute Exercise on Liver Function and Blood Redox Status in Heavy Drinkers \(2015\)](#)

[Understanding the Experiences of Heavy Smokers after Exercise \(2015\)](#)

[Exercise and Smoking: A Literature Overview \(2015\)](#)

[Beta Endorphin and Alcohol Urge Responses in Alcoholic Patients Following an Acute Bout of Exercise \(2014\)](#)

[2012 THALIS Άσκηση και Κάπνισμα](#)

[Άσκηση Κάπνισμα και Αλκοόλ](#)

[Περίληψεις 14ου Συνεδρίου Πανευρωπαϊκής Ομοσπονδίας Αθλητικής Ψυχολογίας \(FEPSAC\)](#)

Exercise for smoking cessation: A multimethod approach for the development of effective programs.

Acute effects of a short bout of moderate versus vigorous intensity of exercise on smoking behavior

Acute effect of exercise on smoking urge and preferences for assigned versus self-selected aerobic exercise intensity

Exercise for smoking cessation: A self-determination based intervention

Understanding the experiences of heavy smokers on high and moderate exercise intensity in relation to their urge to smoke

Managing cravings with physical activities: A mobile App

Για περισσότερες πληροφορίες παρακαλώ επισκεφτείτε την ιστοσελίδα του

προγράμματος εδώ

