

AGRONOMSKI FAKULTET
KATEDRA ZA TJELESNU I ZDRAVSTVENU KULTURU
U SURADNJI SA STUDENTIMA

PRIJEDLOG KAMPANJE ZA FAKULTET BEZ DUHANSKOG DIMA „LAKŠE ŽIVIM AK' NE DIMIM“



Autorica slogana i slike je Lorena Đurić, studentica Krajobrazne arhitekture

Uvod

Prema Zakonu o ograničavanju duhanskih proizvoda (članak 22.), **ustanove koje obavljaju djelatnost odgoja i obrazovanja obvezne su promicati spoznaje o štetnosti uporabe duhanskih proizvoda za zdravlje studenata.**

Katedra tjelesne i zdravstvene kulture Agronomskog fakulteta u suradnji sa studentima oslobođenim od praktičnog dijela nastave tjelesne i zdravstvene kulture, planira promicati spoznaje o štetnosti uporabe duhanskih proizvoda na zdravlje studenata tijekom ak. god. 2017./2018.

Glavni cilj kampanje je: Fakultet bez duhanskog dima!

Analiza stanja

Prema rezultatima istraživanja Europske komisije u Hrvatskoj svakodnevno puši četvrtina odraslih stanovnika, što je iznad EU prosjeka. **Osobito je zabrinjavajući rezultat koji se odnosi na redovite pušače u dobi 15 godina, kojih je u Hrvatskoj oko 21%.**

Prema rezultatima istraživanja na uzorku 1651 studenta Sveučilišta u Zagrebu (Ćurković, 2010), **svakodnevna pušačka navika zabilježena je u 28,3% ispitanih studenata.** Većina je započela svoj pušački staž između 14. i 17. godine, iako je jedan dio studenata eksperimentirao s cigaretama i u dobi od 11 godina. Najviše zastupljeni razlozi su: radi osjećaja osobnog zadovoljstva, zbog dosade, zbog stresne životne situacije, te radi bolje koncentracije i učenja. Iako u istraživanju nije utvrđena statistički značajna razlika prema dobi studenata, autorica navodi da je **najveća zastupljenost pušenja cigareta u dobi od 19 do 22 godine što se povezuje s bogatim društvenim životom studenata.** U istraživanju su analizirane razlike u pušenju cigareta prema području znanosti, a prema analizi rezultata, na **prvom mjestu po broju studenata pušača je područje biotehničkih znanosti.**

Veliki broj istraživanja potvrdio je mnogobrojne negativne učinke duhanskog dima na zdravlje djece i mladih te statistički značajnu povezanost s drugim rizičnim ponašanjima kao što je konzumacija alkohola i droga. Utvrđeno je da osobe koje su počele pušiti u mlađoj dobi, u najvećem broju nastave s ovim oblikom ovisnosti i u odrasloj dobi. Osim negativnog utjecaja na zdravlje, pušenje cigareta ima negativni efekt na kapacitet pluća, dok svakodnevno pušenje u ranijoj dobi negativno utječe na razvoj pluća, a u odrasloj dobi posljedično pridonose većem riziku karcinoma pluća, te srčanog i/ili moždanog udara. U prosjeku, osoba koja puši jednu kutiju ili više cigareta svaki dan, ima veću frekvenciju srca u mirovanju (2-3 otkucaja više), te u prosjeku živi 7 godina manje od osobe koja nije nikad pušila.

Kovčo Vukadin provela je istraživanje o kvaliteti života studentske populacije (2014) na uzorku 2059 studenata, a u sklopu kojeg je utvrdila „**da manje od 2/3 studenata koji su sudjelovali u istraživanju ne puši duhan, 19,1% ponekad puši duhan dok su, od onih koji puše duhan, najzastupljeniji oni koji puše do 10 cigareta dnevno, slijede oni koji puše do 20 cigareta dnevno, a na kraju su oni koji puše više od 20 cigareta dnevno.**“

U svrhu analize stanja pušenja cigareta ispred paviljona Agronomskog fakulteta, Katedra tjelesne i zdravstvene kulture je u suradnji sa studentima koji sudjeluju u izradi ove kampanje, pratila broj studenata i djelatnika koji se zadržavaju ispred paviljona ispred znakova zabrane pušenja.

Tablica 1: Broj osoba pušača i pasivnih pušača ispred pojedinih paviljona Fakulteta po danima u razdoblju od 27.11. - 1.12. 2017.

Dan i vrijeme	Broj paviljona	Boj osoba	pušači/pasivni/djelatnici
Ponedjeljak, 27. 11. 2017.			
9.30	III	6	5 /1/0
10.00	III	9	8/1/0
12.00	VI	10	6/4/0
12.30	VI	9	5/4/0
14.00	I	12	9/3 studenata, 1/3 djelanika
Utorak, 28.11.2017.			
8.00	III	4	3/1/0
9.00	VI	20	6/14/0
11.00	III	3	2/1/0
11.15	VI	22	15/7/0
12.00	IV	12	7/5/0
13.30	V	2	2/0/0
15.00	IV	5	4/1/0
Srijeda, 29. 11. 2017.			
8.00 - 15.30	IV	u prosjeku 3 studenta pušača	
Četvrtak, 30. 11. 2017.			
8.00	III	5	3/2/0
10.00	III	10	7/3/0
11.00	VI	10	7/3/0
14.00	VI	6	5/1/0
18.00	VI	13	11/2/0
Petak, 1.12. 2017.			
9.00	VI	12	8/4/0
11.45	III	10	8/2/0
12.00	III	10	9/1/0
15.00	III	7	6/1/0

UŠTEDA OD MINIMALNO 300 DO 600 KUNA MJESEČNO:

„Redovita kupovina cigareta izdatak je koji opterećuje vaš novčanik. Mnogi bivši pušači tvrde kako su si nakon prestanka pušenja mogli priuštiti druge stvari, poput novog telefona ili odjeće, za koje nisu mogli izdvojiti novac dok su pušili.“ <http://hr.n1info.com/a264324/Lifestyle/Lifestyle/Sto-se-dogadja-kad-prestanete-pusiti.html>

Kutija cigareta: 20 cigareta, prosječna cijena kutije: 20 kuna

Mjesečna ušteda za studenta koji puši 10 cigareta dnevno/15 kutija= min. 300 kuna

Za studenta koji puši 20 cigareta dnevno: cca 30 kutija= min. 600 kuna.

PRESTANAK PUŠENJA

Istraživanje na studentskoj populaciji provedeno u Češkoj (2016) navodi **da 26,1% studenata preddiplomskog studija i oko 18% studenata diplomskog studija je nastojalo prestati pušiti barem jedan put do provedbe istraživanja.** 47,4% studenta diplomskog studija (56% studentica, 36,4% studenata) te 47,8% studenata pušača preddiplomskog studija je **izrazilo namjeru za prestankom pušenja.** Kao glavni razlog prestanka pušenja, studenti navode zdravstvene razloge, odnosno negativni utjecaj na zdravlje.

Provedbom kampanje, Agronomski fakultet kao ustanova može ispuniti obvezu vezano za promicanje spoznaje o štetnosti uporabe duhanskih proizvoda za zdravlje studenata te potaknuti što veći broj studenata i djelatnika Fakulteta na odricanju od pušenja tijekom boravka na Fakultetu.

PLAN KAMPANJE

RAZDOBLJE KAMPANJE od . 1. prosinca 2017. rujna do 30. svibnja 2017. godine.

Početak kampanje predviđen je 3. prosinca 2017. godine.

Kampanja je podijeljena na dva dijela - dva semestra: s obzirom na probnu reakreditaciju Fakulteta u siječnju (zimski semestar) i reakreditaciju u travnju ili svibnju (ljetni semestar).

CILJ KAMPANJE je osvijestiti i informirati sve studente o štetnosti pušenja i potaknuti ih **na odluku o apstinenciji pušenja tijekom boravka na Fakultetu.**

CILJANA SKUPINA: studenti i djelatnici Agronomskog fakulteta

ORGANIZATOR KAMPANJE: Katedra tjelesne i zdravstvene kulture Agronomskog fakulteta u suradnji sa studentima

OSNOVNE AKTIVNOSTI:

- Informiranje i edukacija (utjecaj na zdravlje, na radne sposobnosti, na kvalitetu života, komunalne kazne za pojedinca i ustanovu, odricanje za vrijeme provedeno na Fakultetu);
- Istraživanje na studenskoj populaciji;
- Kampanja usmjerena na restrikciju pušenja na Fakultetu: definirati dane bez duhanskog dima na Fakultetu (u vrijeme posjeta vanjskih evaluatora, obilježavanje dana zdravlja, Hrvatskog dana bez duhanskog dima i sl.).

Tablica 2: Aktivnosti kampanje u zimskom semestru 1. 12. 2017. – 25.01.2018. godine

AKTIVNOSTI	VRIJEME PROVEDBE	
Analiza stanja ispred paviljona Fakulteta	od 27.11. do 1.12. 2017.	Prikaz stanja u tablici 1.
Osiguravanje financijskih sredstava za promociju	Upit Dekanat - najava kampanje Info o cijeni flastera i žvakača za one koji žele prestati pušiti	Prikaz stanja u tablici 3.
Izrada promocijskog materijala (postera)	Prosinac - siječanj	Promocijski poster kampanje
Info o zdravlju (poruke putem Merlina, oglasne ploče TZK, studenata tutora, udruga i dr.)	Prosinac, siječanj	Informiranje studenata (unapređenje zdravstvene pismenosti - kulture)
Analiza podataka o studentima prve i druge godine studija	Siječanj 2018.	Analiza rezultata za studente prve i druge godine studija
Prezentacija kampanje: studenti tutori, predstavnici fakultetskih udruga, informacija putem Merlina za prve dvije godine studija, sjednica FV, Merlin – studentska referada za studente viših godina studija, zavodi - oglasne ploče, e-pošta – svi	prosinac 2017. i siječanj 2018.	Sastanak i dogovor vezano za prosljeđivanje informacija i provedbu aktivnosti vezano za Tjedan bez duhanskog dima na Fakultetu od 15.01. do 19.01. 2018.
Intervju sa studentima: suzdržanost od pušenja na Fakultetu	Prosinac, tjedan nakon praznika u siječnju	Objavljeni na webu dobri primjeri prakse studenata koji su se odviknuli – poticajne i motivacijske poruke studenata – studentima
Vrednovanje: anketni upitnik - utjecaj kampanje: svijest, utjecaj nikotinskih flastera/kauguma	Veljača, ožujak	Broj studenata koji su probali nikotinske kaugume ili flastere, broj studenata koji više ne puši na Fakultetu (anketa ispred paviljona)

Tablica 2. Aktivnosti kampanje tijekom ljetnog semestra (2017./2018.) – aktivnosti će se dopuniti na osnovi analize rezultata prvog dijela kampanje

AKTIVNOSTI	VRIJEME PROVEDBE	OČEKIVANI REZULTATI
Obilježavanje Hrvatskog dana bez duhanskog dima	1.03. 2018.	Suorganizacija s glavnim organizatorom - utvrditi tijelo odgovorno za provedbu – stupiti u kontakt
Analiza stanja ispred paviljona i usporedba s analizom u zimskom semestru	Ožujak, 2018.	
Nastavak informiranja studenata i djelatnika: pripreme za tjedan bez duhanskog dima	ožujak, travanj	

Tablica u izradi, pripremiti će se nakon što se dobije suglasnost i finaliziraju aktivnosti koje će se provoditi.

Tablica 4: Financijski plan za provedbu kampanje u ak. god. 2017./2018.

Aktivnost	Okvirna potraživanja
Promocijski poster	
Nabavka nikotinskih flastera i kauguma	
Kamere ispred paviljona s najvećim brojem pušača	
Ukupno:	

Literatura

Ćurković, S. (2010) Ćurković S. (2010.) *Kineziološke aktivnosti i rizična ponašanja studenata*. (Doktorska disertacija, Sveučilište u Zagrebu). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.

Schiendrova, D. Korivova Heretova, T., Šustkova, M. and Hynčica, V. (2016) Smoking habits and attitudes in students of the third Faculty of Medicine of Charles University in Prague. *Cent. Eur. J. Public Health*: 24(2) 144-151

Sukys, S. Janina Cesnaitiene, V. and Ossowsky Z.M. (2017) Is Health Education at University Associated with Student's Health Literacy? Evidence from Cross-Sectional Study Applying HLS-EU-Q. *BioMed Research International*, vol 2017.ID 8516843, 9 pages <https://doi.org/10.1155/2017/8516843>.

Dokumenti: Zakon o ograničavanju duhanskih proizvoda (web Fakulteta- Duhanski institut)