

Alšovka

Základní škola Alšova

ŠKOLA BEZ NIKOTINU

STRATEGIE ŠKOLY BEZ NIKOTINU A TABÁKU



Zpracováno podle dokumentu WHO/EURO č. 2023-8077-47845-70659
"Nicotine- and tobacco-free schools: policy development and implementation toolkit.
Copenhagen: WHO Regional Office for Europe, 2023"

SEZNAM KAPITOL

Kapitola 1:

PŘEDLOHA PRO VYPRACOVÁNÍ STRATEGIE ŠKOLY BEZ NIKOTINU A TABÁKU

Kapitola 2:

UŽITEČNÉ DEFINICE

Kapitola 3:

INFORMAČNÍ ZDROJE

Kapitola 4:

ZNAČENÍ

Kapitola 5:

PŘÍKLADY KLÍČOVÝCH SDĚLENÍ

Kapitola 6:

PŘÍKLADY TEXTŮ PŘIPOMÍNAJÍCÍCH DODRŽOVÁNÍ ŠKOLNÍ STRATEGIE

1. STRATEGIE ŠKOLY BEZ NIKOTINU A TABÁKU

Základní škola Alšova

Alšova 1123, Kopřivnice, 742 21

Účel vypracování Strategie školy bez nikotinu a tabáku: zdůraznit závazek školy chránit zdraví a pohodu svých žáků a zaměstnanců. Přijetím zásad školy bez nikotinu a tabáku se Základní škola Alšova bude snažit o zajištění zdravého a bezpečného studijního a pracovního prostředí pro žáky a pedagogické i nepedagogické pracovníky školy ve svých prostorách tím, že zajistí prostředí 100 % bez nikotinu a tabáku, a přispěje tak k výchově generace bez nikotinu a tabáku.

Výchozí informace a cíle

Škola by měla při tvorbě strategie bez nikotinu a tabáku:

- uvést několik klíčových faktorů založených na důkazech, aby zdůraznila škodlivost užívání nikotinu a tabáku a vystavení pasivnímu kouření (viz Příloha 3);
- reflektovat národní právní předpisy týkající se kontroly tabáku, podle nichž je používání nikotinu a tabákových výrobků ve vzdělávacích prostorách nezákonné;
- odkazovat na mezinárodní dokumenty, které podporují zajištění prostředí bez kouře, jako je Rámcová úmluva WHO o kontrole tabáku, Ústava Světové zdravotnické organizace, Úmluva o právech dítěte, Úmluva o odstranění všech forem diskriminace žen a Mezinárodní pakt o hospodářských, sociálních a kulturních právech
(the WHO Framework Convention on Tobacco Control, the Constitution of the World Health Organization, the Convention on the Rights of the Child, the Convention on the Elimination of all Forms of Discrimination against Women, and the Covenant on Economic, Social and Cultural Rights)

Učitelé a zaměstnanci školy usilují o to, aby prostředí školy bylo zcela bez nikotinu a tabáku a celá školní komunita se zavazuje k tomuto cíli směřovat. V souladu s tím Základní škola Alšova prohlašuje, že cílem této strategie je:

- chránit zdraví a pohodu našich žáků, pedagogů a dalších zaměstnanců školy zákazem používání veškerých nikotinových a tabákových výrobků na půdě školy (viz školní řád);
- zaručit všem žákům, pedagogům a dalším zaměstnancům školy právo dýchat čistý vzduch tím, že bude zajištěno prostředí 100 % bez nikotinu a tabáku;
- povzbuzovat uživatele nikotinu a tabáku k odvykání kouření a nabízet jim vhodnou podporu;
- de-normalizovat užívání nikotinu a tabáku v rámci celé školní komunity, a tím přispět k výchově generace bez nikotinu a tabáku.

Cílová skupina

Zákaz používání nikotinu a tabákových výrobků se vztahuje na všechny, kteří se v prostorách školy nacházejí – na žáky, pedagogy, další zaměstnance školy, rodiče při návštěvě a všechny ostatní návštěvníky areálu školy bez ohledu na účel jejich návštěvy, a to vždy a po celou dobu.

Oblast působnosti

Zásady školy bez nikotinu a tabáku se vztahují na všechny prostory školy Základní školy Alšova. Užívání nikotinu a tabáku je zakázáno ve všech vnitřních prostorách školy, mimo jiné v kabinetech, učebnách, sborovně, sociálních zařízeních, na chodbách, schodištích a na sportovištích a místech pro volný čas. Používání nikotinu a tabákových výrobků je zakázáno ve všech venkovních prostorách této základní školy. Tato pravidla se vztahují i na všechny školní akce pořádané mimo školní pozemek, škola neschvaluje a nedoporučuje užívání nikotinových a tabákových výrobků před branami školy nebo v bezprostřední blízkosti školních pozemků.

Plán vzdělávání

Škola by se měla řídit kapitolou 2 Praktického manuálu.

Škola by mj. měla:

- pověřit kvalifikovanou osobu odpovědností za předání informací pedagogům a zaměstnancům školy o provádění strategie na pedagogické radě;
- rozhodnout o počtu hodin a tématech preventivního vzdělávání žáků v oblasti nikotinu a užívání tabáku;

Školní metodik prevence (Darina Caloňová) byl určen jako osoba odpovědná za informování pedagogů a zaměstnanců v školní strategii a vzdělávání v oblasti prevence užívání nikotinu a tabáku. Během školního roku budou ve škole realizovány preventivní programy věnující se užívání nikotinu a tabáku. Rozvrh programů bude zveřejněn v plánu akcí v systému Bakaláři.

Plán komunikace

Škola by se měla řídit kapitolou 3 Praktického manuálu.

Škola by mj. měla:

- stanovit datum zahájení školní strategie,
- rozhodnout o počtu a tématech informačních kampaní, které budou probíhat v průběhu celého školního.

Kopie školní strategie bude dostupná všem žákům, pedagogickým pracovníkům a dalším zaměstnancům školy a rodičům. Strategie bude přístupná na nástěnce, na internetových stránkách Základní školy Alšova. Kopie zásad bude vždy u školního metodika prevence.

Plnění školní strategie začne dnem podpisu dokumentu a bude doplněn pro žáky informační kampaní na nástěnkách v budově školy. Jakoukoli změnu strategie je třeba školní komunitě oznámit a zveřejnit na internetových stránkách školy. Krátká připomenutí strategie a klíčová sdělení budou zveřejněna také na třídních schůzkách rodičů.

Upozornění (značení) „Zákaz kouření! Zákaz používání e-cigaret/ Zákaz bezdýmného tabáku“ bude umístěno u vchodu do budov a areálu Základní školy Alšova, aby bylo zřejmé, že se jedná o oblast bez nikotinu a tabáku.

Tato školní strategie vstupuje v platnost dne 6.1.2025

Podpis ředitele/ředitelky 

Datum 12.12.2024

ZÁKLADNÍ ŠKOLA
742 21 KOPŘIVNICE
Kopřivnice, ul. Alšova 1123
okres Nový Jičín
63

2. UŽITEČNÉ DEFINICE

Behaviorální podpora (Behavioural support) – podpora správného chování poskytovaná každému, kdo chce přestat kouřit (1)

Krátká rada (Brief advice) – krátké doporučení trvající obvykle jen několik minut a lze jej poskytnout všem uživatelům tabáku, obvykle v průběhu běžné konzultace nebo diskuse (1).

Ukončení užívání nikotinu nebo tabáku (Cessation of nicotine or tobacco use) - proces ukončení užívání jakéhokoli nikotinového nebo tabákového výrobku s podporou nebo bez podpory odvykacích služeb (1).

Krycí organizace (Front groups) - organizace financované a řízené tabákovými společnostmi s cílem ovlivnit tvůrce politik a veřejnost ve prospěch tabákového průmyslu

Laps pochyben (Lapse) - jakékoli jednorázové užití tabáku (vdechování, kouření cigarety), ke kterému dojde po stanoveném datu odvykání (po 24 hodinách od úplného ukončení užívání) (1)

Relapse, recidiva, opětovné pochybení (Relapse) - obnovení užívání/kouření tabáku v jakémkoli množství během více než 3 po sobě jdoucích dní (1)

Reklama na tabák a jeho propagace (Tobacco advertising and promotion) - jakákoli forma komerční komunikace, doporučení nebo akce s cílem přímo nebo nepřímo propagovat tabákový výrobek nebo užívání tabáku (2).

Kontrola tabáku (Tobacco control) - řada strategií, jejichž cílem je zlepšit zdraví populace odstraněním nebo snížením spotřeby tabákových výrobků a expozice tabákovému kouři (2).

Závislost na tabáku (Tobacco dependence/addiction) - soubor behaviorálních, kognitivních a fyziologických jevů, které se tvoří po opakovaném použití tabáku a obvykle zahrnují silnou touhu užívat tabák, problém kontrolovat jeho užívání, užívání tabáku navzdory škodlivým důsledkům, upřednostňování užívání tabáku a někdy i fyzický stav abstinence (1)

Generace bez tabáku (Tobacco-free generation) - koncepce a politická iniciativa obhajující zákaz prodeje a nabízení tabáku jednotlivcům narozeným po určitém roce (3).

Plán prosazování

Škola by se měla řídit kapitolou 4 Praktického manuálu.

Škola by mj. měla:

- určit osobu (nebo osoby), která je odpovědná za kontrolu uplatňování školní strategie;
- stanovit důsledky porušení strategie;
- uvést, kam se mají hlásit zjištěné případy nedodržování strategie.

Školní metodik prevence (*Darina Caloňová*) byl jmenován spolu s vedením školy (ředitelem R. Pospěchem, zástupci M. Hanzelkovou a J. Štěpánem) osobou odpovědnou za kontrolu prosazování strategie školy bez nikotinu a tabáku v areálu Základní školy Alšova. Za nedodržování zásad budou žákům uplatněny odpovídající sankce (viz školní řád).

Tomáš Pekárek a Libor Polášek budou provádět spolu s pedagogy školy kontrolu školních pozemků a školní budovy a všechny případy nedodržení strategie budou zaznamenávat. Každý, kdo je svědkem toho, že jednotlivec nebo skupina školní strategii nedodržují a odmítají zdvořilou výzvu k jejímu dodržování, může incident nahlásit vedení školy.

Nabídka podpory při odvykání

Škola by se měla řídit kapitolou 5 Praktického manuálu.

Škola by mj. měla:

- určit odpovědnou osobu, která bude poskytovat krátké intervence pro odvykání kouření;
- aktivně šířit informace o zdravotních výhodách odvykání kouření prostřednictvím výuky, třídnických hodin, nástěnek, preventivních programů;
- zpřístupnit seznam služeb pro odvykání kouření.

Základní škola Alšova se zavazuje podporovat všechny uživatele nikotinu a tabáku, kteří chtějí přestat kouřit a poskytovat intervence pro odvykání kouření. Uživatelé nikotinu a tabáku se mohou obrátit na školního metodika prevence (*Darina Caloňová*), školního psychologa (*Petr Bílský*) a výchovnou poradkyni (*Sylvu Ježovou*), kteří poskytnou potřebné rady a informace. Jinak se každý, kdo chce přestat kouřit, může obrátit přímo také na třídního učitele, vedení školy či linku pro odvykání kouření (800 350 000). Může rovněž navštívit některý z doporučených digitálních zdrojů podpory při odvykání kouření:

- <https://www.bezcigaret.cz/>
- <https://www.slzt.cz/centra/centra-pro-zavisle-na-tabaku>
- <https://www.drogy-info.cz/mapa-pomoci/?t=&r=3&d=57&c=16>.

Monitorování a hodnocení

Škola by se měla řídit kapitolou 6 Praktického manuálu.

Základní škola Alšova bude monitorovat a hodnotit účinnost strategie prostřednictvím:

- provádění pravidelných kontrol školních prostor;
- řešením všech nahlášených oznámení o porušení strategie;
- prováděním každoročního průzkumu mezi žáky

Tabákový průmysl (Tobacco industry) - výrobci tabáku, velkoobchodní distributoři a dovozci tabákových výrobků (2).

Tabákové produkty (Tobacco products) - výrobky zcela nebo částečně vyrobené z listů tabáku jako suroviny, které jsou vyrobeny pro kouření, sání, žvýkání nebo šňupání (2).

Tabákový sponzoring (Tobacco sponsorship) - jakákoli forma příspěvku (podpory) události, činnosti nebo jednotlivce s cílem přímo nebo nepřímo propagovat tabákový výrobek nebo užívání tabáku (2).

Uživatel tabáku (Tobacco user) - osoba užívající jakýkoliv tabákový produkt (1).

Léčba závislosti na tabáku (Treatment of tobacco dependence): poskytování behaviorální podpory a/nebo léků uživatelům tabáku, které jim usnadní přestat tabák užívat (1).

Reference:

1. Conference of the Parties to the WHO Framework Convention on Tobacco Control, fourth session, Punta del Este, Uruguay, 15–20 November 2010.
Draft guidelines for the implementation of article 14 of the WHO Framework Convention on Tobacco Control. Geneva: WHO Framework Convention on Tobacco Control; 2010 (<https://apps.who.int/iris/handle/10665/75745>).
2. WHO Framework Convention on Tobacco Control, World Health Organization. WHO Framework Convention on Tobacco Control. Geneva: WHO Framework Convention on Tobacco Control; 2003 (<https://fctc.who.int/publications/i/item/9241591013>).
3. Tobacco-free generations. Protecting children from tobacco in the WHO European Region. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2017 (<https://apps.who.int/iris/handle/10665/372722>).

POZN.: Všechny reference dle přístupu 15. června 2023

3. INFORMAČNÍ ZDROJE

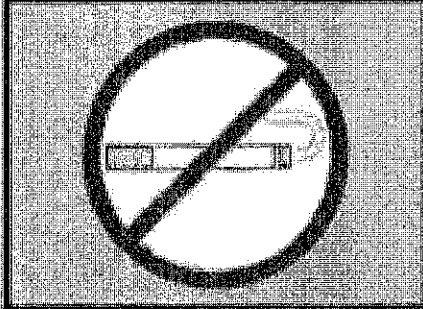
Tyto materiály si mohou školy stáhnout a použít k šíření informací o klíčových otázkách, které jsou relevantní pro školní strategii bez nikotinu a tabáku.

4. ZNAČENÍ

Školy si mohou stáhnout toto značení vytvořené Světovou zdravotnickou organizací WHO nebo využít poskytnuté vzorky k vytvoření vlastního značení.

We are committed to
protect everyone's health.

NO SMOKING



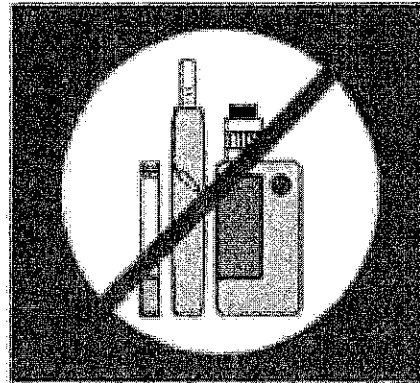
Please refrain from using any nicotine and tobacco
products anywhere on the grounds, at all times -
including school events and regular school hours.

Thank you for your cooperation.

© 2010 The University of Texas at Austin



**WELCOME TO OUR NICOTINE-
AND TOBACCO-FREE SCHOOL.**



**NO SMOKING AND NO USE OF CHARITERS
USE OF ALL NICOTINE AND TOBACCO PRODUCTS
IS PROHIBITED.**

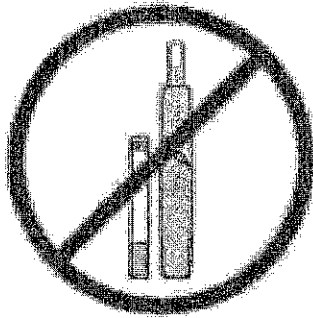
Thank you for your cooperation.

© 2010 The University of Texas at Austin



We value everyone's health.
**WE ARE 100% NICOTINE-
AND TOBACCO-FREE.**

NO SMOKING



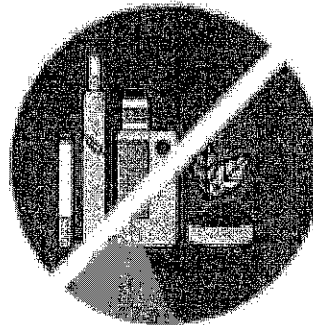
Thank you for complying with this policy.

© 2010 The University of Texas at Austin



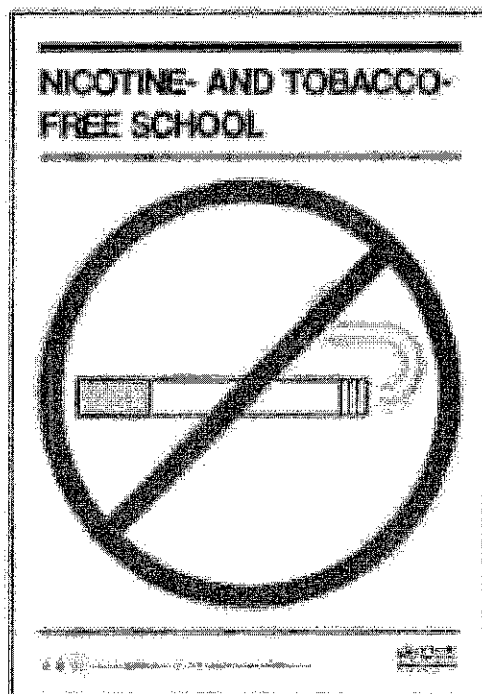
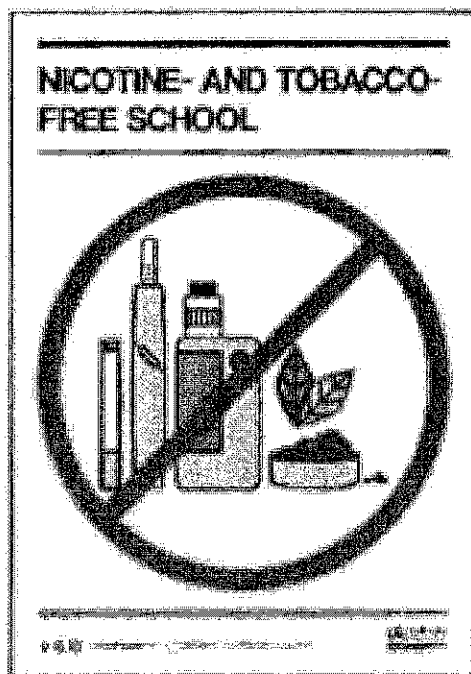
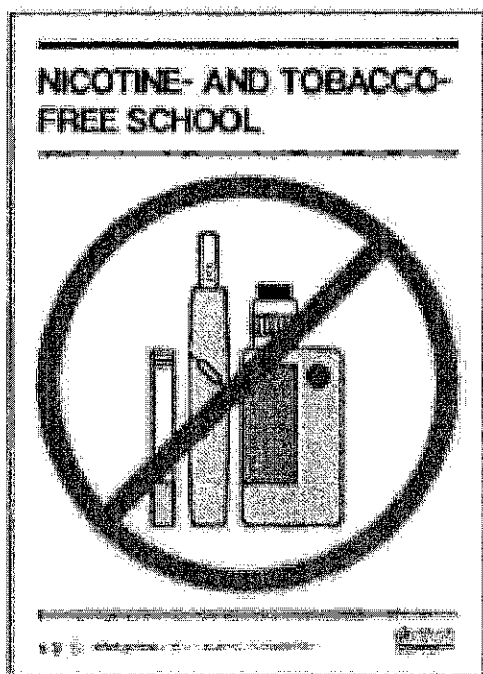
**YOU ARE ENTERING A
NICOTINE- AND TOBACCO-
FREE AREA (GROUND, ZONE).**

**NO SMOKING AND NO USE OF CHARITERS AND DRUGS
THE USE OF ALL NICOTINE AND TOBACCO PRODUCTS
IS STRONGLY PROHIBITED.**
Thank you for your cooperation.



© 2010 The University of Texas at Austin





PŘÍKLADY TEXTŮ PRO GRAFICKÉ ZNAČENÍ

1.

Toto je škola 100% bez nikotinu a tabáku

Zákaz kouření / Zákaz používání e-cigaret / Zákaz užívání bezdýmného tabáku

Naše školní zásady zakazují užívání jakýchkoliv tabákových a nikotinových výrobků. Všude. Všichni. Vždycky.

Vážíme si vaší spolupráce.

2.

Chceme, aby si naši studenti, zaměstnanci a návštěvníci užili čistý vzduch, 100% bez nikotinu a tabáku.

Zákaz kouření / Zákaz používání e-cigaret / Zákaz užívání bezdýmného tabáku.

Prosím, zdržte se užívání všech nikotinových a tabákových výrobků.

Děkujeme za vaši podporu.

3.

Vstupujete do zóny bez nikotinu a tabáku.

Zákaz kouření / Zákaz používání e-cigaret / Zákaz užívání bezdýmného tabáku.

Užívání všech nikotinových a tabákových výrobků je přísně zakázáno.

Děkujeme za spolupráci.

4.

Vítejte v naší škole bez nikotinu a tabáku.

Zákaz kouření / Zákaz používání e-cigaret / Zákaz užívání bezdýmného tabáku.

Užívání všech nikotinových a tabákových výrobků je zakázáno.

Vážíme si vaší spolupráce.

5.

Vážíme si zdraví každého – jsme 100% bez nikotinu a tabáku.

Zákaz kouření / Zákaz používání e-cigaret / Zákaz užívání bezdýmného tabáku. Děkujeme, že dodržujete naše zásady.

6.

Zavázali jsme se chránit zdraví všech.

Zákaz kouření / Zákaz používání e-cigaret / Zákaz užívání bezdýmného tabáku.

Prosím, zdržte se užívání všech nikotinových a tabákových výrobků kdekoli a kdykoliv – včetně školních akcí po vyučování.

Děkujeme za spolupráci.

7.

Vítejte v našem nekuřáckém školním areálu.

V zájmu ochrany zdraví všech zakazují naše školní pravidla používání jakýchkoli tabákových výrobků, včetně e-cigaret a bezdýmného tabáku.

Děkujeme, že udržujete naši komunitu zdravou.

Jsmo hrdí na to, že jsme školou bez nikotinu a tabáku.

5. PŘÍKLADY KLÍČOVÝCH SDĚLENÍ

Věděli jste, že (1):

- tabákové výrobky každoročně zabíjí více než 8 milionů lidí;
- tabákový a související průmysl neustále hledá nové spotřebitele, kteří by nahradili ty, které jejich výrobky zabíjejí, aby si udržel své zisky;

- tabákové společnosti vynaložily na marketing a reklamu více než 9 miliard USD a svět přišel o 8 milionů životů;
- užívání tabáku je zodpovědné za 25 % všech úmrtí na rakovinu na světě;
- užívání nikotinu a tabákových výrobků zvyšuje riziko rakoviny, kardiovaskulárních a plicních onemocnění;
- více než 1 milion lidí ročně zemře na následky pasivního kouření;
- děti a dospívající, kteří užívají elektronické cigarety, mají nejméně dvojnásobnou pravděpodobnost, že budou později v životě kouřit cigarety;
- používání elektronických cigaret (e-cigaret) zvyšuje riziko srdečních a plicních onemocnění;
- nikotin v elektronických cigaretách je vysoce návyková droga a může poškodit vyvíjející se mozek dětí;
- kouření vodní dýmky je stejně škodlivé jako jiné formy užívání tabáku;
- kouř z vodní dýmky je toxický a obsahuje látky, které způsobují rakovinu;
- bezdýmny kouř neznamena, že je neškodný;
- kouření je drahé a platíte za něj svým vzhledem a zdravím;
- kouření způsobuje zápach z úst, žluté zuby, vráscitou pleť, nezdravé plíce a špatný imunitní systém;
- žvýkání tabáku může způsobit rakovinu úst, ztrátu zubů, hnědé zuby, bílé skvrny a onemocnění dásní
- tabákový a související průmysl používají různé taktiky, jak agresivně prodávat své výrobky dětem a dospívajícím, včetně:
 - přidávání ovocných a sladkých příchutí, které lákají děti a dospívající mládež
 - využívání influencerů a marketingu na sociálních sítích
 - sponzorování akcí a večírků
 - nabízení školních stipendií
 - vytváření elegantních a cool designů
 - umísťování reklamy v zábavních médiích
 - nabízení bezplatných vzorků výrobků.

Reference

1) World No Tobacco Day. Key messages. In: World Health Organization [website]. Geneva: World Health Organization; 2023
(<https://www.who.int/campaigns/world-no-tobacco-day/world-no-tobacco-day-2020/key-message>, accessed 15 June 202)

6. PŘÍKLADY TEXTŮ PŘIPOMÍNAJÍCÍCH DODRŽOVÁNÍ ŠKOLNÍ STRATEGIE

- Tímto vám zdvořile připomínáme, že tato akce je 100 % bez nikotinu a tabáku. Zdržte se prosím užívání jakýchkoli nikotinových a tabákových výrobků. Velmi si vážíme vaší spolupráce.

- Vaše zdraví je pro nás důležité, proto vám poskytujeme prostředí 100% bez nikotinu a tabáku. Nezapomeňte prosím, že naše školní strategie zakazuje používání jakéhokoli typu nikotinových a tabákových výrobků všude, všemi a za všech okolností. Vaší podpory si opravdu vážíme.
- Rádi udržujeme naše ovzduší čisté. Naše školní strategie zakazuje používání všech nikotinových a tabákových výrobků, všude na území školy, a to vždy! Vážíme si vaší podpory.
- Sport a tabák nejdou dohromady. Připomínáme, že všechny školní sportovní akce jsou bez nikotinu a tabáku. Hrajte bez tabáku!
- Není nic lepšího než čerstvý a čistý vzduch. Zachovejme ho takový – v našem areálu nekuřte ani nepoužívejte e-cigarety!