

STRATEGIE ŠKOLY BEZ NIKOTINU

ZÁKLADNÍ ŠKOLA 1. MÁJE
HRANICE



STRATEGIE ŠKOLY BEZ NIKOTINU A TABÁKU

Účelem školní strategie je:

- Zdůraznit závazek školy chránit zdraví a pohodu svých žáků a zaměstnanců. Přijetím zásad školy bez nikotinu a tabáku se Základní škola 1. máje Hranice zavazuje zajistit zdravé a bezpečné studijní a pracovní prostředí pro studenty a pedagogické a 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.
- Zvyšovat znalost o zdravotních rizicích užívání nikotinových a tabákových výrobků a pasivního kouření.
- Přispět k tomu, aby studenti a žáci školy nikotin a tabák nezačali užívat.
- Poskytnout včasnou intervenci a podporu mladým lidem ohroženým vznikem závislosti na nikotinu
- Vytvořit v celé školní komunitě přesvědčení, že užívání nikotinových a tabákových výrobků není normou.

Výchozí informace a cíle

- Zdravotní rizika kouření a užívání tabáku: Nádory (kouření je hlavní příčinou vzniku rakoviny plic, ale také zvyšuje riziko dalších typů rakovin, včetně rakoviny úst, hrtanu, močového měchýře). Kardiovaskulární onemocnění (kouření zvyšuje riziko infarktů, mrtvic a dalších kardiovaskulárních onemocnění). Respirační problémy a závislost na nikotinu.
- V České republice existují specifické právní předpisy, které se týkají kontroly tabáku a nikotinových výrobků a které zakazují jejich užívání ve vzdělávacích prostorách. Zde je několik klíčových právních norem (Zákon č.65/2017 Sb. o ochraně zdraví před škodlivými účinky návykových látek. Vyhláška č. 211/2018 Sb. o školách a školských zařízeních aj).
- Zajištění prostředí bez kouře je podpořeno několika mezinárodními dokumenty a iniciativami, které se zaměřují na ochranu veřejného zdraví a prevenci užívání tabáku. Zde je několik klíčových mezinárodních dokumentů, které podporují tento cíl: 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 sdílet za toto zodpovědnost.

V souladu s tím Základní škola 1. máje Hranice prohlašuje, že cílem této strategie je:

- Chránit zdraví a pohodu našich žáků, učitelů a dalších zaměstnanců školy zákazem používání veškerých nikotinových a tabákových výrobků na půdě Základní školy 1. máje Hranice.
- Zaručit všem studentům, učitelům 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.

Definice

- Nikotin - je alkaloidní sloučenina, která se přirozeně vyskytuje v rostlinách rodu *Nicotiana*, přičemž nejvíce je obsažen v tabáku (*Nicotiana tabacum*). Je to silně návyková látka, která působí na centrální nervový systém. Nikotin stimuluje uvolňování dopaminu, což způsobuje pocity příjemnosti a euforie, čímž přispívá k rozvoji závislosti u těch, kteří jej pravidelně užívají.
- Tabák - je rostlina rodu *Nicotiana*, která je známá především díky svým listům, které obsahují nikotin, alkaloid s návykovými účinky. Nejčastěji pěstovaným druhem je *Nicotiana tabacum*, jehož listy se suší a zpracovávají do různých tabákových výrobků, jako jsou cigarety, doutníky, tabák na kouření, šňupací tabák a další formy.
- Závislost - je stav, kdy je jedinec silně vázán na určitou látku, činnost, nebo chování, což negativně ovlivňuje jeho život. Může být fyzická, psychická nebo kombinovaná, a často se vyznačuje ztrátou kontroly, potřebou zvyšovat dávky či intenzitu, a výskytem negativních důsledků, pokud není potřeba uspokojena.

Cílová skupina

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

Oblast působnosti

Zásady školy bez nikotinu a tabáku se vztahují na všechny prostory, objekty a vozidla Základní školy 1. máje Hranice bez ohledu na jejich umístění.

Užívání nikotinu a tabáku je zakázáno ve všech vnitřních prostorech, mimo jiné v kancelářích, učebnách, zasedacích místnostech, sborovnách, koupelnách, na chodbách, schodištích a na sportovištích a místech pro volný čas. Používání nikotinu a tabákových výrobků je zakázáno ve všech venkovních prostorech Základní školy 1. máje Hranice, mimo jiné na hřištích, v prostorech pro sport a volný čas v areálu školy.

Tato pravidla se vztahují i na všechny školní akce pořádané mimo školní pozemek. Základní škola 1. máje Hranice nebude tolerovat vnášení nikotinových a tabákových výrobků na školní pozemek. Základní škola 1. máje Hranice neschvaluje a nedoporučuje užívání nikotinových a tabákových výrobků před branami školy nebo v bezprostřední blízkosti školních pozemků.

Plán vzdělávání

Mgr. Gabriela Řimáková byla určena jako osoba odpovědná za proškolení učitelů a zaměstnanců ve školní strategii a vzdělávání v oblasti prevence užívání nikotinu a tabáku. Během školního roku v rámci předmětu rodinné výchovy a chemie se bude zabývat tématy užívání nikotinu a tabáku v rámci prevence.

Plán komunikace

Cílem komunikace je:

- **Informovat** o důvodech a přínosech strategie školy bez nikotinu a tabáku.
- **Mobilizovat** studenty, pedagogy a rodiče k aktivní podpoře strategie.
- **Získat podporu** a aktivní zapojení všech zúčastněných do její implementace.
- **Zajistit shodu** na pravidlech a postupech, které podpoří bezkouřové prostředí.

2. Komunikační kanály a nástroje

- **Pro studenty:**
 - **Školní nástěnky a plakáty:** Vizuální materiály s informacemi o nebezpečích kouření a výhodách života bez nikotinu, umístěné na frekventovaných místech.
 - **Sociální média školy:** Použit školní Facebook, Instagram nebo YouTube kanál k šíření krátkých videí, příběhů, citací a infografik o důležitosti prevence kouření.
 - **Třídy a školní akce:** Přednášky a diskuse o zdraví, kouření a závislostech, propojené s aktivitami, jako jsou soutěže nebo prezentace žáků.
 - **Interaktivní kampaně:** Zapojení žáků do soutěží na téma „proč je život bez tabáku lepší“ nebo „jak zůstat zdravý bez kouření“.

- **Pro pedagogy a školní personál:**
 - **Interní školení a workshopy:** Poskytnout typy na školení o důležitosti prevence kouření a nikotinové závislosti, aby učitelé a personál rozuměli tématu a byli schopni ho efektivně komunikovat.
 - **Interní e-maily a školní web:** Rozeslat informace o strategii, konkrétních opatřeních a dostupné podpoře pro studenty.

- **Pro rodiče:**
 - **Rodičovské schůzky a informační letáky:** Prezentace na rodičovských schůzkách a distribuce informačních letáků, které vysvětlují strategii školy a její důležitost pro zdraví dětí.

- **Pro školní administrativu a komunitu:**
 - **Vedení školy jako vzor:** Administrativa školy by měla aktivně podporovat strategii tím, že se zapojí do organizovaných akcí a zajistí, že školní prostředí bude skutečně bez kouře.
 - **Koordinace s místními organizacemi:** Spolupráce s organizacemi, které se specializují na prevenci kouření a zdraví (například s místními zdravotními ústavy, neziskovými organizacemi a odborníky).

- **Mediální pokrytí:** Získání podpory místních novin a regionálních médií k propagaci strategie a jejího významu pro školní a komunitní zdraví.

3. Harmonogram komunikace

- **Před zahájením školního roku:** Příprava materiálů a školení pro pedagogy a školní personál.
- **Začátek školního roku:** Spuštění informační kampaně pro studenty, rodiče a širší komunitu (plakáty, e-maily, sociální média).
- **Během školního roku:** Pravidelné připomínky a motivace prostřednictvím akcí, workshopů a mediálních kanálů (např. Den bez tabáku, tematické týdny).
- **Každoročně:** Zhodnocení efektivity strategie a zpětná vazba od studentů, rodičů a učitelů; úpravy komunikačních metod na základě získaných výsledků.

Strategie je přístupná na internetových stránkách Základní školy 1. máje Hranice.

Zahájení plnění školní strategie se plánuje na 1. 9. 2025 a bude mu předcházet týdenní informační kampaň.

Jakoukoli změnu strategie je třeba školní komunitě oznámit a zveřejnit na internetových stránkách Základní školy 1. máje. Krátká připomenutí strategie a klíčová sdělení budou zveřejněna na Instagramu/Facebooku školy vždy na začátku školního roku.

Upozornění „Zákaz kouření! Zákaz používání e-cigaret!“ bude umístěno u všech vchodů do budov a areálu Základní školy 1. máje, aby bylo zřejmé, že se jedná o oblast bez nikotinu a tabáku. Připomínky strategie budou zmiňovány během všech akcí organizovaných školou, bez ohledu na jejich místo konání.

Plán prosazování

Zvýšit povědomí o škodlivosti nikotinu a tabáku mezi studenty, pedagogy i rodiči.

Kroky:

- **Pravidelné kontroly a monitoring:** Zajistit pravidelný dohled nad školním prostředím a v případě potřeby aplikovat opatření v případě porušení pravidel.

- **Pravidelné hodnocení úspěšnosti:** Pravidelně provádět dotazníky a rozhovory se studenty, učiteli a rodiči, abychom zjistili, jak jsou vnímána preventivní opatření a zda jsou účinná.

Mgr. Gabriela Řimáková byla jmenována osobou odpovědnou za kontrolu prosazování strategie školy bez nikotinu a tabáku v areálu Základní školy 1. máje. Za nedodržování zásad budou vůči studentům uplatněny odpovídající sankce na základě školního řádu. Ostatní dospělé osoby budou upozorněny na zákaz kouření v prostorách školy.

Pedagogičtí pracovníci budou v rámci dozoru provádět pravidelné kontroly všech školních budov. 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

Základní škola 1. máje 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 Gabrielu Řimákovou nebo na metodika prevence Mgr. Janu Březinovou, které jim poskytnou potřebné rady a informace. Jinak se každý, kdo chce přestat kouřit, může obrátit přímo na linku pro odvykání.

Adiktologická ambulance prevence a léčby závislostí, Bořivojova 540/30A, Olomouc

Kontakt: zavislostiolomouc@gmail.com tel.: 774 425 001

<https://www.chciodvykat.cz/>

<https://www.bez cigaret.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>.

<https://www.adiquit.cz/>

Monitorování a hodnocení

Základní škola 1. máje bude monitorovat a hodnotit účinnost strategie prostřednictvím:

- Dozoru během přestávek a volných hodin.
- Řešením všech nahlášených oznámení o porušení strategie.
- Prováděním každoročního průzkumu mezi studenty školy vždy na jaře.

Tato školní strategie vstupuje v platnost dne 1. 9. 2025.

Další revize je plánována na červen 2026.

Podpis ředitele školy

Datum