

Št. dopisa: 1810-24/21-01/ 446

Murska Sobota, dne 26.1. 2021

Ravnateljicam in ravnateljem pomurskih osnovnih in srednjih šol
Razrednikom
Koordinatorjem Zdravih šol

Zadeva : zdravstvenovzgojna aktivnost »Goreče sporočilo«

Spoštovani.

Novice glede podatkov o kajenju med mlajšo populacijo so zelo spodbudne, saj si večina mladih zasvojenosti s tobakom ne želi. S svojo pozitivno naravnostjo lahko tudi sami prispevajo za bolj zdravo življenje in okolje. Otroci in mladi so dobri zavezniki pri prenosu informacij o vrednoti zdravja in lahko vplivajo na odločitve in spremembe stališč svojih bližnjih in prijateljev.

Izziv za mlade in mlade po srcu

Nacionalni inštitut za javno zdravje OE Murska Sobota želi z aktivnostjo spodbuditi posameznike, da motivirajo kadilce, ki jih osebno poznajo, da spremenijo svoje stališče do kajenja. Kadilcu namenimo svojo prijazno misel in skrb zanj, ki ga izrazimo z »Gorečim sporočilom«.

Otroci lahko nagovorijo svoje starše, sorojence, sorodnike, sosede, najstniki svoje vrstnike. Naj se aktivnosti pridružijo tudi odrasli, ki lahko nagovorijo svoje partnerje in prijatelje.

Kako se lotiti izziva

Najmlajši udeleženci lahko naredijo voščilnico, ali risbico namenjeno izbrani osebi ter ji v sliki in besedi zaželijo kaj lepega povezanega z zdravjem.

Vsi, ki poznajo in uporabljajo družbena omrežja, lahko svoje »Goreče sporočilo« poljubno opremijo in namenijo »svojem« kadilcu.

Osebno in poljubno oblikovano sporočilo naj bo duhovito, prisrčno, zabavno, prijazno. Delimo ga kot SMS ali preko sodobnih komunikacijskih orodij (Vibera, Messengerja, Gmaila) in družbenih omrežij. Lahko je tudi GIF, meme...

Začetek in trajanje aktivnosti

Aktivnost poteka 4 mesece - začne se ob Dnevu brez cigarete 31. januarja in zaključí 31. maja, na dan, ko obeležujemo Svetovni dan brez tobaka. K promociji aktivnosti bomo povabili medije. Načrtujemo postavitev razstave prispevkov, ki bo dostopna širši javnosti in bo izvedena v skladu z Uredbo o varstvu osebnih podatkov (GDPR).

Osvojite nagrado

Kopije ali e-fotografije poslanih sporočil ter voščilnic pošljite do **20. 5. 2021** na e-naslov jadranka.jovanovic@nijz.si.

Poslana sporočila bomo zbirali in izbrali 10 najbolj zanimivih, izvirnih in duhovitih sporočil ter jih nagradili s praktičnimi nagradami.

Primeri sporočil: (majhen namig in pomoč)

- »Ko boš nehal/a kaditi me boš končno pri teku prehitel/a.«
- »Rad/a delim s teboj veliko vsega različnega, le tvoje ljubezni do kajenja pa ne.«
- »Mislim nate, ti pa prosim, ne misli več na cigarete. Ostani zdrav/a zase in zame.«
- »Danes je dan brez cigarete. Želim, da dišiš po svežih vaflih z čokolado in smetano... pa ne samo danes. «

Za sodelovanje v aktivnosti lahko mentorji dobijo tudi potrdilo.

Z lepimi pozdravi,

Martin Ranfl, dr. dent. med., spec. javnega zdravja
predstojnik NIJZ OE MS



pripravila: Jadranka Jovanović, koordinatorica natečaja

Arhitekta Novaka 2/b, SI-9000 Murska Sobota

t [530 21 24](tel:5302124)

m [0 41/32 95 62](tel:041329562)

jadranka.jovanovic@nijz.si

