



Blivše i bivši Danas, na Hrvatski dan nepušenja, počinje nacionalna j Pušači krivo misle da s nepušača i da imaju bo

ANDREJA ŠANTEK/VLM
 andreja.santek@poslovni.hr

Cilj kampanje 'Bivše i bivši - prekid koji se pamti' je stvoriti pozitivno stajalište građana da je moguće prestati pušiti i omogućiti uvjete za to

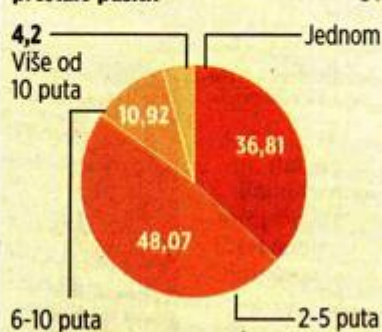
Pušači su skloni vjerovati u neke pozitivne stereotipe sami o sebi - da su zabavniji i da imaju bolji seksualni život, a sukladno tome vjeruju da su nepušači dosadniji od njih. Nepušači su pak skloni vjerovati da su pouzdaniji i odgovorniji od pušača te da su pušači skloniji alkoholu. Ove tvrdnje proizašle su iz istraživanje o stavovima i predrasudama vezanim uz pušenje i imidž pušača koje je krajem veljače i početkom ožujka provela udruga Difrakcija u suradnji s agencijom Medianet. Telefonskom anketom ispitano je 600 građana, 300 pušača i 300 nepušača, u dobi od 18 do 47 godina.

Razmjena iskustva

Udruga Difrakcija danas, na Hrvatski dan nepušenja, pokreće nacionalnu javno-zdravstvenu kampanju 'Bivše i bivši - prekid koji se pamti' kojoj je glavni cilj stvoriti pozitivno stajalište građana da je moguće prestati pušiti i stvaranja suportivnog socijalnog okruženja za sve pušače koji se žele riješiti ove štetne navike. Tijekom kampanje svi bivši pušači i oni koji žele prestati pušiti moći će snimiti svoje kratke izjave o načinima, pomoći ili poteškoćama u prestanku pušenja na video kioscima na glavnim trgovima Zagreba, Splita, Osijeka i Rijeke. Također će biti omogućeno izravno stavljanje video sadržaja na internet stranice kampanje, www.bivsi.hr.

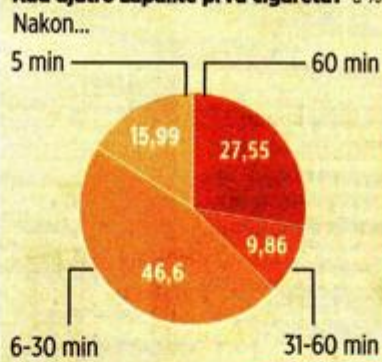
Na toj internetskoj stranici moći će se vidjeti snimljeni spotovi, glasati za najduhovitiji prekid, a moći će se koristiti kalkulatorom kako bi pušači mogli izračunati koliko novaca troše na cigarete. Putem stranice www.bivsi.hr moći će odrediti i koji su tip pušača, naći korisne savjete o prestanku pušenja te podijeliti svoja iskustva sa svima koji su odlučili postati 'bivši'. Sva-ka objavljena video izjava automatski

Koliko je pokušaja potrebno da bi se prestalo pušiti? u %



Izvor: udruga Difrakcija

Kad ujutro zapalite prvu cigaretu? u %



Izvor: udruga Difrakcija

statistike

Pušači su neučinkovitiji radnici

U Hrvatskoj se godišnje popuši oko 484 milijuna paketića cigareta što znači da svaki pušač u prosjeku popuši oko 9700 cigareta za što mu je potrebno oko 650 sati, odnosno 2,5 radna mjeseca.

Američke statistike govore kako su pušači 30 posto manje učinkoviti od nepušača.

A ako uzmemo primjer Hrvatske, znači da poslodavci godišnje radnicima plaćaju 13.150 kuna njihove pauze za pušenje. I dok od trošarina na duhan državni proračun u zdravstvo uplatili oko milijardu kuna, za liječenje pušača potroši se oko 2,5 milijarde kuna.

Kreću Škole nepušenja

Od lipnja će se provoditi Škole nepušenja diljem Hrvatske kao pomoć svima koji su odlučili postati i ostati 'bivše i bivši'. Na internetskim stranicama kampanje, www.bivsi.hr svi zainteresirani za pohađanje Škola nepušenja moći će se prijaviti u Školu nepušenja najbližu mjestu stanovanja.



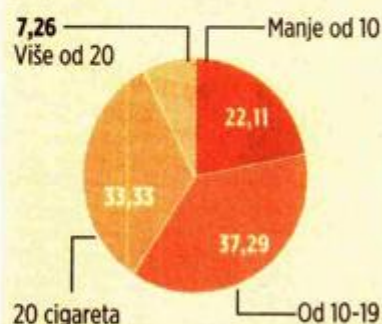
avno-zdravstvena kampanja za prestanak pušenja

Su zabavniji od bolji seksualni život



Koliko dnevno popužite cigareta?

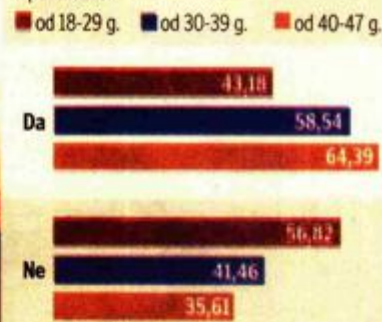
u %



Izvor: udruga Difrakcija

Jeste li ikada prestali pušiti?

u postocima



Izvor: udruga Difrakcija

će uključiti 'bivšega ili bivšu' u nagradnu igru koja će završiti 31. svibnja, na Svjetski dan nepušenja, kad će se tijekom završnog događaja na Trgu Petra Preradovića u Zagrebu izvlačiti dobitnici nagradne igre. Predviđene nagrade su tri vikend aranžmana (dva noćenja s doručkom za dvije osobe) u Novi Hotels & Spa Resort.

Kako prestati pušiti

Istraživanje je također pokazalo kako svega 2 posto ispitanika zna da je u populaciji tri puta više nepušača (u populaciji starijih od 18 godina nepušača je 75 posto). Čak 46 posto ispitanika misli da je pušača dva puta više od nepušača. Ukupno gledano, najveći broj ispitanika smatra da je dovoljno između dva do pet pokušaja da bi se prestalo pušiti (48 posto), a 15 posto ispitanika smatra da je potrebno 6 ili više pokušaja da

bi se prestalo pušiti. Među nepušačima je najveći broj onih koji nikad nisu pušili (68 posto od ukupnog broja trenutnih nepušača). Od bivših pušača, najviše je onih koji su prestali pušiti prije više od 6 mjeseci (29 posto), a najmanje je onih koji su prestali u posljednjih 6 mjeseci ili mjesec dana (3 posto). Istraživanje je pokazalo i porazne rezultate prema kojima čak više od 50 posto pušača nije nimalo ili je vrlo malo motiviran za prestanak pušenja, a ispitanici iz najmlađe skupine, od 18 do 29 godina, su najmanje motivirani za prestanak, svega njih 18 posto. 44 posto pušača ocjenjuje prestanak pušenja kao nikakav ili mali prioritet u životu, a rezultati su u skladu sa rezultatima pitanja o motivaciji prestanka pušenja - prosječna ocjena je gotovo jednaka, iako je na pitanju motivacije prestanka pušenja nešto više ispitanika dalo ocjene 1 i 2 (52%). ♦