

TIEDÄ JA TOIMI

Savuttomuustyö ammatillisessa koulutuksessa

Savuttomasta oppilaitoksesta työkyvyn ja terveyden avaimet

Oppilaitoksen savuttomuustyö kannattaa!

Oppilaitosten määrätietoinen savuttomuustyö näkyy positiivisina muutoksina erityisesti ammatillisessa koulutuksessa. Vuonna 2011 ammattiin opiskelevista 61 prosenttia ilmoitti tupakoinnin olevan oppilaitoksessaan kiellettyä, kun kaksi vuotta aiemmin osuus oli vain 18 prosenttia. Oppilaitoksen alueella tai sen läheisyydessä päivittäin tupakoivien nuorten osuus laski samassa ajassa 72 prosentista 46 prosenttiin. Myös henkilökunnan päivittäinen tupakointi oppilaitoksen alueella vähentyi. Määrätietoista työtä tarvitaan edelleen, sillä ammattiin opiskelevista yhä 39 prosenttia tupakoi päivittäin.

Savuttomuustyön osa-alueet oppimisympäristössä

Koulutuksen järjestäjä tukee opiskelijoiden ja henkilöstön tupakoimattomuutta seuraavilla tavoilla:

- **Ottamalla käyttöön kaikkia koskevat, selkeät säännöt ja ohjeet tupakoinnista:** järjestyssääntöihin lakisääteiset tupakointikiellot, rikkomusten seurausasteikon määrittäminen, toimintaohjeet henkilöstölle tupakoinnin puheeksi ottoon
- **Tiedottamalla oppilaitoksen savuttomuudesta monipuolisesti** mm. opiskelijoille, henkilöstölle, työelämäkumppaneille, naapurustoon
- **Valvomalla tupakointikieltojen noudattamista:** henkilöstön ohjeistaminen ja motivointi valvontaan, yhteistyö lähialueen toimijoiden kanssa
- **Edistämällä viihtyisyyttä ja tarjoamalla mielekkäitä tapoja taukojen viettämiseen:** ryhmäytymiseen ja ajanviettoon on löydettävää muita keinoja kuin tupakointi
- **Vaikuttamalla asenteisiin ja tietoihin:** tupakkatietoa terveystiedon, liikunnan ja ammattiaineiden opetuksessa nuoria puhuttelevalla tavalla, teemapäivät, kampanjat ja tietoisuuskampanjat, henkilöstön tupakkaosaamisen ja terveyskasvatustaitojen kehittäminen
- **Tarjoamalla tukea tupakoinnin lopettamiseen:** lopettamiskurssit, -ryhmät tai -kilpailut sekä yksilöohjaus opiskelijoille ja henkilöstölle.



Kuva: Skills Finland

Savuttomassa oppilaitoksessa:

- tupakointi on kielletty oppilaitoksen sisä- ja ulkotiloissa sekä asuntoloissa ulkoalueineen
- tupakointitiloja ja tuhakuppeja ei ole oppilaitoksen sisätiloissa eikä ulkoalueilla
- oppilaitoksen tilaisuudet ovat savuttomia
- ei myydä tupakkatuotteita tai tupakointivälineitä
- tuetaan tupakoimattomuutta eli ehkäistään tupakoinnin aloittamista ja tuetaan tupakoinnin lopettamista monenlaisin keinoin.

Savuton oppilaitos tarkoittaa paitsi opiskeluympäristön savuttomuutta myös **tupakoimattomuuden edistämistä**, johon kuuluu tupakoinnin aloittamisen ehkäisy ja tupakoinnin lopettamisen tukeminen.



Suunnittelu, osallisuus ja yhteistyö onnistumisen taustalla

Savuttomuus on positiivista toimintaa koko opiskeluyhteisön hyväksi, sen lähtökohta on terveyden sekä opiskelu- ja työkyvyn turvaaminen. Savuttomuustyö onnistuu, kun tupakoimattomuuden edistäminen perustuu tutkittuun tietoon ja hyviin käytäntöihin. Johdon ja esimiesten sitoutuminen ja tuki asetetuille tavoitteille on ensiarvoisen tärkeää.

Oppimisympäristössä kaikkien osaaminen saadaan käyttöön osallisuutta, yhteistyötä ja verkostoitumista edistämällä. Opiskelijoiden ja henkilöstön osallistuminen ja vaikuttamismahdollisuudet tekevät savuttomuudesta yhteisen asian eikä se näytkään pelkkänä ylhäältä alas tulevana käskynä.

Parhaat tulokset saavutetaan, kun savuttomuuden toteutus on suunnitelmallista ja pitkäjänteistä, sitä arvioidaan sekä tarvittaessa uudistetaan. Tavoitteiden on hyvä olla porrastettuja ja muutokselle pitää antaa aikaa. Oppilaitoksen savuttomuus muuttuu itsestäänselvyydeksi opiskelijakieron mukana – työ helpottuu, kun vanhimmatkin opiskelijat ovat aloittaneet savuttomassa oppilaitoksessa.

Säännöt ovat savuttomuuden perusta, mutta kieltojen ohella tarvitaan myös tukea. Tupakkatauoille tulee luoda houkuttelevia vaihtoehtoja. Viihtyisät taukotilat sekä ajanviettomahdollisuudet lisäävät myös tupakoimattomien hyvinvointia. Valtaosa tupakoijista on huolissaan terveydestään, haluaa lopettaa tupakoinnin ja yrittää sitä. Tupakasta syntyvä riippuvuus on kuitenkin voimakas ja harva lopettamista yrittävä onnistuu ilman apua.

Kunta savuttoman oppilaitoksen tukena

Kunnalle kuuluu nuorten tupakoimattomuuden edistämisessä

- lakisääteisten tupakointikieltojen valvonta erityisesti kouluissa ja oppilaitoksissa
- tupakkatuotteiden myynnin ja välittämisen estäminen alaikäisille
- matalan kynnyksen vieroituspalvelut tupakoiville nuorille
- esimerkin näyttäminen savuttomana työnantajana – tupakointi ei kuulu lasten ja nuorten parissa työskentelevien työaikaan
- työntekijöiden tiedotus ja koulutus tupakoinnin ehkäisystä sekä tupakasta vieroituksesta.

Kuntien on seurattava asukkaidensa terveyttä, hyvinvointia ja niihin vaikuttavia tekijöitä väestöryhmittäin sekä asetettava strategisessa suunnittelussaan tarpeisiin perustuvat terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen tavoitteet sekä niitä tukevat toimenpiteet. Tupakointi on yksi keskeinen terveyshaittojen ja sosioekonomisten terveys- ja kuolleisuuserojen aiheuttaja.

Määrätietoisilla toimilla terveyserot ovat ehkäistävissä. Tämä tarkoittaa resurssien ja tuen kohdentamista erityisesti tupakoinnin aloittamisen ehkäisyyn, mutta myös ammattiin opiskelevien tupakoimattomuuden, opiskelukyvyn ja muun hyvinvoinnin edistämiseen.



Kuva: Skills Finland



Lisää tietoa

<http://www.thl.fi/amis>

www.thl.fi/kouluterveyskysely

www.thl.fi/tupakka

www.valvira.fi -> tupakka

Mustonen N ja Ollila H. 2010.

Tupakatta työelämään – savuttomuusopas ammatilliseen koulutukseen.

THL

Yhteystiedot

niina.mustonen@thl.fi

