

BỘ Y TẾ  
VĂN PHÒNG CHƯƠNG TRÌNH PHÒNG CHỐNG TÁC HẠI THUỐC LÁ



# TÀI LIỆU TẬP HUẤN

## XÂY DỰNG TRƯỜNG HỌC KHÔNG KHÓI THUỐC LÁ

(Tài liệu dành cho cán bộ, giáo viên tham gia công tác xây dựng trường học không khói thuốc lá các trường Trung học phổ thông, Trường Đại học/ Cao đẳng/ Học viện)

VĂN PHÒNG CHƯƠNG TRÌNH PHÒNG CHỐNG TÁC HẠI THUỐC LÁ  
CỤC QUẢN LÝ KHÁM CHỮA BỆNH - BỘ Y TẾ  
138A Giảng Võ - Ba Đình - Hà Nội  
Điện thoại/ Fax: 04.6273 2032 - 6 273 3379  
Website: [www.vinacosh.gov.vn](http://www.vinacosh.gov.vn)

Năm 2013

**Chủ biên**

PGS. TS Lương Ngọc Khuê

**Biên soạn**

CN. Trịnh Thị Huệ

Ths. Phan Thị Hải

CN. Vũ Thị Kim Liên

CN. Nguyễn Thị Thu Hương

## LỜI NÓI ĐẦU

Hút thuốc lá là một trong những nguyên nhân của nhiều căn bệnh nguy hiểm tới sức khỏe con người như: ung thư phổi, nhồi máu cơ tim, xơ vữa động mạch và các bệnh về hô hấp. Ngoài các tác hại về sức khỏe, hút thuốc còn gây ra những tổn thất lớn về kinh tế cho mỗi gia đình và toàn xã hội. Riêng đối với ngành giáo dục thì ngoài những tác hại chung, thuốc lá còn ảnh hưởng xấu đến môi trường giáo dục và về lâu dài để lại hậu quả xấu cho các thế hệ tương lai. Chính vì vậy hoạt động phòng chống tác hại thuốc lá trong trường học sẽ góp phần bảo vệ sức khỏe cho cán bộ, giáo viên, học sinh góp phần nâng cao chất lượng dạy và học.

Ngày 21/8/2009 Thủ tướng chính phủ đã ban hành Quyết định số 1315/QĐ-TTg, về việc phê duyệt kế hoạch thực hiện Công ước Khung về Kiểm soát thuốc lá. Trong đó có quy định “Nghiêm cấm hút thuốc lá từ 01 tháng 01 năm 2010 ở lớp học, nhà trẻ, cơ sở y tế, thư viện, nhà hát...” Ngày 18 tháng 6 năm 2012, Luật phòng chống tác hại của thuốc lá (Luật PCTH thuốc lá) đã được Quốc hội thông qua, trong đó một lần nữa việc thực hiện môi trường không khói thuốc đã được quy định rõ ràng và mạnh mẽ. Luật PCTH thuốc lá có hiệu lực từ ngày 01 tháng 5 năm 2013.

Giai đoạn 2009-2012, được sự hỗ trợ của Tổ chức Atlantic Philanthropies, Chương trình Phòng chống tác hại thuốc lá - Bộ Y tế triển khai thí điểm xây dựng mô hình môi trường không khói thuốc lá tại 3 tỉnh Thái Nguyên, Đà Nẵng và Tiền Giang với các can thiệp được thực hiện trong 3 khối: Cơ quan hành chính, trường học và cơ sở y tế, trong đó có hoạt động tập huấn cho các cán bộ chủ chốt về PCTH thuốc lá tại các tỉnh/thành phố về các bước xây dựng môi trường không khói thuốc. Chương trình Phòng chống tác hại thuốc lá biên soạn tài liệu tập huấn xây dựng trường học không khói thuốc nhằm trang bị cho các cán bộ chủ chốt trong hoạt động PCTH thuốc lá của các trường học các phương pháp, kỹ năng trong tập huấn các bước xây dựng mô hình trường học không khói thuốc.

Chúng tôi xin chân thành cảm ơn Tổ chức Atlantic Philanthropies đã hỗ trợ cho việc xây dựng và in ấn cuốn tài liệu này. Xin cảm ơn các chuyên gia đã đóng góp nhiều ý kiến cho quá trình biên soạn chỉnh sửa được hiệu quả. Chúng tôi mong nhận được các ý kiến đóng góp của bạn đọc trong quá trình sử dụng tài liệu để giúp chúng tôi tiếp tục hoàn thiện tài liệu trong những lần tái bản sau.

Xin trân trọng cảm ơn!

**T/M Ban soạn thảo  
Chủ biên**

**PGS.TS Lương Ngọc Khuê**

# Mục lục

## PHẦN I MỘT SỐ LƯU Ý VỚI GIẢNG VIÊN

1. Mục đích của tài liệu	3
2. Nội dung giảng dạy	3
3. Nội dung hướng dẫn trong mỗi bài	3
4. Một số lưu ý với giảng viên	4
5. Chương trình tập huấn	5

## PHẦN II HƯỚNG DẪN GIẢNG DẠY

Bài 1. Chào hỏi và giới thiệu chương trình tập huấn	8
Bài 2. Sự cần thiết xây dựng môi trường trường học không khói thuốc lá.	11
Bài 3. Hướng dẫn các bước xây dựng trường học không khói thuốc	19
Bài 4. Giới thiệu các văn bản pháp luật về xây dựng môi trường không khói thuốc	29
Bài 5. Giới thiệu các tài liệu tư vấn hỗ trợ cai nghiện thuốc lá.	35

## PHẦN III PHỤ LỤC

41

## PHẦN I: MỘT SỐ LƯU Ý VỚI GIẢNG VIÊN

### 1. Mục đích của tài liệu:

Tài liệu được biên soạn nhằm cung cấp cho đội ngũ cán bộ, giáo viên giảng viên chủ chốt trong hoạt động xây dựng trường học không khói thuốc của các trường trung học phổ thông, đại học và cao đẳng trên địa bàn của các tỉnh dự án triển khai.

- Hướng dẫn chi tiết về chương trình tập huấn xây dựng trường học không khói thuốc.
- Các công cụ cần thiết giúp cho giảng viên thực hiện các bài giảng bao gồm: tài liệu trình bày trên lớp, tài liệu phát tay, bài tập
- Công cụ đánh giá trước và sau khoá học

### 2. Nội dung giảng dạy:

- Bài 1: Chào hỏi và giới thiệu chương trình tập huấn.
- Bài 2: Sự cần thiết xây dựng môi trường trường học không khói thuốc.
- Bài 3: Hướng dẫn thực hiện các bước xây dựng trường học không khói thuốc.
- Bài 4: Giới thiệu các văn bản pháp luật về xây dựng môi trường không khói thuốc
- Bài 5: Giới thiệu các tài liệu tư vấn hỗ trợ cai nghiện thuốc lá

### 3. Nội dung hướng dẫn trong mỗi bài:

- Thời gian: tổng thời gian ước tính để thực hiện bài giảng theo các phương pháp gợi ý trong tài liệu
- Mục tiêu bài học: các kiến thức, thái độ, kỹ năng mà học viên có thể thu được sau bài học
- Tổng quan bài học: tóm tắt các hoạt động chính, thời gian, phương pháp, tài liệu và phương tiện hỗ trợ  
Chuẩn bị: danh mục các tài liệu và phương tiện mà giảng viên cần chuẩn bị cho bài giảng
- Tiến trình thực hiện: hướng dẫn chi tiết việc triển khai từng hoạt



động đào tạo, bao gồm cách dẫn dắt, câu hỏi thảo luận, các nội dung chính, các điểm cần lưu ý và cách thức thực hiện hoạt động

- Hình chiếu (slide/Ao) là nội dung chính giảng viên sẽ trình bày trong bài giảng
- Tài liệu phát tay: là tài liệu tham khảo, bài tập được phôi để phát cho học viên
- Phiếu đánh giá đầu vào, đầu ra và đánh giá khoá học

#### 4. Một số lưu ý với giảng viên:

- Để giảng viên áp dụng hiệu quả phương pháp đào tạo tích cực thì số lượng học viên không nên quá đông (25-30 người); số lượng như vậy sẽ thuận lợi cho các hoạt động thảo luận nhóm và thực hành; cần bố trí ngồi theo nhóm hình chữ U hoặc V sẽ thích hợp với phương pháp học tích cực.

- Vai trò của học viên: chương trình tập huấn cần khuyến khích được vai trò chủ động tích cực tham gia của học viên trong quá trình học; học viên không chỉ tham gia vào phát biểu, trao đổi ý kiến trong thảo luận trên lớp, nhóm mà cần được khuyến khích tham gia vào các hoạt động khác như ôn bài, trực nhật, khởi động lớp học, vui chơi giải trí; nên yêu cầu lớp cử ra 1 người làm lớp trưởng; giảng viên cần trao đổi cụ thể vai trò nhiệm vụ của lớp trưởng trong khoá học

- Chuẩn bị tài liệu trình bày trên lớp: tùy vào điều kiện nơi tổ chức khoá tập huấn; giảng viên có thể sử dụng các cách khác nhau để chuẩn bị bài trình bày cho phù hợp (trên powerpoint, máy chiếu, giấy Ao); nội dung trình bày cần ngắn gọn, cụ thể, rõ ràng và bắt mắt. Giảng viên cần tham khảo 2 tài liệu: Cuốn hướng dẫn xây dựng trường Trung học phổ thông và Trường Đại học, Cao đẳng không khói thuốc cùng với Bộ tranh hỗ trợ đào tạo truyền thông khi chuẩn bị tài liệu trình bày, giảng dạy.

- Các hoạt động của bài giảng đưa ra trong tài liệu hoàn toàn chỉ mang tính gợi ý. Mỗi giảng viên, tùy vào khả năng, kinh nghiệm và trình độ học viên, văn hoá địa phương; thời gian thực hiện khoá đào tạo, sẽ quyết định cách thức thực hiện từng hoạt động

cũng như thời gian cho từng hoạt động một cách cụ thể.

- Chương trình đào tạo: gợi ý đưa ra là 3 ngày; tuy nhiên, tùy vào điều kiện thực tế về kinh phí, thời gian, trình độ của các tham học dự viên mà giảng viên có thể thảo luận với ban tổ chức để điều chỉnh thời gian cho thích hợp.

#### 5. Chương trình tập huấn: (gợi ý 3 ngày)

Thời gian tập huấn hàng ngày:

Sáng: 8h00 - 11h30;

Chiều: 13h30 - 16h30

##### Mục tiêu khóa học

Sau khi kết thúc khóa học, học viên có khả năng:

- Nắm được các thông tin cơ bản về tác hại của thuốc lá đối với sức khỏe, kinh tế và môi trường.
- Biết cách xây dựng kế hoạch và tổ chức thực hiện trường học không khói thuốc lá.

Sau khi kết thúc tập huấn, học viên xây dựng được:

- Dự thảo kế hoạch tổng hợp 6 bước xây dựng Trường học không khói thuốc.
- Dự thảo nhiệm vụ của Ban chỉ đạo.
- Dự thảo nội quy phòng chống tác hại thuốc lá của Trường học
- Dự thảo nội dung khảo sát trước can thiệp.

Thời gian	Nội dung
<b>Ngày 1</b>	
8.00-9.00	<b>Bài 1: Giới thiệu chương trình phương pháp làm việc</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Khai mạc</li><li>- Làm quen và mong đợi</li><li>- Mục tiêu, chương trình và phương pháp tập huấn</li><li>- Xây dựng nội quy lớp học</li><li>- Đánh giá đầu vào</li></ul>



9.00-10.00	<p><b>Bài 2: Lý do cần thiết xây dựng trường học không khói thuốc.</b></p> <p>-Tác hại của hút thuốc và hút thuốc thụ động. -Thực trạng hút thuốc và hút thuốc thụ động ở Việt Nam. Thực trạng hút thuốc và hút thuốc thụ động trong học sinh/sinh viên</p>
10.00-10.15	<b>Giải lao</b>
10.15-11.30	<p>-Tiêu chí của một trường học không khói thuốc. -Lợi ích của việc xây dựng trường học không khói thuốc. -Nguyên tắc chung xây dựng trường học không khói thuốc.</p>
<b>Nghỉ trưa</b>	
13.30- 13.45	<b>Khởi động</b>
13.45-14.45	<p><b>Bài 3: Hướng dẫn các bước xây dựng trường học không khói thuốc lá</b></p> <p><i>Bước 1: Thành lập ban chỉ đạo về Phòng chống tác hại thuốc lá trong trường học.</i></p>
14.45-15.00	<b>Giải lao</b>
15.00-16.30	<p><i>Bước 2: Điều tra thực trạng hút thuốc và hoạt động phòng chống tác hại thuốc lá trong trường học trước khi triển khai hoạt động</i></p> <p>- Lý thuyết: hướng dẫn thực hiện khảo sát trước can thiệp. - Thực hành xây dựng mẫu phiếu khảo sát thực trạng hút thuốc tại trường học.</p>
<b>Ngày 2</b>	
08.00-8.30	<b>Khởi động và ôn bài ngày 1</b>
08.30-10.00	<p><i>Bước 3 : Xây dựng nội quy và kế hoạch thực hiện trường học không khói thuốc</i></p> <p>- Lý thuyết: hướng dẫn xây dựng nội quy và kế hoạch thực hiện trường học không khói thuốc. - Thực hành xây dựng nội quy, kế hoạch thực hiện trường học không khói thuốc.</p>

10.00-10.15	<b>Giải lao</b>
10.15-10.45	<i>(tiếp: Thực hành xây dựng nội quy, kế hoạch thực hiện trường học không khói thuốc)</i>
10.45-11.30	<p><i>Bước 4 : Phổ biến nội quy cấm hút thuốc trong trường học</i></p> <p>- Lý thuyết: Các biện pháp hiệu quả phổ biến nội quy</p>
<b>Nghỉ trưa</b>	
13.30-13.45	<b>Khởi động</b>
13.45-15.00	<p><i>Bước 5: Triển khai các hoạt động theo kế hoạch</i></p> <p>- Lý thuyết: Hướng dẫn triển khai các hoạt động xây dựng trường học không khói thuốc</p>
15.00-15.15	<b>Giải lao</b>
15.15-16.00	<i>(tiếp nội dung bước 5)</i>
16.00-16.30	<p><i>Bước 6 : Theo dõi giám sát &amp; đánh giá hoạt động PCTH thuốc lá trong trường học.</i></p> <p>- Lý thuyết: Các nội dung giám sát</p>
<b>Ngày 3</b>	
8.00-8.30	<b>Khởi động và ôn bài ngày 2</b>
8.30-9.30	<b>Bài 4: Giới thiệu các văn bản pháp luật về xây dựng môi trường không khói thuốc.</b>
9.30-10.00	<b>Bài 5: Giới thiệu các tài liệu tư vấn hỗ trợ cai nghiện thuốc lá</b>
10.00-10.15	<b>Giải lao</b>
10.15-11.45	<b>Bài 5 ( tiếp)</b>
11.45-12.00	<b>Đánh giá cuối khóa học</b>
12.00	<b>Tổng kết/bế mạc khóa tập huấn</b>

## PHẦN II: HƯỚNG DẪN GIẢNG DẠY

### Bài 1:

#### Chào hỏi và giới thiệu chương trình tập huấn

##### 1. Thời gian: 60 phút

##### 2. Mục tiêu: sau phần này, các học viên có thể:

- Biết được các thông tin cơ bản và mong đợi với khoá học của các thành viên trong lớp
- Xác định được mục tiêu của khoá học
- Tham gia tập huấn trong không khí cởi mở và thân thiện
- Thống nhất nội quy của lớp học, vai trò, trách nhiệm của học viên
- Đánh giá đầu vào

##### 3. Tổng quan bài học:

Hoạt động	Phương pháp	Thời gian (phút)	TL và phương tiện
<b>Hoạt động 1:</b> Khai mạc	Thuyết trình	10	Các bài phát biểu của đại diện cơ quan tổ chức, nhà tài trợ, giảng viên
<b>Hoạt động 2:</b> Làm quen và mong đợi	Trò chơi "tìm bạn"	20	Bảng, Ao, băng dính, hình vẽ các con vật, bìa mẫu hình lá
<b>Hoạt động 3:</b> Mục tiêu chương trình tập huấn	Thuyết trình và chiếu slied	5	Slied/Ao-01 và tờ PT chương trình học
<b>Hoạt động 4:</b> Phương pháp đào tạo, nhiệm vụ của học viên, giảng viên.	Động não	10	Ao, bìa mẫu, băng dính.

<b>Hoạt động 5:</b> Xây dựng nội quy và bầu lớp trưởng	Hỏi/đáp	5	Ao, bìa mẫu, băng dính
<b>Hoạt động 6:</b> Đánh giá đầu vào	Điền phiếu	15	Phiếu đánh giá đầu vào
<b>Tổng thời lượng</b>		60	

##### 4. Chuẩn bị vật dụng dạy và học

- Giảng viên trao đổi và thống nhất với cơ quan chủ quản đơn vị tổ chức về việc mời người phát biểu khai mạc lớp tập huấn.
- Tranh thẻ hình cho trò chơi "Tìm bạn": Số lượng thẻ bằng  $\frac{1}{2}$  số học viên. Có thể sử dụng các thẻ hình con vật hoặc hình hoa lá, phong cảnh, quân bài tứ lơ khơ... Giảng viên cắt đôi mỗi hình và trao trước khi phát cho học viên.
- Giấy Ao, thẻ bìa mẫu, băng dính, kéo, bút viết bảng, bút bi
- Hình chiếu trên powerpoint hoặc viết trên giấy A0 về mục tiêu khóa học
- Phiếu đánh giá đầu vào, mục tiêu, chương trình khoá học: photo đủ cho mỗi học viên 1 bản.

##### 5. Tiến trình thực hiện

###### Hoạt động 1: Phát biểu khai mạc (10 phút)

- Mời đại diện của cơ quan tổ chức hoặc cơ quan tài trợ chương trình phát biểu khai mạc lớp tập huấn. Nội dung phát biểu cần tập trung vào mục đích của việc xây dựng trường học không khói thuốc, mục tiêu cụ thể và kết quả đầu ra của lớp tập huấn.

###### Hoạt động 2: Tìm hiểu, làm quen và lắng nghe mong đợi khi tham gia tập huấn (20 phút)

- Phát cho mỗi học viên  $\frac{1}{2}$  tấm thẻ hình đã được chuẩn bị trước và một giấy mẫu hình chiếc lá, yêu cầu các học viên đi "tìm bạn" của họ (là người có  $\frac{1}{2}$  hình còn lại). Đối với các tranh hình con vật, để trò chơi "tìm bạn" sôi động, giảng viên yêu cầu học viên không nói mà chỉ bắt chước âm thanh hoặc hành động của con vật khi đi tìm bạn của mình.
- Khi học viên tìm được bạn của mình, mỗi cặp sẽ có 2 phút để



trao đổi với nhau các thông tin: tên, đơn vị công tác/học tập; sở thích, tình trạng hôn nhân; thái độ hành vi liên quan đến việc xây dựng môi trường không khói thuốc...cũng như các mong đợi khi tham gia khoá tập huấn (mỗi học viên viết các mong đợi vào 1 tấm bìa hình lá cây riêng).

- Sau 2 phút các học viên quay lại lớp và giới thiệu về người bạn của mình trong khoá học.
- Giảng viên dán các hình lá cây cạnh nhau trên giấy A0 để trở thành một bông hoa (mỗi lá là 1 cánh hoa và nhụy hoa là chữ mong đợi màu vàng)
- Kết thúc hoạt động, giảng viên cảm ơn mọi người đã tích cực tham gia, chúc mừng các thành viên trong lớp đã hiểu thêm về nhau và hy vọng mọi người vui vẻ giúp nhau trong quá trình tập huấn.

### Hoạt động 3: Mục tiêu và chương trình tập huấn (5 phút)

- Phát tờ mục tiêu và chương trình tập huấn cho từng học viên.
- Chiếu slied/Ao - Mục tiêu của khoá tập huấn: Giảng viên đọc to từng mục tiêu và giải thích cụ thể các nội dung. Khi trình bày cần đối chiếu mục tiêu với các mong đợi mà học viên đã nêu ở hoạt động trước.
- Hỏi học viên xem có ai muốn hỏi gì về mục tiêu nữa không? nếu có giảng viên cần làm rõ để học viên hiểu rằng các mong đợi của họ đã được khái quát và tổng hợp. Nói với học viên trong 3 ngày chúng ta sẽ giải quyết những điều mong đợi đó.
- Giới thiệu chương trình học: yêu cầu học viên nhìn vào tờ chương trình phát tay và giới thiệu chương trình học từng ngày.

### Hoạt động 4: Khái quát phương pháp học tập và nhiệm vụ của học viên (10 phút)

- Yêu cầu học viên “động não” và cho ý kiến các phương pháp học tập tích cực đã biết và nêu nhiệm vụ của học viên để học tập được hiệu quả cần phải làm gì? Giảng viên có thể gợi ý một vài phương pháp học tập tích cực như thảo luận nhóm, đóng vai, hăng hái phát biểu, tập trung thảo luận... để học viên suy nghĩ và cho ý kiến.
- Giảng viên tóm tắt các ý phát biểu chính của học viên vào

giấy A0, trình bày thành 2 phần: một phần liệt kê các phương pháp học tập tích cực; một phần liệt kê nhiệm vụ của học viên cần thực hiện và dán tờ A0 lên tường trong suốt quá trình học.

- Chia nhóm học tập: yêu cầu học viên đếm từ 1 đến 3 để chia nhóm. Những học viên có cùng một số sẽ vào 1 nhóm. Có thể chia làm 3 hay 4 nhóm tùy theo số lượng học viên (nhóm có thể thay đổi theo từng ngày hoặc hoạt động đào tạo).

### Hoạt động 5: xây dựng nội quy lớp tập huấn: (5 phút)

- Thống nhất với học viên các quy định của lớp học về giờ học, giờ nghỉ, sử dụng điện thoại, máy tính cá nhân, cử lớp trưởng, các ý kiến khác về dạy và học... Ghi vào giấy A0 và dán trên tường cho đến khi kết thúc khoá học.

### Hoạt động 6: Đánh giá đầu vào ( 15 phút)

- Giảng viên phát cho học viên phiếu đánh giá ban đầu để mỗi học viên tự điền phiếu trong 20 phút. Lưu ý với học viên: các bạn hiểu đến đâu thì điền hoặc ghi vào phiếu đến đó dừng ngay là bị đánh giá trình độ....

## 6. Hình chiếu slide/Ao:

### Mục tiêu khoá học

*Mục tiêu 1: Nắm được thông tin cơ bản về tình hình sử dụng; tác hại của hút thuốc và hút thuốc thụ động.*

*Mục tiêu 2: Xác định được lợi ích và các tiêu chí của trường học không khói thuốc.*

*Mục tiêu 3: Biết cách tổ chức, thực hiện từng bước để xây dựng trường học không khói thuốc.*

### Bài 2:

## Sự cần thiết xây dựng trường học không khói thuốc

### 1. Thời gian: 130 phút

### 2. Mục tiêu bài học: Sau bài học này, học viên có thể:

Mục tiêu 1: Nắm được thông tin cơ bản về thực trạng sử dụng, tác hại của hút thuốc và hút thuốc thụ động.



Mục tiêu 2: Xác định được các tiêu chí của trường học không khói thuốc.  
Mục tiêu 3: Hiểu được lợi ích của việc xây dựng trường học không khói thuốc.

### 3. Tổng quan bài học

Hoạt động	Phương pháp	Thời gian (phút)	Tài Liệu và phương tiện
<b>Hoạt động 1:</b> Giới thiệu tên và mục tiêu bài	Thuyết trình, hỏi/đáp	5	Slide/Ao
<b>Hoạt động 2:</b> Khái niệm hút thuốc lá thụ động	Xây dựng khái niệm theo phương pháp bó thắp	15	Giấy Ao, bìa mẫu, băng dính
<b>Hoạt động 3:</b> - Thực trạng hút thuốc lá và hút thuốc lá thụ động ở Việt Nam. - Tác hại của hút thuốc và hút thuốc thụ động đối với sức khỏe, kinh tế và môi trường.	Thảo luận nhóm, trình bày/chia sẻ	35	Ao, thẻ bìa mẫu, băng dính Slide/Ao Tranh tác hại thuốc lá - khói thuốc Slide/Ao
<b>Hoạt động 4:</b> Xác định các lợi ích của trường học không khói thuốc.	Thảo luận nhóm/trình bày,	35	Slide/Ao, thẻ bìa mẫu, băng dính
<b>Hoạt động 5:</b> Xác định tiêu chí của trường học không khói thuốc.	Thảo luận nhóm, trình bày	20	Slide/Ao, thẻ bìa mẫu, băng dính
<b>Hoạt động 6:</b> Củng cố bài học và rà soát lại mục tiêu bài.	hỏi - đáp	20	Slide/Ao - 02: mục tiêu bài
<b>Tổng thời lượng</b>		130	

### 4. Chuẩn bị vật dụng dạy và học

- Giấy Ao, thẻ bìa mẫu, băng dính, kéo, bút viết bảng, bút bi...
- Thẻ nhắc các hoạt động bài giảng - các ý chính cần chia sẻ trong từng hoạt động được giảng viên chuẩn bị sẵn trên thẻ bìa mẫu
- Bộ tranh truyền thông về tác hại thuốc lá dùng trong trường học.
- Hình chiếu slide/Ao:
  - Tên và mục tiêu bài 1
  - Khái niệm hút thuốc thụ động
  - Thực trạng hút thuốc và hút thuốc thụ động tại Việt Nam
  - Tác hại của hút thuốc và hút thuốc thụ động
  - Lợi ích của trường học không khói thuốc lá.
  - Tiêu chí của trường học không khói thuốc lá.
  - Các nguyên tắc trong việc thực hiện môi trường không khói thuốc.

### 5. Tiến trình thực hiện

#### Hoạt động 1: giới thiệu tên và mục tiêu bài (5 phút)

- Chiếu slide/Ao - tên bài và mục tiêu. Giảng viên đọc từng mục tiêu và giải thích cụ thể nội dung; nói với học viên sau 135 phút chúng ta cần hoàn thành 3 mục tiêu nêu trên.
- Hỏi học viên xem có ai muốn hỏi gì thêm về mục tiêu không, nếu không, giảng viên bắt đầu phần nội dung chính.

#### Hoạt động 2: Khái niệm hút thuốc lá thụ động (15 phút)

- Giảng viên nêu câu hỏi: "theo các bạn, thế nào là hút thuốc lá thụ động? Yêu cầu học viên: cứ 2 người ngồi cạnh nhau thảo luận đưa ra 1 khái niệm và viết trên 1 thẻ bìa mẫu; rồi 2 cặp (4 người) -> 4 cặp (8 người)... và cuối cùng thống nhất 3 nhóm để cả lớp có 1 khái niệm chung nhất.
- Giảng viên yêu cầu đại diện của từng nhóm lên viết kết quả thảo luận của nhóm lên bảng và lần lượt trình bày cho cả lớp nghe.
- Giảng viên lấy bút đỏ gạch chân các ý, nội dung đúng của từng nhóm và tổng hợp, giải thích để tất cả các học viên hiểu được: "hút thuốc lá thụ động là việc người không hút thuốc nhưng hít phải khói thuốc của người khác phả ra hoặc khói thuốc tỏa ra từ đầu điều thuốc đang cháy".
- Giảng viên hỏi học viên xem ai còn có ý kiến bình luận hoặc bổ sung gì thêm về khái niệm hút thuốc thụ động không trước khi chuyển sang nội dung khác.

#### Hoạt động 3: Thực trạng hút thuốc ở Việt Nam; tác hại của hút thuốc và hút thuốc thụ động (40 phút)



- Làm việc theo nhóm (15 phút): thảo luận về tác hại của hút thuốc và hút thuốc thụ động. Học viên viết kết quả trên giấy A0 theo làm 2 cột, một cột về tác hại của hút thuốc chủ động, một cột về tác hại của hút thuốc thụ động.

- Trình bày kết quả thảo luận nhóm: (15 phút)

- Mời ý kiến bổ sung, góp ý của học viên sau mỗi phần trình bày của từng nhóm.

- Giảng viên gạch chân các nội dung đúng mà các nhóm đã liệt kê, tóm tắt các ý chính của kết quả thảo luận.

- Chiếu Slide thực trạng hút thuốc và hút thuốc thụ động, tác hại của hút thuốc và hút thuốc thụ động đến sức khỏe, kinh tế và môi trường.

- Có thể chiếu thêm các video/clip hoặc phim ngắn về tác hại của thuốc lá.

#### **Hoạt động 4: Xác định lợi ích của việc xây dựng trường học không khói thuốc (35 phút)**

- Làm việc theo nhóm: (15 phút) thảo luận về lợi ích của trường học không khói thuốc. Câu hỏi gợi ý: "hãy liệt kê các lợi ích của việc xây dựng trường học không khói thuốc". Giảng viên yêu cầu các nhóm viết mỗi một lợi ích ra 1 tấm thẻ bìa mẫu khác nhau. Đại diện từng nhóm dán kết quả trên bảng theo khu vực của từng nhóm.

- Giảng viên yêu cầu tất cả học viên nhìn trên kết quả làm việc của nhóm và nhóm các tấm thẻ có nội dung giống nhau vào 1 chỗ trên khu vực tổng hợp chung của lớp.

- Chiếu Slide/Ao- lợi ích của trường học không khói thuốc: đối chiếu kết quả thảo luận với nội dung trên slide và kết luận về các lợi ích của trường học không khói thuốc.

#### **Hoạt động 5: Xây dựng tiêu chí của trường học không khói thuốc (20 phút)**

- Thảo luận chung về các tiêu chí của một trường học không khói thuốc. Giảng viên nêu câu hỏi thảo luận: "Thế nào là trường học không khói thuốc"? hay "trường học không khói thuốc cần đáp ứng những yêu cầu gì?"

- Giảng viên tổng hợp các ý kiến thảo luận.

- Chiếu slide/Ao: Tiêu chí của trường học không khói thuốc. Giảng viên đối chiếu, phân tích từng tiêu chí trong slide với kết quả thảo luận của học viên để bổ sung và thống nhất.

#### **Hoạt động 6: Củng cố bài học (20 phút)**

- Giảng viên mời 1,2 học viên tóm tắt lại các nội dung chính đã học

được sau khi kết thúc bài học và đối chiếu với mục tiêu ban đầu, xem còn vấn đề gì cần phải làm sáng tỏ thêm.

- Nếu có ý kiến thắc mắc, trái chiều... giảng viên cần giải thích lại để mọi người cùng thống nhất.

## **6. Hình chiếu slide/Ao - bài 2:**

### **Mục tiêu bài học:**

- Nắm được thông tin cơ bản về tác hại của hút thuốc và hút thuốc thụ động; tình hình sử dụng thuốc lá ở Việt nam.
- Xác định được các tiêu chí của trường học không khói thuốc.
- Hiểu được lợi ích của việc xây dựng môi trường không khói thuốc.

### **Khái niệm hút thuốc thụ động**

- Hút thuốc lá thụ động là hít phải (hay còn gọi là phơi nhiễm) khói thuốc tỏa ra từ đầu điều thuốc đang cháy hoặc khói thuốc do người hút thuốc phả ra.

### **Thực trạng hút thuốc và hút thuốc thụ động tại Việt Nam**

- **Thực trạng hút thuốc:** Việt Nam là 1 trong 15 nước có số người hút thuốc lá cao nhất trên thế giới: 47,7% ở nam giới trưởng thành (từ 15 tuổi trở lên). Trong giới trẻ độ tuổi 15 - 24, tỷ lệ hút thuốc tương ứng nam là 26,1% và nữ là 0,3%. (nguồn: *Điều tra toàn cầu thực trạng hút thuốc lá ở người trưởng thành - GATS 2010*)
- Trong nhóm học sinh ở độ tuổi 13 đến 15, thì tỷ lệ hút thuốc ở nam học sinh là 6,5% và nữ học sinh là 1,2% (*Điều tra toàn cầu về hút thuốc trong học sinh 13-15 tuổi - GYTS 2007*),
- Trong sinh viên y khoa năm thứ 3, có 20,7% sinh viên nam và 2,7% sinh viên nữ hút thuốc (*Điều tra toàn cầu về hút thuốc trong sinh viên y khoa, 2003*).

### **Thực trạng hút thuốc thụ động:**

- Theo kết quả điều tra hút thuốc trong học sinh 13-15 tuổi tiến



hành năm 2007 thì có tới gần 60% học sinh nhóm tuổi này thường xuyên bị hút thuốc thụ động tại nhà và trên 70% bị hút thuốc thụ động tại nơi công cộng

- Việt Nam hiện có 33 triệu người không hút thuốc thường xuyên hít phải khói thuốc tại nhà và hơn 5 triệu người trưởng thành không hút thuốc thường xuyên hít phải khói thuốc tại nơi làm việc. (nguồn: *Điều tra toàn cầu thực trạng hút thuốc lá ở người trưởng thành - GATS 2010*)

- Khói thuốc lá chứa hơn 7.000 loại hoá chất, trong đó có 70 chất gây ung thư. Cơ quan bảo vệ môi trường Mỹ đã xếp khói thuốc lá vào nhóm A trong bảng danh sách các chất gây ung thư.

- Hút thuốc là nguyên nhân gây ra hơn 25 căn bệnh trong đó có các bệnh hiểm nghèo như: ung thư, tim mạch (xơ vữa động mạch, bệnh mạch vành, đột quỵ, nhồi máu cơ tim...). Theo tài liệu của WHO, hút thuốc là nguyên nhân của 90% các ca ung thư phổi, 75% các ca bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính, 25% ca bệnh tim thiếu máu cục bộ.

- Người hút thuốc có tỷ lệ ung thư miệng cao gấp 27 và ung thư thanh quản cao gấp 12 lần người không hút thuốc (WHO)

- Nam giới hút thuốc hoặc tiếp xúc thường xuyên với khói thuốc làm giảm lượng tinh trùng, gây dị dạng tinh trùng, giảm lượng máu đến dương vật gây liệt dương.

- Thuốc lá còn gây ô nhiễm môi trường, gây ra những thiệt hại về kinh tế, tăng nguy cơ đói nghèo ở các hộ gia đình nghèo sử dụng thuốc lá.

#### **Tác hại của hút thuốc thụ động:**

- Người không hút nhưng hít phải khói thuốc cũng bị mắc các bệnh giống như người hút thuốc: ung thư phổi, các bệnh đường hô hấp và tăng nguy cơ mắc bệnh tim mạch.

- Phụ nữ mang thai hút thuốc hoặc phơi nhiễm bởi khói thuốc lá thụ động có thể bị xảy thai, thai chết lưu, thai chậm phát triển.

- Khói thuốc gây ra hội chứng đột tử ở trẻ sơ sinh và các bệnh đường hô hấp, viêm tai giữa, hen, chậm phát triển các chức năng phổi của trẻ nhỏ.

#### **Thuốc lá gây ô nhiễm môi trường, gây ra những thiệt hại về kinh tế, tăng nguy cơ đói nghèo ở các hộ gia đình nghèo sử dụng thuốc lá.**

- Tổng số tiền người dân Việt Nam chi cho thuốc lá năm 2002 là 10.400 tỉ; năm 2007: 14.000 tỉ.đồng

- Tại Việt Nam: theo một nghiên cứu năm 2007 của trường Đại học Y Hà Nội, ước tính chi phí khám, chữa 3 trong số 25 căn bệnh do sử dụng thuốc lá gây ra (ung thư phổi, viêm phổi tắc nghẽn mãn tính và nhồi máu cơ tim) là hơn 2.304 tỷ đồng một năm.

- Các hộ nghèo tại Việt Nam phải tiêu tốn khoảng 5% thu nhập của gia đình vào thuốc lá. Ở những hộ này, khoản tiền mua thuốc lá thậm chí cao hơn khoản tiền chi cho y tế hay cho giáo dục. Nếu người hút thuốc nghèo bỏ thuốc, họ sẽ có nhiều tiền hơn để mua thức ăn hoặc để trả tiền học cho con cái của mình (Nguồn: *Nguyễn T Lâm, Chapman S, Taylor R. Ảnh hưởng kinh tế của việc chi tiêu cho hút thuốc đối với hộ gia đình nghèo ở Việt Nam*)

#### **Lợi ích của việc xây dựng trường học không khói thuốc:**

- Môi trường trường học không khói thuốc giúp học sinh, cán bộ, giáo viên đảm bảo quyền được hít thở bầu không khí trong lành, giảm nguy cơ mắc các bệnh liên quan đến khói thuốc lá.

- Là một biện pháp hữu hiệu trong việc ngăn chặn hành vi thử hút thuốc lá và giảm tỷ lệ thanh thiếu niên bắt đầu hút thuốc.

- Hỗ trợ tích cực những người hút thuốc trong việc giảm số lượng điếu hút và tăng thêm quyết tâm bỏ thuốc.

- Xây dựng nếp sống văn minh, lịch sự trong trường học; giúp cải thiện và nâng cao sức khoẻ học đường, giảm tỷ lệ học sinh, cán bộ giáo viên phải nghỉ học, nghỉ dạy vì các bệnh liên quan đến khói thuốc.

- Giúp các hộ gia đình giảm chi phí y tế cho con em liên quan đến thuốc lá, tăng đầu tư cho học tập và đời sống hàng ngày.

- Hạn chế được các nguy cơ cháy nổ từ tàn thuốc, diêm, bật lửa...

- Giảm chi phí cho việc làm vệ sinh môi trường, phòng học..

#### **Tiêu chí của trường học không khói thuốc**

##### **Đối với trường trung học phổ thông:**

- Có niêm yết quy định cấm hút thuốc lá tại nơi có nhiều người qua lại.



- Có treo biển báo cấm hút thuốc lá trong phòng học, phòng làm việc, phòng khách, hội trường, hành lang, lối đi...
- Có kế hoạch hoạt động phòng chống tác hại thuốc lá
- Có tổ chức triển khai các hoạt động phòng chống tác hại thuốc lá
- Không có hiện tượng mua bán, quảng cáo các sản phẩm thuốc lá trong trường.
- Không có các vật dụng liên quan đến việc hút thuốc như gạt tàn, bật lửa trong phòng học, phòng làm việc,...
- Không nhận sự hỗ trợ hoặc tài trợ của các công ty thuốc lá hay các tổ chức liên quan đến công ty thuốc lá dưới bất kỳ hình thức nào.
- Đưa tiêu chí không hút thuốc lá vào tiêu chí thi đua của cán bộ giáo viên và bình xét hạnh kiểm của học sinh
- Không có hiện tượng cán bộ giáo viên/học sinh (kể cả khách đến làm việc) hút thuốc ở bất kỳ 1 địa điểm nào trong khuôn viên trường học.

#### **Đối với trường Đại học/Cao đẳng/Học viện:**

- Có niêm yết quy định cấm hút thuốc lá. Quy định cấm hút thuốc cần được treo hoặc đặt ở những vị trí dễ quan sát và tại nơi có nhiều người qua lại.
- Có treo biển báo cấm hút thuốc lá trong phòng học, phòng làm việc, phòng ăn, hành lang, cầu thang và các khu vực khác trong trường có quy định cấm hút thuốc lá. Biển báo cấm hút thuốc cần rõ ràng, được treo hoặc đặt ở những vị trí dễ quan sát.
- Có kế hoạch hoạt động phòng chống tác hại thuốc lá.
- Có tổ chức triển khai các hoạt động phòng chống tác hại thuốc lá
- Không có hiện tượng mua bán, quảng cáo các sản phẩm thuốc lá trong trường học.
- Không có các vật dụng liên quan đến việc hút thuốc như gạt tàn, bật lửa trong phòng học, phòng làm việc,...
- Không nhận sự hỗ trợ hoặc tài trợ của các công ty thuốc lá hay các tổ chức liên quan đến công ty thuốc lá dưới bất kỳ hình thức nào.
- Đưa tiêu chí không hút thuốc lá vào tiêu chí thi đua của cán bộ giáo viên và sinh viên
- Không có hiện tượng cán bộ giáo viên/học sinh (kể cả khách đến làm việc) hút thuốc tại các khu vực trong nhà của trường học. (Theo quy định của Luật Phòng chống tác hại của thuốc lá, Trong nhà là nơi có mái che và có một hay nhiều bức tường chắn hoặc vách ngăn xung quanh)

### **Bài 3:**

#### **Hướng dẫn xây dựng trường học không khói thuốc**

**1. Thời gian:** 510 phút

**2. Mục tiêu bài học:** Sau bài học này, học viên có thể:

Mục tiêu 1: Dự thảo nhiệm vụ của ban chỉ đạo.

Mục tiêu 2: Xây dựng mẫu phiếu khảo sát và tổ chức triển khai khảo sát trước khi tiến hành hoạt động phòng chống tác hại thuốc lá tại trường học.

Mục tiêu 3: Xây dựng dự thảo kế hoạch hoạt động xây dựng trường học không khói thuốc.

Mục tiêu 4: Hiểu và áp dụng được 6 bước xây dựng trường học không khói thuốc

#### **3. Tổng quan bài học**

<b>Hoạt động</b>	<b>Phương pháp</b>	<b>Thời gian (phút)</b>	<b>Tài Liệu và phương tiện</b>
<b>Hoạt động 1:</b> Giới thiệu tên và mục tiêu bài	Thuyết trình, hỏi/đáp	5	Slide/Ao
<b>Hoạt động 2:</b> Hướng dẫn xây dựng trường học không khói thuốc:			
<b>Bước 1:</b> Thành lập ban chỉ đạo	Thảo luận nhóm, trình bày	60	Ao, thẻ bìa mẫu, băng dính Slide/A0
<b>Bước 2:</b> Khảo sát thực trạng trước khi xây dựng trường học không khói thuốc	Thảo luận nhóm, trình bày	80	Phiếu điều tra; Ao, thẻ bìa mẫu, băng dính Slide/Ao
<b>Bước 3:</b> Xây dựng nội quy và kế hoạch thực hiện	Thảo luận nhóm/ trình bày	120	Ao, thẻ bìa mẫu, băng dính Slide/Ao



<b>Bước 4:</b> Phổ biến nội quy, quy định	Thảo luận nhóm/ trình bày	50	Ao, thẻ bìa mẫu, băng dính Slide/Ao
<b>Bước 5:</b> Triển khai các hoạt động hỗ trợ xây dựng trường học không khói thuốc.	Động não, hỏi đáp - trình bày	145	Ao, thẻ bìa mẫu, băng dính Slide/Ao
<b>Bước 6:</b> Giám sát đánh giá kết quả thực hiện.	Thuyết trình Hỏi - đáp	30	Ao, thẻ bìa mẫu, băng dính Slide/Ao
<b>Hoạt Động 3:</b> Củng cố bài học	Hỏi đáp	10	
<b>Tổng thời lượng</b>		510	

#### 4. Chuẩn bị vật dụng dạy và học

- Giấy Ao, thẻ bìa mẫu, băng dính, kéo, bút viết bảng, bút bi...
- Thẻ nhắc các hoạt động bài giảng – các ý chính cần chia sẻ trong từng hoạt động được giảng viên chuẩn bị sẵn trên thẻ bìa mẫu
- Bộ tranh truyền thông dùng trong trường học và tờ phát tay bài 2
- Hình chiếu slide/Ao:
  - Tên bài và mục tiêu
  - Bước 1: Thành lập Ban chỉ đạo:
  - Bước 2: Khảo sát thực trạng trước khi xây dựng kế hoạch và triển khai hoạt động.
  - Bước 3: Xây dựng nội quy và kế hoạch thực hiện.
  - Bước 4: Phổ biến nội quy
  - Bước 5: Triển khai các hoạt động hỗ trợ
  - Bước 6: Giám sát, đánh giá.

#### 5. Tiến trình thực hiện

##### Hoạt động 1: giới thiệu tên và mục tiêu bài 2 (5 phút)

- Chiếu slide/Ao - mục tiêu bài: Giảng viên đọc từng mục tiêu và giải thích cụ thể nội dung và nói với học viên sau 440' chúng ta cần hoàn thành 4 mục tiêu nêu trên

- Hỏi học viên xem có ai muốn hỏi gì thêm về mục tiêu không? Nếu không, chúng ta sẽ đi vào bài học.

#### Hoạt động 2: Hướng dẫn các bước xây dựng trường học không khói thuốc

##### Bước 1: Thành lập Ban chỉ đạo - (60 phút)

- Làm việc theo nhóm: (15 phút) thảo luận về thành phần tham gia Ban chỉ đạo. "Ban chỉ đạo xây dựng trường học không khói thuốc cần có những thành phần nào? Vì sao cần có những thành phần này". Học viên suy nghĩ trong 5 phút và liệt kê thành phần Ban chỉ đạo lên 1 tấm thẻ bìa mẫu để sẵn trên mặt bàn.
- Đại diện các nhóm dán các tấm thẻ theo khu vực của nhóm trên bảng.
- Giảng viên tập hợp các tấm thẻ có nội dung giống nhau, dán vào 1 khu vực chung của lớp.
- Giảng viên tóm tắt về thành phần Ban chỉ đạo theo ý kiến của học viên.
- Tiếp tục làm việc theo nhóm: (15 phút) : Thảo luận về nhiệm vụ cụ thể của Ban chỉ đạo. Ghi kết quả vào giấy A0.
- Trình bày kết quả thảo luận nhóm. (20 phút)
- Sau khi mỗi nhóm trình bày, có thể mời ý kiến nhận xét của các nhóm khác và ý kiến bổ sung, phản hồi của nhóm trình bày để hoàn thiện phần nhiệm vụ của Ban chỉ đạo.
- Trình chiếu slide/Ao: Giảng viên đối chiếu các ý kiến của học viên với nội dung trên slide để tổng hợp, giải thích cụ thể thành phần, nhiệm vụ của Ban chỉ đạo.
- Giảng viên lưu ý với học viên: việc thành lập Ban chỉ đạo cần có quyết định bằng văn bản chính thức của lãnh đạo nhà trường. Quyết định và nhiệm vụ của Ban chỉ đạo cần được thông báo tới tất cả cán bộ giáo viên và học sinh.

##### Bước 2: Khảo sát thực trạng hoạt động phòng chống tác hại thuốc lá tại trường học trước khi triển khai hoạt động (90 phút)

- Thảo luận chung về sự cần thiết phải khảo sát thực trạng trước khi triển khai hoạt động? Giảng viên đưa ra câu hỏi gợi ý: Tại sao phải khảo sát trước khi triển khai hoạt động? Nội dung khảo sát cần tập trung vào các vấn đề gì? Đối tượng của khảo sát là những ai?
- Giảng viên tổng hợp các ý kiến thảo luận.
- Chiếu slide/A0: Mục đích, nội dung của khảo sát thực trạng. Giảng



viên đối chiếu các ý kiến thảo luận với nội dung trên slide/A0 và kết luận

- Thực hành xây dựng mẫu phiếu khảo sát.
  - Làm việc nhóm: (30 phút) xây dựng mẫu phiếu khảo sát. Giảng viên đưa ra các câu hỏi gợi ý cho việc xây dựng biểu mẫu khảo sát: khảo sát trên những đối tượng nào, nội dung khảo sát cần tập trung vào các vấn đề gì? Ví dụ: kiến thức về tác hại của hút thuốc, thực trạng hút thuốc, nhận thức và mức độ ủng hộ quy định cấm hút thuốc trong cơ quan,...
- Trình bày kết quả thảo luận nhóm: 30 phút
- Giảng viên lưu ý với học viên: Giới thiệu biểu mẫu chung, khi áp dụng tại cơ quan, tùy từng điều kiện của cơ quan về số lượng cán bộ nhân viên, về các điều kiện cơ sở vật chất... các biểu mẫu khảo sát sẽ được chỉnh sửa cho phù hợp.

### **Bước 3: Xây dựng nội quy và kế hoạch thực hiện trường học không khói thuốc - (120 phút)**

*Xây dựng nội quy, quy định:*

- Giảng viên lưu ý với học viên:
  - Tùy từng trường học, nội quy có thể được xây dựng riêng hoặc lồng ghép vào bảng nội quy có sẵn khác của trường.
  - Nội quy nên thể hiện được các nội dung cơ bản như: các hành vi bị nghiêm cấm, hình thức, mức độ xử lý vi phạm; vai trò, trách nhiệm giám sát việc thực hiện; hiệu lực về thời gian của quy định...
- Làm việc theo nhóm (15 phút): thảo luận về nội dung của nội quy. Học viên làm trên giấy A0.
- Trình bày kết quả thảo luận nhóm (15 phút).
- Sau khi mỗi nhóm trình bày, giảng viên có thể mời ý kiến nhận xét của các nhóm khác và ý kiến bổ sung, phản hồi của nhóm trình bày.
- Giảng viên gạch chân các nội dung đúng trong bài trình bày của nhóm và tổng hợp ý kiến thảo luận.
- Chiếu slide/Ao: Xây dựng nội quy thực hiện trường học không khói thuốc. Đối chiếu slide với kết quả thảo luận và kết luận những điểm chính của nội quy xây dựng trường học không khói thuốc.

*Xây dựng kế hoạch hoạt động:*

- Giảng viên giới thiệu các nội dung cơ bản của 1 bản kế hoạch: (15 phút)
  - Xác định mục tiêu, chỉ tiêu cụ thể cho từng giai đoạn, năm học; căn cứ vào kết quả khảo sát điều tra ban đầu.

- Xác định các hoạt động cụ thể để đạt được mục tiêu (xây dựng nội quy, lồng ghép sinh hoạt ngoại khóa, chào cờ đầu tuần, thi giao lưu, xây dựng góc truyền thông, tư vấn, mô hình kịch tương tác...)
- Xác định thời gian thực hiện các hoạt động.
- Xác định trách nhiệm thực hiện của từng thành viên, nhóm đối tượng
- Xác định nguồn kinh phí để tổ chức hoạt động.
- Xác định các hoạt động giám sát, đánh giá, báo cáo, sơ kết, tổng kết.

- Làm việc theo nhóm: (30 phút) thảo luận về nội dung kế hoạch thực hiện trường học không khói thuốc. Học viên trình bày trên giấy A0. Các tài liệu phát tay cho học viên: biểu mẫu khung kế hoạch (xem phụ lục).
- Trình bày kết quả thảo luận nhóm: (30 phút)
- Sau khi mỗi nhóm trình bày, giảng viên có thể mời ý kiến nhận xét của các nhóm khác và ý kiến bổ sung, phản hồi của nhóm trình bày.
- Chiếu Slide/A0: Nội dung bảng kế hoạch mẫu
- Giảng viên tổng hợp, kết luận: "khi trở về trường, nếu các bạn xây dựng được các bản kế hoạch cụ thể, khả thi tương tự như thế này; tôi tin chắc việc xây dựng trường học không khói thuốc của chúng ta sẽ thành công".

### **Bước 4: Phổ biến nội quy, quy định xây dựng trường học không khói thuốc (50 phút)**

- Thảo luận chung: yêu cầu học viên suy nghĩ và cho ý kiến về các hình thức phổ biến nội quy đến toàn thể cán bộ, giáo viên, học sinh trong trường.
- Viết các ý kiến của học viên lên bảng. Tóm tắt các ý chính.
- Chiếu slide/Ao 12: *Các hình thức phổ biến nội quy*. Đối chiếu kết quả thảo luận nhóm với nội dung trong slide và kết luận.

### **Bước 5: Triển khai các hoạt động hỗ trợ xây dựng trường học không khói thuốc (90 phút)**

- Làm việc theo nhóm: (145 phút) thảo luận về các hoạt động cần thực hiện để xây dựng trường học không khói thuốc. Giảng viên lưu ý các hoạt động cần được sắp xếp theo trình tự thời gian.
- Học viên viết tên mỗi hoạt động vào 1 tấm thẻ bìa mẫu, sau đó dán trên bảng theo khu vực riêng của từng nhóm.



- Giảng viên nhóm các tấm thẻ có nội dung giống nhau vào cùng 1 khu vực và theo trình tự thời gian rồi phân tích từng hoạt động (60 phút)
- **Cần tổ chức Lễ phát động xây dựng trường học không khói thuốc** nhằm tạo sự chú ý của đông đảo cán bộ giáo viên, học sinh, sinh viên. Nội dung lễ phát động cần nêu bật những lợi ích của việc xây dựng trường học không khói thuốc; các nội quy, quy định của nhà trường; kế hoạch thực hiện... kêu gọi toàn thể giáo viên, học sinh hưởng ứng thực hiện; đại diện giáo viên, học sinh đọc cam kết thi đua thực hiện xây dựng ngôi trường không khói thuốc.
- Sau mỗi phần tổng hợp và phân tích từng hoạt động thực hiện, giảng viên hỏi xem còn ai muốn bình luận và bổ sung gì thêm rồi mới chuyển sang hoạt động khác.
- Chiếu slide /A0: *Các hoạt động hỗ trợ xây dựng trường học không khói thuốc.*

#### **Bước 6: Giám sát, đánh giá kết quả thực hiện xây dựng trường học không khói thuốc (30 phút)**

- Giáo viên lưu ý với học viên:
  - Công tác giám sát, đánh giá việc thực hiện xây dựng trường học không khói thuốc là 1 khâu quan trọng quyết định sự thành công, duy trì bền vững của chương trình, đúc kết ra bài học kinh nghiệm giúp điều chỉnh các can thiệp còn hạn chế để củng cố và nhân rộng mô hình trong tương lai. Vì vậy, cần thảo luận làm rõ các nội dung giám sát; kế hoạch giám sát, đánh giá cho phù hợp, người chịu trách nhiệm giám sát...
  - Xây dựng nội dung, kế hoạch giám sát cần dựa vào kế hoạch hoạt động đã được duyệt, tiêu chí của trường học không khói thuốc.
  - Hoạt động giám sát, đánh giá và tuy được xếp vào bước 6 nhưng trong suốt quá trình triển khai hoạt động, công tác giám sát luôn cần được triển khai thường xuyên giúp điều chỉnh kịp thời các hoạt động khi cần thiết để nâng cao hiệu quả của hoạt động.
- Làm việc theo nhóm: (30 phút) thảo luận về nội dung, thời gian, thành phần tham gia, phương pháp giám sát.
- Trình bày kết quả thảo luận: (15 phút) Sau khi mỗi nhóm trình bày, giảng viên có thể mời ý kiến nhận xét của các nhóm khác và ý kiến bổ sung, phản hồi của nhóm trình bày.
- Chiếu slide/A0: *Nội dung giám sát, đánh giá.*

#### **Hoạt động 3: Củng cố bài học**

- Giảng viên đề nghị học viên suy nghĩ về tiến trình, nội dung các bước xây dựng trường học không khói thuốc vừa được chia sẻ trong những giờ qua cũng như với kinh nghiệm bản thân, các bạn cho biết:
  - Những điều quan trọng bạn học được từ bài này?
  - Các bước xây dựng trường học không khói thuốc?
  - Nội dung chính của 1 bản kế hoạch thực hiện xây dựng trường học không khói thuốc?
- Giảng viên mời học viên lần lượt phát biểu từng câu; sau đó giảng viên chốt lại các ý chính và thống nhất chung với cả lớp; chiếu slide mục tiêu bài để khẳng định là chúng ta đã hoàn thành các mục tiêu đề ra.

### **6. Hình chiếu slide/Ao – bài 3:**

#### **Mục tiêu bài học:**

Sau bài học này, học viên có thể:

-Dự thảo nhiệm vụ của ban chỉ đạo.

-Xây dựng mẫu phiếu khảo sát và tổ chức triển khai khảo sát trước khi tiến hành hoạt động phòng chống tác hại thuốc lá tại trường học.

-Xây dựng dự thảo kế hoạch hoạt động xây dựng trường học không khói thuốc.

-Hiểu và áp dụng được 6 bước xây dựng trường học không khói thuốc

#### **Các bước xây dựng trường học không khói thuốc**

*Bước 1: Thành lập Ban chỉ đạo Phòng chống tác hại thuốc lá*

- Ban chỉ đạo cần có quyết định của Ban giám hiệu. Thành phần cần có: hiệu trưởng hoặc phó hiệu trưởng được phân công làm trưởng Ban; các thành viên là đại diện của chi uỷ, chi bộ, công đoàn, đoàn thanh niên, cán sự lớp; Hội phụ huynh học sinh
- Nhiệm vụ của Ban chỉ đạo:
  - Đưa ra các định hướng xây dựng, điều chỉnh kế hoạch tổng thể việc xây dựng môi trường nhà trường 100%



không khói thuốc.

- Xây dựng nội quy, quy định cụ thể về việc thực hiện trường, lớp không khói thuốc và phổ biến đến tận học sinh, giáo viên của trường.
- Phân công nhiệm vụ phù hợp với vai trò trách nhiệm của từng thành viên trong ban chỉ đạo và các hoạt động xây dựng môi trường không khói thuốc.
- Chỉ đạo việc tổ chức triển khai, theo dõi giám sát và đánh giá hiệu quả của các hoạt động can thiệp.
- Quyết định khen thưởng cá nhân, đơn vị tập thể làm tốt; xử phạt nghiêm minh những cá nhân, đơn vị tập thể không chấp hành theo quy định của nhà trường...

#### *Bước 2: Khảo sát thực trạng*

- Mục đích:
  - Xác định tình hình sử dụng thuốc lá, thực trạng hoạt động PCTH thuốc lá và nhận thức về tác hại thuốc lá và thái độ đối với hành vi hút thuốc trong trường học của cán bộ, giáo viên/học sinh
- Nội dung:
  - Thực trạng sử dụng thuốc lá trong cán bộ, giáo viên/học sinh. Nhóm đối tượng nào có tỷ lệ sử dụng thuốc lá cao?
  - Thực trạng sử dụng thuốc lá của khách đến làm việc.
  - Nhận thức của cán bộ, giáo viên/học sinh về tác hại của thuốc lá
  - Ý kiến của cán bộ, giáo viên/học sinh về việc xây dựng nơi làm việc không có khói thuốc lá.
  - Trường đã ban hành quy định cấm hút thuốc lá chưa?
  - Trường đã có hệ thống biển báo cấm hút thuốc chưa?

#### *Bước 3: Xây dựng nội quy trường học không khói thuốc.*

- Các lưu ý khi xây dựng nội quy:
  - Nội quy, quy định cần phù hợp với đặc điểm của từng trường.
  - Cần cân nhắc kỹ các biện pháp, mức độ xử lý vi phạm phù hợp
- Các nội dung cơ bản của nội quy:
  - Quy định cấm hút thuốc hoàn toàn trong khuôn viên trường học (đối với trường Trung học phổ thông) và quy định cấm hút thuốc tại các địa điểm trong nhà (đối với

trường đại học/cao đẳng/học viện)

- Quy định về cấm mua bán, quảng cáo thuốc lá trong trường học.
- Quy định về hình thức xử phạt những người vi phạm.
- Quy định về việc cấm nhận tài trợ của các công ty thuốc lá dưới mọi hình thức.
- Phân công tổ chức/ cá nhân chịu trách nhiệm giám sát thực hiện nội qui.
- Xác định rõ hiệu lực về thời gian của nội qui.

#### *Bước 4: Phổ biến nội quy*

- Việc phổ biến nội quy, quy định là hoạt động can thiệp đầu tiên; việc phổ biến, thông báo các quy định cần được đảm bảo đến tất cả các học sinh, giáo viên và CNVC của nhà trường
- Phương pháp, hình thức phổ biến nội quy, quy chế có thể thông qua:
  - Chào cờ đầu tuần,
  - Lễ phát động phong trào thi đua gắn với học tập và rèn luyện,
  - Lồng ghép với cuộc họp toàn thể cán bộ giáo viên nhà trường
  - Thông báo bằng văn bản cho từng lớp, từng khối học;
  - Niêm yết nội quy tại văn phòng giáo viên, hội trường, phòng truyền thống, lớp học, thư viện...

#### *Bước 5: Triển khai các hoạt động hỗ trợ việc thực hiện xây dựng trường học không khói thuốc*

Các hoạt động hỗ trợ có thể gồm:

- Lễ phát động phong trào thi đua xây dựng trường học không khói thuốc.
- Ký cam kết không hút thuốc trong trường của học sinh, giáo viên.
- Gắn biển cấm, panô, áp phích về xây dựng môi trường không khói thuốc.
- Tổ chức hoạt động truyền thông về tác hại của hút thuốc lá và hút thuốc lá thụ động, lợi ích của việc xây dựng trường học không khói thuốc.
- Với cán bộ giáo viên: lồng ghép với hoạt động thi đua của



- chính quyền, công đoàn, đoàn thanh niên.,
- Với học sinh: nên tổ chức các hoạt động truyền thông: diễn đàn, giao lưu, thi sáng tạo, nói chuyện chuyên đề, sinh hoạt ngoại khoá, viết báo tường... cho từng khối, lớp và toàn nhà trường.
  - Với Hội phụ huynh: vận động các hộ gia đình có cha mẹ, anh chị nghiện thuốc lá cam kết cùng con em bỏ thuốc, giảm hút...
  - Thực hiện kế hoạch giám sát các hoạt động của lớp, khối, nhà trường
  - Định kỳ tổng kết thi đua khen thưởng và xử phạt nghiêm minh kịp thời
  - Huy động học sinh, giáo viên tham gia các hoạt động truyền thông về phòng chống tác hại thuốc lá nhân ngày Thế giới không thuốc lá 31/5 hàng năm...

*Bước 6: Giám sát, đánh giá kết quả thực hiện xây dựng trường học không khói thuốc*

- Nội dung, hình thức giám sát, đánh giá cần được xây dựng trên biểu mẫu thống nhất và tập trung vào các hoạt động đã được xây dựng trong kế hoạch như:
  - Có hệ thống biển báo cấm hút thuốc lá tại những nơi dễ nhìn và có nhiều người qua lại không?
  - Có niêm yết nội quy cấm hút thuốc tại phòng làm việc, hội trường, lớp học, hành lang không?
  - Các phương tiện, vật dụng liên quan đến hút thuốc như, gạt tàn, đầu mẫu thuốc còn có trong khuôn viên nhà trường không?
  - Khách đến làm việc, giáo viên, học sinh còn hút thuốc; số lượng vi phạm? Địa điểm vi phạm? mức độ xử lý?
  - Các hoạt động truyền thông có được thực hiện theo kế hoạch không? kết quả như thế nào?
  - Các biên bản, báo cáo hoạt động được thực hiện và lưu giữ như thế nào

#### Bài 4:

### Giới thiệu các văn bản pháp luật về thực hiện môi trường không khói thuốc.

**1. Thời gian:** 60'

**2. Mục tiêu:** Sau bài học này, học viên có thể:

Mục tiêu 1: Nắm được được các chính sách, quy định hiện hành thực hiện môi trường không khói thuốc

Mục tiêu 2: Biết vận dụng các chính sách - quy định của nhà nước vào xây dựng nội quy, quy định cho trường học thực hiện môi trường không khói thuốc

### 3. Tổng quan bài học

Hoạt động	Phương pháp	Thời gian (phút)	Tài Liệu và phương tiện
<b>Hoạt động 1:</b> Giới thiệu tên và mục tiêu bài	Thuyết trình, hỏi/đáp	5	Slide/Ao: mục tiêu bài 3
<b>Hoạt động 2:</b> Giới thiệu Công ước khung về kiểm soát thuốc lá của Tổ chức y tế thế giới (WHO) - Điều 8 FCTC	- Thuyết trình/ giải thích - Hỏi/đáp	20	Slide/Ao-công ước khung về kiểm soát thuốc lá - tờ phát tay
<b>Hoạt động 3:</b> Giới thiệu các chính sách hiện hành về môi trường không khói thuốc tại Việt Nam	- Thuyết trình/ giải thích - Hỏi/đáp	30	Slide/Ao tờ phát tay
<b>Hoạt động 4:</b> Củng cố bài học		5	
<b>Tổng lượng thời gian</b>		60	

### 4. Chuẩn bị vật dụng dạy và học

- Giấy A0, thẻ bìa mẫu, băng dính, kéo, bút viết bảng, viết giấy...



- Thẻ nhắc các hoạt động bài giảng – các ý chính cần chia sẻ trong từng hoạt động được Giảng viên chuẩn bị sẵn trên thẻ bìa mẫu
- Hình chiếu slide/Ao bài 4 và các tờ phát tay bài 3
- Bộ tranh hỗ trợ cho đào tạo và truyền thông

## 5. Tiến trình thực hiện

### Hoạt động 1: Giới thiệu tên và mục tiêu bài (5 phút)

- Chiếu slide/Ao- tên và mục tiêu bài.
- Hỏi học viên xem có ai muốn hỏi gì thêm về mục tiêu không và giải thích thêm nếu có yêu cầu trước khi bắt đầu bài học.

### Hoạt động 2: Giới thiệu công ước Khung về kiểm soát thuốc lá (FCTC) - (20 phút)

- Giảng viên chiếu slide/Ao- Điều 8 FCTC
- Giới thiệu sơ bộ về công ước: Mục đích, ý nghĩa, các nội dung chủ yếu của công ước.
- Phân tích sâu về điều 8 của công ước, tập trung vào 02 ý quan trọng (1) Không có mức độ an toàn cho việc phơi nhiễm với khói thuốc, (2) các khu vực cần thực hiện 100% không khói thuốc.
- Sau mỗi phần trình bày giảng viên nên dừng lại và hỏi học viên xem có ai bình luận hoặc yêu cầu cần làm rõ ý nào, rồi mới chuyển sang phân tích, giải thích nội dung tiếp theo.
- Kết luận: Việt Nam đã tham gia FCTC từ năm 2004 với cam kết thực thi các biện pháp, lập pháp, hành pháp và hành chính hữu hiệu *“Nhằm bảo vệ mọi người khỏi việc phơi nhiễm với khói thuốc lá nơi làm việc, nơi công cộng trong nhà, trên các phương tiện giao thông công cộng và ở mức thích hợp tại các nơi công cộng khác”.*

### Hoạt động 3: Giới thiệu Luật PCTH của thuốc lá (30 phút.)

- Hỏi học viên có biết văn bản nào của nhà nước về môi trường không khói thuốc
- Liệt kê các ý kiến của học viên trên bảng hoặc giấy Ao.
- Chiếu slide/Ao: các nội dung cơ bản của Luật phòng chống tác hại của thuốc lá về môi trường không khói thuốc..
- Trình bày và giải thích cụ thể các nội dung liên quan đến môi trường không khói thuốc trong các văn bản của nhà nước.
- Giảng viên hỏi học viên xem còn ai chưa rõ nội dung nào, những vấn đề khó khăn gặp phải khi triển khai các chính sách, quy định này.
- Giảng viên liệt kê lên bảng các khó khăn mà học viên chỉ ra, sau đó

cùng học viên thảo luận về các biện pháp giải quyết, khắc phục khó khăn và kết luận: “có nhiều chính sách, quy định của nhà nước ban hành, lúc đầu triển khai, dường như kết quả rất hạn chế nhưng sau một thời gian thực hiện, các quy định, chính sách đi vào cuộc sống thì chúng ta mới nhìn thấy hiệu quả rõ rệt”.

### Hoạt động 4: Củng cố bài học (5 phút)

- Giảng viên mời 1, 2 học viên nhắc lại các chính sách, quy định về thực hiện xây dựng môi trường không khói thuốc tại Việt Nam và hỏi xem có học viên nào muốn hỏi thêm điều gì nữa không. Nếu có, giảng viên cần giải thích lại để học viên nắm vững. Chiếu lại slide mục tiêu bài để khẳng định đã hoàn thành mục tiêu đề ra.

## 6. Hình chiếu slide/Ao - bài 4

### Mục tiêu bài học:

1. Nắm được các địa điểm có quy định cấm hút thuốc lá hoàn toàn; các địa điểm cấm hút thuốc nhưng được phép có khu vực giành riêng cho người hút thuốc
2. Các yêu cầu đối với khu vực giành riêng cho người hút thuốc
3. Biết vận dụng các chính sách - quy định của nhà nước vào xây dựng nội quy thực hiện môi trường không khói thuốc

### Công ước Khung của Tổ chức Y tế Thế giới về kiểm soát thuốc lá

- FCTC là công ước quốc tế: FCTC là công ước đầu tiên về y tế công cộng được thương thảo với sự bảo trợ của WHO .
- Việt Nam đã phê chuẩn Công ước từ tháng 12 năm 2004.
- FCTC quy định các biện pháp giảm nhu cầu, giảm cung cấp các sản phẩm thuốc lá gồm 6 nội dung cơ bản
  1. Bảo vệ khỏi phơi nhiễm khói thuốc thụ động (Điều 8)
  2. In cảnh báo sức khỏe (Điều 11)
  3. Truyền thông giáo dục (Điều 12)
  4. Cấm quảng cáo khuyến mại tài trợ (Điều 13)
  5. Cai nghiện thuốc lá (Điều 14)
  6. Tăng thuế thuốc lá



Nội dung Điều 8 - Bảo vệ khỏi phơi nhiễm với khói thuốc thụ động:

- Các Bên nhận thức rõ rằng các bằng chứng khoa học đã chứng minh rõ ràng rằng việc phơi nhiễm với khói thuốc lá là nguyên nhân gây tử vong, bệnh tật và tàn tật.
- Mỗi Bên sẽ thông qua và thi hành trong phạm vi các quyền tài phán quốc gia hiện hành được xác định bởi luật pháp quốc gia và tích cực thúc đẩy tại các cấp độ tài phán khác việc thông qua và thi hành các biện pháp, lập pháp, hành pháp, hành chính hữu hiệu và/ hoặc các biện pháp khác nhằm bảo vệ khỏi việc phơi nhiễm với khói thuốc lá ở những nơi làm việc trong nhà, các phương tiện giao thông công cộng, những nơi công cộng trong nhà và ở mức thích hợp, tại những nơi công cộng khác.

#### **Luật Phòng chống tác hại của thuốc lá**

Cấu trúc: Luật gồm 5 chương và 35 Điều

Chương I: những quy định chung

Chương II: các biện pháp giảm nhu cầu sử dụng thuốc lá bao gồm:

- Các biện pháp quy định về các khu vực cấm hút thuốc,
- Thông tin giáo dục truyền thông
- In cảnh báo sức khỏe bằng hình ảnh trên vỏ bao thuốc
- Trách nhiệm của người đứng đầu các địa điểm cấm hút thuốc..
- Cai nghiện thuốc lá

Chương III: Các biện pháp kiểm soát nguồn cung cấp thuốc lá

- Kiểm soát sản lượng tiêu thụ trong nước
- Bán thuốc lá
- Quy định về số lượng điếu trong bao gói thuốc lá

Chương IV: Các điều kiện đảm bảo cho hoạt động phòng chống tác hại thuốc lá

Chương V: Điều khoản thi hành

#### **Điều 11. Địa điểm cấm hút thuốc lá hoàn toàn**

1. Địa điểm cấm hút thuốc lá hoàn toàn cả trong nhà và trong phạm vi khuôn viên bao gồm:

- a) Cơ sở y tế;
- b) Cơ sở giáo dục trừ các cơ sở giáo dục quy định tại điểm b khoản 2 Điều này;

c) Cơ sở chăm sóc, nuôi dưỡng, vui chơi, giải trí dành riêng cho trẻ em;

d) Cơ sở hoặc khu vực có nguy cơ cháy, nổ cao.

2. Địa điểm cấm hút thuốc lá hoàn toàn trong nhà bao gồm:

- a) Nơi làm việc;
- b) Trường cao đẳng, đại học, học viện;
- c) Địa điểm công cộng trừ các trường hợp quy định tại khoản 1 Điều này và khoản 1 Điều 12 Luật này.

3. Phương tiện giao thông công cộng bị cấm hút thuốc lá hoàn toàn bao gồm:

- a) Ô tô;
- b) Tàu bay;
- c) Tàu điện.

#### **Điều 12. Địa điểm cấm hút thuốc lá trong nhà nhưng được phép có nơi dành riêng cho người hút thuốc lá**

1. Địa điểm cấm hút thuốc lá trong nhà nhưng được phép có nơi dành riêng cho người hút thuốc lá bao gồm:

- a) Khu vực cách ly của sân bay;
- b) Quán bar, karaoke, vũ trường, khách sạn và cơ sở lưu trú du lịch;
- c) Phương tiện giao thông công cộng là tàu thủy, tàu hỏa.

2. Nơi dành riêng cho người hút thuốc lá phải bảo đảm các điều kiện sau:

- a) Có phòng và hệ thống thông khí tách biệt với khu vực không hút thuốc lá;
- b) Có dụng cụ chứa các mẫu, tàn thuốc lá; có biển báo tại các vị trí phù hợp, dễ quan sát;
- c) Có các thiết bị phòng cháy, chữa cháy.

3. Khuyến khích người đứng đầu địa điểm quy định tại khoản 1 Điều này tổ chức thực hiện việc không hút thuốc lá hoàn toàn trong nhà.

4. Chính phủ quy định chuyển địa điểm tại khoản 1 Điều này thành địa điểm cấm hút thuốc lá hoàn toàn trong nhà cho phù hợp với từng thời kỳ.

#### **Điều 31. Xử lý vi phạm pháp luật về phòng, chống tác hại của thuốc lá**

1. Cơ quan, tổ chức, cá nhân có hành vi vi phạm pháp luật về PCTHTL, tùy theo tính chất, mức độ vi phạm mà bị xử lý kỷ luật, xử



phạt vi phạm hành chính, nếu gây thiệt hại thì phải bồi thường theo quy định của pháp luật; cá nhân vi phạm có thể bị truy cứu trách nhiệm hình sự theo quy định của pháp luật.

2. Thẩm quyền xử lý vi phạm hành chính trong lĩnh vực PCTHTL theo quy định của pháp luật xử lý vi phạm hành chính.

#### **Điều 6. Trách nhiệm của người đứng đầu cơ quan, tổ chức, địa phương trong phòng, chống tác hại của thuốc lá**

1. Đưa nội dung phòng, chống tác hại của thuốc lá vào kế hoạch hoạt động hằng năm, quy định không hút thuốc lá tại nơi làm việc vào quy chế nội bộ.

2. Đưa quy định về việc hạn chế hoặc không hút thuốc lá trong các đám cưới, đám tang, lễ hội trên địa bàn dân cư vào các hương ước.

3. Gương mẫu thực hiện và vận động cơ quan, tổ chức, địa phương thực hiện các quy định của pháp luật về phòng, chống tác hại của thuốc lá.

#### **Điều 14. Quyền và trách nhiệm của người đứng đầu, người quản lý địa điểm cấm hút thuốc lá**

1. Người đứng đầu, người quản lý địa điểm cấm hút thuốc lá có các quyền sau đây:

a) Buộc người vi phạm chấm dứt việc hút thuốc lá tại địa điểm cấm hút thuốc lá; xử phạt vi phạm hành chính theo quy định của pháp luật;

b) Yêu cầu người vi phạm quy định cấm hút thuốc lá ra khỏi cơ sở của mình;

c) Từ chối tiếp nhận hoặc cung cấp dịch vụ cho người vi phạm quy định cấm hút thuốc lá nếu người đó tiếp tục vi phạm sau khi đã được nhắc nhở.

2. Người đứng đầu, người quản lý địa điểm cấm hút thuốc lá có trách nhiệm sau đây:

a) Thực hiện quy định tại Điều 6 của Luật này;

b) Tổ chức thực hiện, hướng dẫn, kiểm tra, đôn đốc mọi người thực hiện đúng quy định về cấm hút thuốc lá tại địa điểm thuộc quyền quản lý, điều hành; treo biển có chữ hoặc biểu tượng “cấm hút thuốc lá” tại địa điểm cấm hút thuốc lá.

#### **Điều 25. Bán thuốc lá**

2. Cơ quan, tổ chức, cá nhân không được tổ chức, cho phép hoặc

bán thuốc lá tại các địa điểm quy định tại Điều 11, Điều 12 trừ điểm a khoản 1 Điều 12 của Luật này; không được bán thuốc lá phía ngoài cổng các nhà trẻ, trường mẫu giáo, trường tiểu học, trung học cơ sở, phổ thông trung học; viện nghiên cứu y học, bệnh viện, nhà hộ sinh, trung tâm y tế dự phòng, trạm y tế xã, phường trong phạm vi 100 mét tính từ ranh giới khuôn viên gần nhất của cơ sở đó.”

## **Bài 5: Tư vấn cai nghiện thuốc lá**

**1. Thời gian:** 80 phút

**2. Mục tiêu:** Sau bài học này, học viên có thể:

- Hiểu được lợi ích khi bỏ thuốc.

- Vận dụng các hướng dẫn để tự bỏ thuốc hoặc tư vấn cho bạn bè, đồng nghiệp bỏ thuốc.

### **3. Tổng quan bài học**

<b>Hoạt động</b>	<b>Phương pháp</b>	<b>Thời gian (phút)</b>	<b>Tài Liệu và phương tiện</b>
<b>Hoạt động 1:</b> Giới thiệu tên và mục tiêu bài	Thuyết trình, hỏi/đáp	5	Slide/Ao- mục tiêu bài 4
<b>Hoạt động 2:</b> Lợi ích của việc cai nghiện thuốc lá	Thuyết trình/ giải thích - Hỏi/đáp	20	Slide/Ao- - tờ phát tay
<b>Hoạt động 3:</b> giới thiệu tài liệu tư vấn cai nghiện thuốc lá	Thuyết trình/ giải thích - Hỏi/đáp	50	Slide/Ao- - tờ phát tay



<b>Hoạt động 4:</b> Củng cố bài học/Trao đổi, thảo luận về cai nghiện thuốc lá	- Hỏi/đáp	20	
<b>Tổng lượng thời gian</b>		100	

#### 4. Chuẩn bị vật dụng dạy và học

- Giấy A0, thẻ bìa mẫu, băng dính, kéo, bút viết bảng, viết giấy...
- Thẻ nhắc các hoạt động bài giảng – các ý chính cần chia sẻ trong từng hoạt động được giảng viên chuẩn bị sẵn trên thẻ bìa mẫu.
- Hình chiếu slide/Ao: .... và các tờ phát tay
- Bộ tranh hỗ trợ cho đào tạo và truyền thông

#### 5. Tiến trình thực hiện

##### Hoạt động 1: Giới thiệu tên và mục tiêu bài (5 phút)

- Chiếu slide/Ao- tên bài và mục tiêu.
- Giảng viên đọc và giải thích cụ thể từng mục tiêu, nói với học viên sau 80 phút chúng ta cần hoàn thành các mục tiêu nêu trên.
- Hỏi học viên xem có ai muốn hỏi gì thêm về mục tiêu không. Nếu có cần giải thích trước khi đi vào bài học.

##### Hoạt động 2: Lợi ích của cai nghiện thuốc lá (20 phút)

- Đề nghị học viên kể về các lợi ích của việc cai nghiện thuốc lá.
- Liệt kê các ý kiến của học viên trên bảng hoặc giấy A0.
- Chiếu slide/Ao-15: Các thay đổi về sức khỏe khi bỏ thuốc. Giảng viên giới thiệu tài liệu “những thay đổi của cơ thể khi bỏ thuốc” (nguồn WHO) để tất cả học viên cùng tin tưởng, chủ động tham gia thực hiện chương trình và tuyên truyền vận động cai nghiện thuốc lá với mọi người xung quanh.

##### Hoạt động 3: Giới thiệu tài liệu tư vấn cai nghiện thuốc lá (50 phút)

- Chiếu slide/Ao- Giảng viên giới thiệu 4 giai đoạn của quá trình cai nghiện thuốc lá, hướng dẫn các bước tự cai thuốc lá
- Giới thiệu sổ tay giành cho người cai nghiện thuốc lá
- Giảng viên kết luận: Tài liệu tham khảo nhằm hỗ trợ và tăng hiệu quả bỏ thuốc. Tuy vậy thành công cai thuốc lá không phải nhờ vào “phép lạ” mà nhờ vào “nỗ lực” của bản thân và điều kiện tiên quyết để cai thuốc lá

thành công chính là: **QUYẾT TÂM CAI THUỐC LÁ** của bản thân người hút thuốc lá

##### Hoạt động 4: Củng cố bài học (20 phút)

- Giảng viên mời 1, 2 học viên nhắc lại các nội dung chính của bài và hỏi xem có học viên nào muốn hỏi thêm điều gì nữa không. Nếu có, giảng viên cần giải thích lại để học viên nắm vững.
- Chiếu lại slide mục tiêu bài để khẳng định là đã hoàn thành

#### 6. Hình chiếu slide/Ao - bài 5

##### Những thay đổi của cơ thể khi bỏ thuốc (theo tài liệu của WHO)

- Sau 20 phút; huyết áp và mạch giảm dần tới mức bình thường
- Sau 8 giờ: lượng oxy trong máu trở về trạng thái bình thường. Nguy cơ bị nhồi máu cơ tim bắt đầu giảm. Nhiệt độ ngoài da bắt đầu tăng
- Sau 24 giờ: lượng CO trong máu bắt đầu được đào thải; phổi bắt đầu quá trình tự làm sạch và phản xạ ho tăng để thải đờm
- Sau 48 giờ: cảm giác ngon miệng và mùi vị bắt đầu được cải thiện
- Sau 1 tuần: giấc ngủ trở lại bình thường
- Sau 2 tuần đến 3 tháng; sự lưu thông máu trong cơ thể và chức năng thông khí được cải thiện
- Từ 1 đến 9 tháng: các triệu chứng như ho, tiết dịch nhầy, mệt mỏi, khó thở giảm; nhung mao của tế bào niêm mạc phế quản trở lại hoạt động bình thường, giảm tốc độ suy chức năng thông khí đối với người bị bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính
- Từ 1 đến 2 năm: Nguy cơ nhồi máu cơ tim giảm 20-50%; giảm tỷ lệ bệnh tái phát và tăng tỷ lệ thành công trong điều trị, phẫu thuật mạch vành.
- Sau 5 năm: nguy cơ bị đột quỵ giảm tới mức như người không hút thuốc sau 5-15 năm cai thuốc.
- Sau 10 năm: nguy cơ tử vong do ung thư phổi giảm một nửa so với người tiếp tục hút; các nguy cơ ung thư miệng, họng, thực quản, bàng quang, thận, tuy cũng sẽ giảm; tốc độ di căn của ung thư chậm hơn so với người hút.



## Hướng dẫn tự cai thuốc

### Giai đoạn 1. Nghĩ về việc cai thuốc lá

#### Bước 1: Tại sao tôi cần cai nghiện thuốc lá

-Hãy liệt kê tất cả các lý do tại sao bạn nên bỏ thuốc ở bảng dưới đây

-Đánh dấu những lý do bạn thấy quan trọng nhất đối với mình

-Giữ danh sách này bên mình khi cần có thể đọc lại để nhắc nhở bản thân mỗi lần thèm thuốc.

#### Tôi sẽ có những lợi ích gì từ việc cai nghiện thuốc lá

*Lợi ích trước mắt*

#### Trong vòng 30 phút sau khi bạn hút điếu thuốc lá cuối cùng

-Huyết áp và nhịp tim sẽ giảm xuống về mức bình thường

-Nhiệt độ bàn tay và bàn chân tăng lên đến mức bình thường

#### Trong vòng một ngày

-Nồng độ khí CO (carbon monoxide) trong hơi thở ra bắt đầu giảm về mức bình thường

-Nồng độ Oxy trong máu bắt đầu tăng lên đến mức bình thường

-Hơi thở không còn mùi thuốc lá

#### Trong vòng 2 ngày

-Vị giác và khứu giác được cải thiện

-Trong vòng 3 ngày

-Thở dễ dàng hơn

#### Trong vòng 2 tuần

-Ho giảm đi

-Nồng độ khí CO trong máu trở về mức bình thường

-Nồng độ Oxy trở về mức bình thường

-Trong cơ thể không còn Nicotine nữa

*Lợi ích lâu dài*

-Giảm nguy cơ đau tim, ung thư và các bệnh phổi

-Răng và nướu chắc khỏe hơn

-Cơ thể bạn và người thân khỏe mạnh hơn

-Gia đình hạnh phúc hơn

-Cảm giác thành công và tự tin vì mình đã bỏ được thuốc lá

-Bạn tiết kiệm được tiền và thời gian vốn dùng cho việc hút thuốc

#### Bước 2: Ai trong gia đình, nhóm bạn bè, đồng nghiệp có thể giúp tôi cai nghiện thuốc lá

-Cai nghiện thuốc lá không phải là một việc dễ dàng, hãy để những

người xung quanh hỗ trợ và giúp đỡ bạn

-Liệt kê danh sách những người bạn nghĩ có thể giúp đỡ bạn

#### Bước 3: Những lý do nào khiến tôi còn lưu luyến với thuốc lá

-Bạn phải hiểu được những yếu tố nào có thể kích thích bạn hút thuốc để vượt qua hay tránh đối đầu với chúng trong quá trình cai

#### Bước 4: Nếu bạn đã từng cai nghiện thuốc lá:

-Hãy chấp nhận thực tế là bạn đã từng thất bại NHƯNG thế không có nghĩa là bạn không thể bỏ được thuốc lá

-Hãy rút ra kinh nghiệm từ thất bại trước để chuẩn bị cho lần cai này được tốt hơn

☞ Điều gì đã khiến tôi quên thuốc lá trong lần cai trước?

☞ Điều gì làm tôi hút thuốc trở lại?

### Giai đoạn 2. Chuẩn bị cai nghiện thuốc lá

#### Quyết định ngày cai nghiện thuốc:

-Chọn thời điểm tinh thần thoải mái, không bị nhiều áp lực nhưng cũng không quá nhàn rỗi

Lưu ý: bạn nên bắt đầu giảm dần lượng thuốc lá để chuẩn bị cho giai đoạn cai

#### Tìm kiếm sự giúp đỡ:

-Thông báo quyết định cai nghiện thuốc lá với người xung quanh

-Yêu cầu những người xung quanh không hút thuốc trước mặt bạn hay mời bạn hút thuốc

-Hỏi thăm kinh nghiệm của những người đã cai nghiện thuốc lá thành công

-Tìm đến phòng tư vấn cai nghiện thuốc lá tại các bệnh viện nếu bạn có nhu cầu tư vấn và hỗ trợ trong quá trình cai

#### Bỏ hết tất cả những vật dụng liên quan đến việc hút thuốc

-Bỏ hết gạt tàn và thuốc lá trong nhà và nơi làm việc

-Không mang theo thuốc và bật lửa trong người

#### Chuẩn bị thuốc hỗ trợ nếu bạn sử dụng thêm phương pháp trị liệu bằng thuốc

-Liên hệ với tư vấn viên về cai nghiện thuốc lá tại các cơ sở y tế để được tư vấn về một số loại thuốc hỗ trợ cai nghiện thuốc lá

#### Chuẩn bị tinh thần đối mặt với khó khăn

-Phân tích những thách thức có thể ảnh hưởng đến quyết tâm bỏ thuốc của bạn



### Giai đoạn 3. Thực hiện cai nghiện thuốc lá

-Tự định ra một ngày bắt đầu cai thuốc lá phù hợp với điều kiện thực tế của bản thân; Công bố quyết định cai thuốc lá cho mọi người biết; Dẹp khỏi tầm tay tất cả các vật dụng liên quan đến hút thuốc lá: gạt tàn, bật lửa.

-Tạo môi trường thuận lợi cho cai thuốc lá: Yêu cầu mọi người xung quanh hỗ trợ nỗ lực cai thuốc lá của bản thân bằng cách không hút thuốc lá trước mặt mình, không mời mình hút thuốc lá; Yêu cầu mọi người cảm thông về sự thay đổi tính tình (nếu có); Yêu cầu mọi người chịu khó lắng nghe chia sẻ mỗi khi gặp khó khăn khi cai thuốc lá.

-Bạn hãy ghi nhớ một số điều sau để qua trình cai nghiện thuốc lá của bạn được dễ dàng hơn:

- ☞ Khi đã cai, tuyệt đối không động đến thuốc lá: Dù chỉ hút 1 hơi cũng không được, luôn tự nhủ "hôm nay tôi không hút thuốc lá"
- ☞ Chúc mừng bản thân sau mỗi thành công: Mục tiêu của bạn là từng ngày trôi qua không hút thuốc lá
- ☞ Tránh xa mọi sự cám dỗ:
- ☞ Tránh xa rượu, bia
- ☞ Tránh đặt mình vào tình huống có sự cám dỗ: Tạm thời tránh xa môi trường có người hút thuốc
- ☞ Đối phó với những thay đổi sinh lý của cơ thể: Cai thuốc sẽ dẫn đến một số thay đổi về sinh lý khiến bạn khó chịu, tuy nhiên những triệu chứng này sẽ qua trong một thời gian không lâu. Khi cảm thấy "đói thuốc", bạn hãy: Uống một ly nước/tập thở sâu/tậ thể dục/di bách bộ/nghe nhạc trong thời gian ngắn/ngâm mình trong nước ấm/ uống một ly sữa ấm trước khi ngủ nếu thấy khó ngủ/chia sẻ cảm giác với ai đó (người không hút thuốc)...
- ☞ Tự thưởng cho bản thân một món quà mình đã định: món quà không đắt tiền nhưng mang nhiều ý nghĩa

### Giai đoạn 4. Duy trì cuộc sống không lệ thuộc vào thuốc lá

*Cẩn thận trước nguy cơ tái nghiện:*

-Tự nhắc nhở bản thân mỗi khi định châm điếu thuốc

-Hình dung 2 lá phổi của mình bị khói hun đen

-Hình dung ra sự thất vọng của người thân và bạn bè nếu biết bạn hút thuốc trở lại

-Làm một việc khác để không nghĩ đến thuốc lá

-Sau khi ăn không ngồi ở bàn lâu mà đi bách bộ/đánh răng...

-Tính ra số tiền bạn tiết kiệm được từ việc hút thuốc và tự thưởng cho mình một món quà

## PHẦN III: PHỤ LỤC

### PHỤ LỤC 1

## MẪU PHIẾU ĐÁNH GIÁ TRƯỚC KHÓA TẬP HUẤN XÂY DỰNG TRƯỜNG HỌC KHÔNG KHÓI THUỐC

(Thời gian điền phiếu 15')

Địa điểm:.....Ngày.....tháng.....năm.....

1. Hãy điền các chữ Đ (Đúng) hoặc S (Sai) phù hợp vào ô tương ứng các câu dưới đây

Số TT	Nội dung	Đ/S
1	Việt Nam, mỗi ngày có hơn 100 người chết vì các bệnh liên quan đến sử dụng thuốc lá	
2	Khói thuốc lá không chỉ độc hại với sức khỏe người hút mà cả với người hít phải khói thuốc	
3	Khói thuốc lá chứa hơn 70 chất gây ung thư cho con người	
4	Hút thuốc lá ở trẻ em khó gây nghiện, vì hệ thần kinh phát triển chưa hoàn chỉnh	
5	Hút thuốc và hút thuốc lá thụ động ảnh hưởng tới chức năng sinh sản của cả người nam và nữ	
6	Xây dựng môi trường không khói thuốc là đảm bảo quyền con người được hít thở bầu không khí trong lành	



7	Trường THPT 100% không khói thuốc là không có hiện tượng học sinh, sinh viên hút thuốc trong lớp	
8	Xây dựng nhà trường không khói thuốc sẽ giúp giảm tỷ lệ thanh thiếu niên hút thuốc	
9	Trường học không khói thuốc là trường học có thực hiện treo, dán các biển báo cấm hút thuốc	

2. Hãy điền số thứ tự 1, 2, 3, 4, 5, 6 vào nội dung tương ứng mà bạn cho là phù hợp với trình tự các bước để thực hiện xây dựng nhà trường không khói thuốc

Số TT	Nội dung	Bước thực hiện
1	Khảo sát thực trạng hút thuốc và hút thuốc lá thụ động của học sinh sinh viên	
2	Xây dựng nội quy và kế hoạch xây dựng trường học không khói thuốc	
3	Thành lập ban chỉ đạo xây dựng trường học không khói thuốc	
4	Triển khai các hoạt động truyền thông hỗ trợ xây dựng trường học không khói thuốc	
5	Phổ biến nội quy, quy định xây dựng trường học không khói thuốc	
6	Giám sát, đánh giá kết quả thực hiện xây dựng trường học không khói thuốc	

3. Bạn có thể nêu các địa điểm cấm hút thuốc hoàn toàn cả trong nhà và trong phạm vi khuôn viên theo quy định của Luật PCTH thuốc lá

4. Bạn có thể nêu các địa điểm cấm hút thuốc hoàn toàn cả trong nhà theo quy định của Luật PCTH thuốc lá

5. Bạn có thể nêu các địa điểm cấm hút thuốc nhưng có khu vực giành riêng cho người hút thuốc theo quy định của Luật PCTH thuốc lá

6. Việt Nam đã tham gia công ước quốc tế nào về phòng chống tác hại thuốc lá? Năm nào?

## PHỤ LỤC 2

### MẪU PHIẾU ĐÁNH GIÁ SAU KHOÁ TẬP HUẤN VỀ XÂY DỰNG TRƯỜNG HỌC KHÔNG KHÓI THUỐC

Để chúng tôi có thể nâng cao chất lượng khoá tập huấn này cho những lần sau, mong anh/chị vui lòng đóng góp ý kiến cho khoá học bằng cách đánh dấu (x) vào các cột điểm thích hợp với từng nội dung; và có thể ghi thêm ý kiến vào lề hoặc phần cuối của bản đánh giá

(Cho điểm từ 1-5 với từng nội dung đánh giá; với 1 là chưa tốt, 5 là tốt)

Số TT	Nội dung	Điểm				
		1	2	3	4	5
1	Chương trình phù hợp với mong đợi của bạn					
2	Nội dung của khoá học hữu ích với nhà trường					
3	Đánh giá mức độ hữu ích của từng nội dung					
a	Lý do xây dựng nhà trường không khói thuốc					
b	Các bước xây dựng trường học không khói thuốc					
c	Các chính sách, văn bản quy định xây dựng nhà trường không khói thuốc					
d	Tư vấn hỗ trợ cai nghiện thuốc lá					
4	Phương pháp giảng dạy sử dụng trong khoá học					
5	Mức độ tham gia tích cực của học viên					
6	Tài liệu trình bày trên lớp					
7	Tài liệu cung cấp cho học viên					
8	Công tác tổ chức, hậu cần					



9. Anh/chị muốn thay đổi gì để tổ chức khoá học này tốt hơn trong thời gian tới
10. Các nhận xét và đề nghị khác
- Mẫu cho học sinh
  - Mẫu cho giáo viên còn thiếu
  - Mẫu quan sát

### PHỤ LỤC 3

## MẪU PHIẾU KHẢO SÁT THỰC TRẠNG PCTH THUỐC LÁ TRƯỚC CAN THIỆP

### Mẫu dùng cho học sinh Trung học phổ thông:

#### I. Thông tin chung:

Trường: .....

Lớp: 10  11  12

Giới: Nam  Nữ

Tuổi: .....

#### II. Nội dung

*Em hãy khoanh tròn vào số thứ tự tương ứng với câu trả lời của em*

##### A. Thông tin về hành vi hút thuốc

1. Hiện nay em có hút thuốc lá/thuốc lòn không?
1. Có
  2. Không
2. Nếu có hút, lý do nào làm em hút thuốc?
1. Do bắt chước bạn
  2. Do bắt chước bố/mẹ, người thân
  3. Để chứng tỏ mình là người lớn
  4. Tự bản thân thích hút
  5. Do buồn chán, thất vọng
  6. Lý do khác.....
3. Em hút loại thuốc gì? (ghi tên nhãn thuốc lá)
4. Em hút bao nhiêu điếu mỗi ngày?
5. Em thường hút thuốc ở đâu trong trường?
6. Trong gia đình em có ai hút thuốc không?
7. Em đã làm gì khi người ngồi bên cạnh em hút thuốc
1. Bỏ đi chỗ khác
  2. Yêu cầu người đó ra chỗ khác hút

3. Không nói gì
  4. Cách khác:.....
8. Theo em, lý do một học sinh hút thuốc là gì?
1. Để thể hiện mình là người lớn
  2. Do buồn phiền
  3. Do mua thuốc lá quá dễ dàng
  4. Bắt chước bố/mẹ hút thuốc
  5. Do bạn bè xung quanh hút thuốc
  6. Lý do khác.....
9. Em đã làm gì để tham gia PCTH thuốc lá (có thể lựa chọn nhiều câu trả lời)
1. Từ chối khi được mời hút thuốc
  2. Không thử hút thuốc
  3. Tham gia các hoạt động PCTH thuốc lá của lớp/trường, địa phương
  4. Nhắc nhở bạn bè không hút thuốc
  5. Hoạt động khác:.....

##### B. Thông tin về kiến thức về tác hại của thuốc lá

10. Theo em, khói thuốc lá ảnh hưởng tới sức khỏe như thế nào?
1. Ảnh hưởng nghiêm trọng
  2. Có ảnh hưởng
  3. Không ảnh hưởng
  4. Không biết
11. Em cho rằng chất nào sau đây trong thuốc lá là chất gây nghiện
1. Tar (hắc ín)
  2. Các bon monoxit
  3. Nicotin
  4. Chất khác (ghi rõ)
12. Theo em hút thuốc lá chủ động có gây ra các bệnh sau đây không?  
**(Khoanh tròn vào tất cả các lựa chọn phù hợp)**
- |   |                       |                     |
|---|-----------------------|---------------------|
| 1. Tai biến mạch máu não, đột quỵ (máu đông cục trong não gây liệt) | 2. Bệnh tim           | 3. Ung thư phổi     |
| 4. Ảnh hưởng thai nhi và trẻ em                                     | 5. Cao huyết áp       | 6. Ung thư vòm họng |
| 7. Loét dạ dày  | 8. Bệnh phổi mãn tính | 9. Khác.....        |







## MẪU PHIẾU QUAN SÁT

Tên cán bộ quan sát:.....

Ngày quan sát:...../...../201

Địa điểm quan sát:

- |   |                      |
|---|----------------------|
| 1. Trong nhà/Phòng làm việc/<br>Phòng họp | 2. Căng tin, nhà ăn  |
| 3. Hành lang, cầu thang                   | 4. Khu vực ngoài nhà |

Thời gian quan sát: Từ.....giờ.....phút. Đến: .....giờ.....phút.

### I. Quan sát biển báo cấm hút thuốc

C.1	Có nhìn thấy biển báo không hút thuốc từ bên ngoài điểm quan sát?	1. Có 2. Không ->Chuyển C.3 3. Không biết -> Chuyển C.3
C.2	Nếu có, biển báo này thế nào?	1. Dễ thấy 2. Khó thấy
C.3	Có nhìn thấy biển báo không hút thuốc từ cửa ra vào điểm quan sát?	1. Có 2. Không ->Chuyển C.5 3. Không biết -> Chuyển C.5
C.4	Nếu có, biển báo này thế nào?	1. Dễ thấy 2. Khó thấy
C.5	Có nhìn thấy biển báo không hút thuốc bên trong điểm quan sát?	1. Có 2. Không ->Chuyển C.7 3. Không biết -> Chuyển C.7
C.6	Nếu có, biển báo này thế nào?	1. Dễ thấy 2. Khó thấy
C.7	Có nhìn thấy biển báo/quy định nào về việc xử phạt người hút thuốc tại điểm quan sát?	1. Có 2. Không -> Chuyển C.9
C.8	Nếu có, biển báo này thế nào?	1. Dễ thấy 2. Khó thấy
C.9	Có nhìn thấy các pano/apphich về tác hại của thuốc lá đối với sức khỏe tại điểm quan sát?	1. Có 2. Không
C.10	Nếu có, biển báo này thế nào?	1. Dễ thấy 2. Khó thấy

### II. Quan sát sự tuân thủ quy định cấm hút thuốc

C.11	Có thấy người hút thuốc tại điểm quan sát?	1. Có 2. Không
C.12	Nếu có, số lượng người hút?	1. 1-2 người 2. 3-4 người 3. 5-10 người 4. Khác:....

C.13	Có mùi khói thuốc lá tại điểm quan sát?	1. Có 2. Không
C.14	Có mẫu thuốc lá trên sàn/nền nhà/sân (Hay ở thùng rác) tại điểm quan sát?	1. Có 2. Không
C.15	Có gạt tàn tại điểm quan sát?	1. Có 2. Không 3. Không biết.

## PHỤ LỤC 4

### MẪU KẾ HOẠCH HOẠT ĐỘNG PCTH THUỐC LÁ

Đơn vị:.....

STT		Thời gian		Địa điểm	Kinh phí	Tổ chức /cá nhân triển khai	Cán bộ giám sát
		Bắt đầu	Kết thúc				
1	Thành lập Ban điều hành						
2	Khảo sát thực trạng						
3	Xây dựng, ban hành nội quy không hút thuốc lá nơi làm việc						
4	Phổ biến nội quy						
5	Triển khai hoạt động						
5.1	Lễ phát động hưởng ứng xây dựng trường học không khói thuốc						
5.2	Hưởng ứng Tuần lễ quốc gia không thuốc lá 25-31/, (Mít tinh, biểu diễn văn nghệ, phát tờ rơi...)						
5.3	Hội thảo chuyên đề						
5.4	Tập huấn truyền thông viên...						
.....	.....						
6	Giám sát việc thực thi nội quy						



designed by



© 2010

**Avant DG**  
www.avantdg.vn

**Customer:**

Ms. Trâm

**Date:**

27/05/2013

**Note:**

**Subject:**

Tài liệu tập huấn Trường học

**Options:**

1

**Version:**

4

**Printing:**

offset

**Size:**

W16cmxH24cm

**Colour:**



**Stuff:**

paper

**Designed by:**

N.Nam

**Checked by:**

Q.Thang