

# 대구대학교 금연캠페인 및 상담 계획(案)

○ 금연 홍보관 및 상담을 통해 캠퍼스 내 금연 분위기 조성

## ■ 개 요

- 일 시 : 2017. 3. 7.(화)~8.(수) 11:00~15:00 (금연홍보관)  
2017. 3. 23.(목)~4. 20.(목) (매주 목요일 금연상담)
- 장 소 : 대구대학교 햇살광장, 대구대학교 취업관 1층 2208호
- 참 석 : 센터장 외 3명 (동부팀 3명)
- 내 용 : 홍보 및 금연 캠페인, 대상자등록, 금연상담

## ■ 일자별 세부일정

2017. 3. 7.(화) ~8.(수)

| 시 간         | 내 용                             | 진 행                         |
|-------------|---------------------------------|-----------------------------|
| 11:00~15:00 | • 현수막 피켓 설치 및 홍보<br>• 금연버스 금연홍보 | 김보라, 김은정<br>경북금연지원센터<br>간호사 |
|             | • 경북금연지원센터<br>'찾아가는 금연지원서비스' 홍보 |                             |
|             | • 일산화탄소 측정, 폐활량 측정              | 정세형<br>경북금연지원센터<br>사회복지사    |
|             | • '찾아가는 금연지원서비스'<br>대상자 신청 받기   |                             |

## ■ 캠페인 · 홍보관명

- “담배연기 없는 상쾌한 캠퍼스 만들기”

## ■ 목적 및 목표

- 목 적 : 캠퍼스 내 금연 분위기 조성 및 금연지원서비스 대상자 등록
- 목 표 : 금연지원서비스 등록자 30명 확보 및 등록자 15명 금연성공

## ■ 캠페인 · 홍보관 구성

- 캠페인 : 현수막, 피켓, 배너, 어깨띠, 금연버스
- 홍보부스 : 일산화탄소(CO)측정, 금연지원서비스 신청자 등록,리플렛 및 홍보물품 배부

## ■ 일자별 세부일정 및 금연 상담 서비스 흐름

| 상담시간                     |   | 상담내용   | 지급물품   |
|--------------------------|---|--|--|
| 매주<br>목요일<br>(주1회<br>상담) | 1차 상담<br>(3월 23일)<br>금연시작   | < 1:1 개인 상담 ><br>- 금연서비스 등록 및 초기면담<br>- 나의 흡연상태알기<br>- 각오 및 금연 결심일 확인<br>- 금연보조제 및 금단증상 대처법 교육       | My Bottle<br>니코틴 보조제<br>(니코틴패치, 니코틴껌)<br>행동강화물품<br>(아로마파이프, 쿨키스 등) |
|                          | 2차 상담<br>(3월 30일)<br>금연 7일 (1주)   | < 1:1 개인 상담 ><br>- 금연유지 확인 (일산화탄소 측정)<br>- 상황별 흡연 욕구 억제를 위한 행동요법                                     | 니코틴 보조제<br>(니코틴패치, 니코틴껌)<br>행동강화물품<br>(아로마파이프, 쿨키스 등)              |
|                          | 3차 상담<br>(4월 6일)<br>금연 14일 (2주)   | < 1:1 개인 상담 ><br>- 금연유지 확인 (일산화탄소 측정)<br>- 스트레스 관리하기<br>- 내부의 적 극복하기<br>- 금연 동기 강화<br>- 데일리 금연 체크리스트 | 니코틴 보조제<br>(니코틴패치, 니코틴껌)<br>행동강화물품<br>(아로마파이프, 쿨키스 등)              |
|                          | 4차 상담<br>(4월 13일)<br>금연 21일 (3주)  |  |  |
|                          | 5차 상담<br>(4월 20일)<br>금연 21일 (3주)  |  |  |
|                          | 상담 수료식<br>(미정)  | < 금연 성공 축하 ><br>- 금연유지 확인 (일산화탄소 측정 및 니코틴 소변테스트)<br>- 5주 금연성공에 대한 축하 및 선물증정<br>- 재흡연 방지를 위한 다짐       | 5주 금연성공 선물<br>(금연성공자 한함),<br>니코틴<br>보조제/행동강화물품<br>(필요에 따라 추가제공)    |
| 성공 수료식<br>금연 168일 (6개월)  | < 6개월 금연 성공 수료식 ><br>- 6개월 금연성공 확인 (니코틴 소변 테스트)<br>- 금연성공 소감 및 평생금연 자신감 확인<br>- 간단한 다과, 금연성공 상품, 수료증 제공 | 6개월 성공 상품,<br>수료증  |  |