



Društvo pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije
Pulmonary and Allergic Patients Association of Slovenia

V Ljubljani, 26. 10. 2022

Vsem osnovnim in srednjim šolam v Sloveniji

**VABILO ZA SODELOVANJE NA RAZPISU 24. DRŽAVNEGA TEKMOVANJA
ZDRAV DIH ZA NAVDIH
ZA UČENCE OSNOVNIH IN DIJAKE SREDNJIH ŠOL
ZA ŠOLSKO LETO 2022/23**

Spoštovani!

Društvo pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije v šolskem letu 2022/23 razpisuje državno tekmovanje *Zdrav dih za navdih* in vabi k sodelovanju učence osnovnih in dijake srednjih šol z območja Republike Slovenije.

Sodelujete tako, da do 15. februarja 2023 pošljete:

1. Prijavo v elektronski obliki (v wordovem ali excelovem dokumentu) na priloženem obrazcu na elektronski naslov mladinsko.tekmovanje@dpabs.si
2. Soglasje staršev oz. tekmovalcev, ki mora biti **obvezno izpolnjeno na našem obrazcu**, ki je v prilogi.
3. Izdelke v **elektronski in fizični obliki**.

Glede oddaje izdelkov smo letos uvedli nekaj sprememb, zato vas naprošamo, da sledite podrobnejšim navodilom, ki so podana v nadaljevanju pod naslovom **POMEMBNO PRI PRIJAVI IN ODDAJI IZDELKOV**.

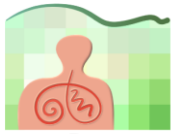
CILJ TEKMOVANJA

je prispevati k boljšemu poznavanju dihal, bolezni dihal, alergij in vpliva okolja na dihala ter pojava alergij med otroki, učenci in dijaki. Zaradi vedno bolj razširjenega kajenja med mladimi bi radi opozorili tudi na to problematiko in pripomogli k ozaveščanju o škodljivih posledicah uživanja tobaka.

Sodelovanje na tekmovanju je prostovoljno. Tekmovalci so lahko osnovnošolci ali srednješolci, vpisani v tekoče šolsko leto. Tekmovanje je urejeno s Pravilnikom o državnem tekmovanju *Zdrav dih za navdih* za predšolske otroke, učence osnovnih in dijake srednjih šol (v nadaljnjem besedilu pravilnik), ki je objavljen na spletni strani www.dpabs.si.

Tema 1: NEKAJENJE - POT DO BOLJŠEGA ZDRAVJA IN OKOLJA

V letošnjem letu pozornost namenjamo manj znanemu vplivu tobačne industrije na okolje, posledicam kajenja na zdravje mladostnika ter zaskrbljujočemu porastu uporabe novejših tobačnih izdelkov, kot so elektronske cigarete in drugi t. i. povezani izdelki med mladimi.



Društvo pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije
Pulmonary and Allergic Patients Association of Slovenia

a) Kajenje in mladi

Kajenje je še posebej nevarno za mlade, saj ima trajne škodljive učinke na razvijajoče se možgane mladostnika. Uživanje tobaka negativno vpliva na kognitivne funkcije, kot sta spomin in koncentracija, škodljive učinke ima tudi na razpoloženje. Mladi so za zasvojenost od nikotina še bolj dovzetni, česar se dobro zaveda tudi tobačna industrija. V zadnjih letih so trg tako preplavili tudi različni izdelki (npr. elektronska cigareta), ki jih proizvajalci promovirajo kot zdravju prijaznejše. Po njih pa ne posegajo le kadilci klasičnih cigaret, pač pa vedno pogosteje tudi mladi. Pa so ti izdelki res bolj varni in zdravju neškodljivi?

Priporočeni naslovi:

- Vpliv kajenja na zdravje mladostnika; Uživanje tobaka in možgani mladostnika; Zakaj ne kadim; Zakaj kadimo, če vemo, da je kajenje zdravju škodljivo ...
- Kaj je odvisnost od kajenja in kako se razvije; Kako ljudi spodbuditi k prenehanju kajenja; Prenehati kaditi: oblike pomoči; Ukrepi družbe za zmanjšanje kajenja; Družba brez tobaka ...
- Zavajanje tobačne industrije in njeni marketinški prijemi; (Ne)varnost elektronskih cigaret in drugih novejših izdelkov; Ekonomski vidik kajenja: stroški za kadilca in družbo ...

b) Vpliv kajenja na naše okolje

Kajenje ne vpliva le na zdravje kadilca, njegove negativne učinke čuti tudi naše okolje. Vsako leto je zaradi novih zasaditev rastline tobaka posekanih ogromno hektarov gozdov, sama proizvodnja tobačnih izdelkov pa zahteva izjemno velike količine vode. Pridelava tobaka negativno vpliva tudi na ljudi. Delavci na tobačnih plantažah, med njimi najdemo tudi otroke, zaradi stika z nikotinom pogosto hudo obolevajo. Letno je v naravo odvrženih več milijard cigaretnih ogorkov, ki veljajo za najbolj onesnažujočo plastiko na svetu. Pogosto so ogorki tudi vzrok uničujočih požarov.

Priporočeni naslovi:

- Tobakna industrija in onesnaževanje okolja; Življenjski cikel tobačnih izdelkov: od nevarne pridelave tobaka do strupenih odpadkov; Cigaretni ogorek kot odpadke; Ogljični odtis kajenja; 1 drevo = 300 cigaret ...
- Nevarno delo na plantažah tobaka ...

Tema 2: ALERGIJE NAM GRENIJO ŽIVLJENJE

V zadnjem času je pojav alergij v porastu. Spoznavamo alergijski pohod, ko se prvi znaki alergije lahko pojavijo že v prvem letu življenja, sledi pa jim postopno pojavljanje različnih alergijskih stanj. Običajno je ekcem (atopijski dermatitis) prva klinična manifestacija, ki mu sledijo alergija na hrano, alergijski rinitis in alergijska astma. Alergijski pohod opazimo pri otrocih, ki na običajne alergene okolja odgovorijo s tvorbo protiteles IgE.

Če alergije ne prepoznamo, ob njenem pojavu ne ukrepamo pravilno in je ne zdravimo, lahko človeka spremlja celo življenje in bistveno poslabša njegovo kvaliteto. Ena izmed najbolj motečih posledic alergij pri mladostnikih je predvsem pojav kožnih simptomatik.



Društvo pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije
Pulmonary and Allergic Patients Association of Slovenia

Priporočeni naslovi:

- Prepoznamo alergije; Kaj povzroča alergije in kako nastanejo; Kako se lahko ognemo alergijam; Kako živeti z alergijo

Veseli bomo, če si boste poskusili odgovoriti na ta in še druga vprašanja po vašem izboru ter vaša razmišljanja, zaključke in dognanja predstavili z različnimi vrstami izdelkov ter se tako vključiti v razpisano 24. tekmovanje mladih *Zdrav dih za navdih* z naslovom NEKAJENJE - POT DO BOLJŠEGA ZDRAVJA IN OKOLJA / ALERGIJE NAM GRENIJO ŽIVLJENJE.

Tekmovalci lahko sodelujejo z naslednjimi izdelki:

- leposlovni spis (domišljjski, doživljajski itd.),
- poezija,
- intervju z bolnikom ali z zdravstvenim delavcem (zdravnikom, medicinsko sestro itd.),
- dramski prizor v pisni ali elektronski obliki,
- risbe (format A3 ali A4),
- plakat (format A3 – največji do 90x60 cm),
- video predstavitev,
- likovni izdelki v kakršnikoli tehniki, velikost do 30 cm,
- raziskovalna naloga v pisni ali elektronski obliki.

Izdelki morajo biti opremljeni z naslednjimi čitljivo napisanimi podatki tekmovalca: ime, priimek, starost, oddelek ali razred, ime in naslov šole ter ime in priimek učitelja oziroma mentorja.

POMEMBNO PRI PRIJAVI IN ODDAJI IZDELKOV

1. Prijava na tekmovanje

Prijavo na tekmovanje pošlje mentor šole v elektronski obliki (v wordovem ali excelovem dokumentu), do **15. februarja 2023** na priloženem obrazcu na elektronski naslov mladinsko.tekmovanje@dpabs.si

2. Priložite soglasje staršev oz. tekmovalcev – obvezno na obrazcu društva

Šola je dolžna mentorje, tekmovalce, starše oziroma zakonite zastopnike seznaniti s tem, da društvo osebne podatke sodelujočih oseb obdeluje za namen izvedbe in promocije državnega tekmovanja in da bo izdelke ter rezultate, skupaj z imenom, priimkom tekmovalca, razredom oziroma oddelkom, nazivom šole ter imenom in priimkom mentorja tudi javno objavilo. O tem je k prijavi oz. izdelkom treba priložiti tudi pisno izjavo (soglasje) tekmovalcev oziroma staršev, oziroma njihovih zakonitih zastopnikov. **Za soglasje je treba obvezno uporabiti obrazec našega društva, ki je Priloga 2 tega razpisa.**

3. Izdelke je treba poslati po elektronski in klasični pošti

Po novem je treba vse izdelke poslati po **elektronski pošti na naslov** mladinsko.tekmovanje@dpabs.si **in prav tako v fizični obliki** na naslov Društvo pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije, Koprška ulica 94, 1000 Ljubljana s pripisom »za ocenjevalno komisijo«. Izdelke pošljite **do 15. februarja 2023**.



Društvo pljučnih in alergijskih bolnikov Slovenije
Pulmonary and Allergic Patients Association of Slovenia

V elektronski obliki jih potrebujemo za ocenjevanje in da jih lahko vključimo v prezentacije, ki jih z veseljem pokažemo na različnih dogodkih našega društva ter za objavo v glasilu in na spletni strani društva. V fizični obliki pa jih potrebujemo za ocenjevanje in za predstavitev na razstavah.

Predno izdelke pošljete po klasični pošti jih prosimo fotografirajte oziroma shranite v digitalni obliki in nam takšne pošljete **po elektronski pošti**. Vsi izdelki morajo biti ustrezno poimenovani po avtorju izdelka in osnovni oziroma srednji šoli iz katere prihaja.

- a. **Pisne izdelke** kot so poezije, spisi, raziskovalne naloge, predstavitve, in drugi pisni izdelki, pošljite **v wordovem ali pdf dokumentu**.
- b. Plakate, makete, risbe ter druge **likovne izdelke pa fotografirajte** (to lahko s telefonom naredijo že učenci oz. dijaki sami) in pošljite **fotografije**.
- c. **Video** posnetke pošljite v **.mp4** formatu.

Po klasični pošti pa pošljete izdelke v fizični obliki: originalne plakate, makete, risbe, natisnjene spise, raziskovalne naloge in druge pisne izdelke, ...

ODLIČJA

Trstika (zlata, srebrna, bronasta) – prejme jo tekmovalec ali več tekmovalcev glede na doseženo število točk.

Priznanje za sodelovanje prejmejo vsi tekmovalci, mentorji pa dobijo **potrdila** o sodelovanju. Ocenjevalna komisija obvesti o rezultatih tekmovanja sodelujoče šole ter objavi rezultate na spletni strani društva.

Zaključna prireditev s podelitvijo odličij bo ob ugodnih epidemioloških razmerah 13. maja 2023 v Mladinskem zdravilišču in letovišču RKS Debeli rtič.

Veselimo se vašega sodelovanja in z zanimanjem pričakujemo izdelke tekmovalcev.

Lepo vas pozdravljamo in vam želimo zdrav dih.

Nuška Guid, dr. med., spec. pediatrije
predsednica Projektne skupine za otroško
in mladinsko aktivnost

mag. Metka Nežič
predsednica Društva pljučnih
in alergijskih bolnikov Slovenije

Priloga 1: Obrazec za prijavo

Priloga 2: Obrazce za soglasje