

- 금연 캠페인 및 상담을 통해 대학교 내 금연 분위기 조성 -

개 요

- 일 자 : 2025. 04. 01.(화) (금연캠페인 및 등록)
2025. 04. 08.(화) ~ 04. 29.(화) (금연상담)
- 시 간 : 11:00 ~ 15:00 (매주 화요일 금연상담)
- 장 소 : 학생회관 앞 광장 (금연캠페인 및 등록)
보건진료소 (매주 화요일 금연상담)
- 내 용 : 홍보 및 금연 캠페인, 대상자 등록, 금연상담

금연캠페인 세부일정

시 간	내 용
2025. 04. 01. (화) 11:00 ~ 15:00	• 현수막 피켓 설치 및 홍보
	• 경북금연지원센터“생활터 금연환경 조성”홍보
	• 대상자 모집 및 등록 상담
	• 일산화탄소 측정, 폐활량 측정 체험

캠페인명

- “ 너의 슬기로운 금연생활을 응원해 ”

목적 및 목표

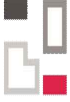
- 목 적 : 대학교 내 금연 분위기 조성 및 금연지원서비스 홍보
- 목 표 : 금연 환경 조성 및 금연지원서비스 등록자 확보

캠페인·홍보관 구성

- 캠페인 : 현수막, 피켓, 배너
- 홍보부스 : 일산화탄소(CO)측정, 금연지원서비스 리플릿 및 홍보물품 배부

협조사항

- 대학교 내 홍보수단을 통한 금연캠페인 사전 홍보
- 캠페인 당일 금연 홍보관 운영을 위한 장소 협조
- 금연 상담 진행을 위한 장소 협조



대구가톨릭대학교 『생활터 금연환경 조성』 일정표

차 수		내 용	지급물품 / 보조제
금연 캠페인 운영 (4/1 화)		- 대상자 : 금연을 희망하는 대구가톨릭대학교 학생 - 금연교구 전시 - 일산화탄소 측정, 폐활량 측정	- 기본 홍보물품 배부 - (서비스 등록 시) 금연 보조제 및 행동강화물품 제공
대면 상담 [주1회] (화요일)	1차 상담 (4/8 화)	[1:1 대면(방문) 상담] - 금연서비스 등록 - 개인정보수집동의 - 니코틴의존도 파악하기	◎금연 보조제  (니코틴패치 / 니코틴껌) ◎행동강화물품
	2차 상담 (4/15 화)	- 금연이유 생각하기 - 금연결심 및 시작일 지정 - 나의 흡연상태알기 - 금단증상 대처법 교육 - 금연유지 확인 (CO측정)	
	3차 상담 (4/22 화)	- 금단증상 및 흡연욕구 강도 및 대처방법 안내 - 금연의 이유 재확인 - 스트레스 관리, 음주 등 금연 장애요인 관리 - 흡연욕구 강도 확인 및 정서변화 확인 - 금연에 도움이 되는 식이, 운동 안내 - 금연성공 자기보상 생각하기	
	4차 상담 (4/29 화)	- 금연으로 인한 장단점 확인하기 - 스트레스 관리 및 취미·여가활동 권유 - 금연 후 체중증가 확인 및 관리	
비대면 상담	5차 상담 ~ 9차 상담	[1:1 비대면(전화) 상담] - 금연유지 확인 - 일산화탄소 측정 - 내부의 적 극복하기 - 실수 극복하기 - 나에게 보상하기	자일리톨껌  비타민  무설탕캔디  물병 + 발포비타민  칫솔세트  리스테린  아로마 파이프 
금연성공 수료식	[6개월 금연 성공 수료식] - 6개월 금연성공 확인 (코티닌 / 소변 테스트) - 금연성공 상품권 제공	6개월 성공 상품 수료증	

※ 경북금연지원센터는 **비밀보장**을 약속드립니다.

※ 일정 및 제공되는 물품은 상황에 따라 다소 변경될 수 있으며(재공지) 기타 궁금한 사항은 언제든지 문의주세요. ☎010-7620-9040