Prevencija: „Klikni zdravo“ – Prevencija i rana intervencija za smanjenje primjene i zlouporabe alkohola, droga i drugih oblika ovisnosti mladih u Hrvatskoj

Provoditelj: HUHIV
Godina provedbe: 2025

Kratki opis programa
Program je usmjeren na prevenciju rizičnih ponašanja i ovisnosti kod mladih kroz primjenu inovativne mobilne aplikacije. Korištenjem digitalnih alata prilagođenih navikama mladih, program potiče osvještavanje važnosti mentalnog zdravlja i razvoja životnih vještina te informirano donošenje odluka, uz pružanje pravovremene podrške i povezivanje s relevantnim službama kao nadogradnju postojećim preventivnim programima u zajednici.

Sažetak programa
Program je tijekom 2025. godine usmjeren na razvoj i implementaciju inovativnog digitalnog alata za prevenciju rizičnih ponašanja i ovisnosti kod mladih. Temeljen je na mapiranim potrebama mladih i zajednice te primjeni digitalnih metoda prilagođenih navikama novih generacija. Kroz mobilnu aplikaciju razvijeni su interaktivni edukativni sadržaji, alati za samoprocjenu i mehanizmi za povezivanje mladih s relevantnim službama i institucijama. Program je proveden u suradnji sa stručnjacima iz područja javnog zdravstva, prevencije ovisnosti i mentalnog zdravlja, uz aktivno uključivanje mladih u evaluaciju sadržaja i iskustva uporabe. Kao digitalna nadogradnja postojećim preventivnim programima, program doprinosi ranijem prepoznavanju potreba za podrškom, jačanju osviještenosti i smanjenju rizičnih ponašanja među mladima.

1. Županije provedbe
Bjelovarsko-bilogorska, Brodsko-posavska, Dubrovačko-neretvanska, Istarska, Karlovačka, Koprivničko-križevačka, Krapinsko-zagorska, Ličko-senjska, Međimurska, Osječko-baranjska, Požeško-slavonska, Primorsko-goranska, Sisačko-moslavačka, Splitsko-dalmatinska, Varaždinska, Virovitičko-podravska, Vukovarsko-srijemska, Zadarska, Zagrebačka, Šibensko-kninska, Grad Zagreb

2. Datum početka i završetka programa
Datum početka: 15.11.2023.
Datum završetka: 14.11.2025.

3. Ostvaruje li program formalno partnerstvo u zajednici
da

4. Ako da, s kim (suradnik u provedbi)
Hrvatski zavod za javno zdravstvo

5. Dosadašnja iskustva udruge/institucije u provođenju istog ili sličnih programa
Mjesto provedbe programa: Cijela Hrvatska
Godina u kojoj se program provodio: 2025.
Broj obuhvaćenih korisnika:

6. Je li program originalno autorsko djelo nositelja ili je preuzet za korištenje uz dozvole autora
Izvor programa: Originalni program
Originalni naziv programa na jeziku s kojeg je preuzet:

7. Razina preventivnih intervencija
Univerzalna

8. Okruženje na koje je program primarno usmjeren
Zajednica

9. Rizični i zaštitni čimbenici na koje program cilja
Rizični čimbenici: Program cilja ključne rizične čimbenike povezane s razvojem rizičnih ponašanja i ovisnosti kod mladih, uključujući nedostatak informacija i provjerenih izvora, slabije razvijene životne vještine, povećanu izloženost rizičnim ponašanjima u digitalnom okruženju, poteškoće u mentalnom zdravlju te otežan pristup pravovremenoj podršci i savjetovanju. Dodatni rizični čimbenici odnose se na stigmu vezanu uz mentalno zdravlje i ovisnosti te neprepoznavanje ranih znakova rizika.
Zaštitni čimbenici: Istodobno, program jača zaštitne čimbenike kroz poticanje osvještavanja važnosti mentalnog zdravlja i životnih vještina, razvoj samorefleksije i informiranog donošenja odluka, dostupnost digitalnih alata za samoprocjenu te povezivanje mladih s relevantnim službama i sustavima podrške u zajednici. Korištenjem pristupačnog i mladima prilagođenog digitalnog alata, program doprinosi jačanju otpornosti, odgovornosti i pravovremenog traženja pomoći.

10. Procjena potreba
Način provedbe: Procjena potreba provedena je kombinacijom kvalitativnih i analitičkih metoda. Uključivala je analizu dostupnih podataka i relevantnih izvješća iz područja javnog zdravstva, prevencije ovisnosti i mentalnog zdravlja mladih, kao i uvid u postojeće programe i prakse u zajednici. Provedene su fokus grupe i strukturirane konzultacije s mladima radi prikupljanja njihovih iskustava, potreba i percepcije rizičnih ponašanja. Dodatno, korištene su opservacije iz dugogodišnjeg rada sa ciljanim skupinama te stručna iskustva suradnika uključenih u projekt, što je omogućilo cjelovit uvid u potrebe mladih i zajednice.
Očekivani rezultati: Očekivani rezultati programa uključuju povećanu osviještenost mladih o rizičnim ponašanjima, ovisnostima i važnosti mentalnog zdravlja, kao i poticanje samorefleksije i informiranog donošenja odluka. Programom se očekuje lakše i ranije prepoznavanje potreba za podrškom među mladima te povećano korištenje dostupnih preventivnih i savjetodavnih usluga. Dugoročno, očekuje se jačanje zaštitnih čimbenika, smanjenje rizičnih ponašanja i bolja povezanost mladih s postojećim sustavima podrške u zajednici, uz unapređenje učinkovitosti postojećih preventivnih programa kroz digitalnu nadogradnju.

11. Trajanje programa
Trajanje jednog ciklusa programa u tjednima: n/a

12. Ciljevi programa
Opći: Doprinijeti prevenciji rizičnih ponašanja i ovisnosti kod mladih kroz primjenu inovativnih, digitalnih i mladima prilagođenih preventivnih metoda.
Ojačati osviještenost mladih o važnosti mentalnog zdravlja i razvoja životnih vještina kao ključnih zaštitnih čimbenika.
Unaprijediti dostupnost pravovremenih informacija, samopomoći i podrške mladima te ojačati povezanost s postojećim sustavima prevencije u zajednici.
Specifični: Razviti i implementirati mobilnu aplikaciju kao digitalni alat za prevenciju rizičnih ponašanja i ovisnosti kod mladih.
Poticati mlade na samorefleksiju, informirano donošenje odluka i prepoznavanje vlastitih potreba kroz interaktivne sadržaje i alate za samoprocjenu.
Omogućiti mladima lakši pristup relevantnim informacijama, službama i institucijama u području mentalnog zdravlja i prevencije ovisnosti.
Aktivno uključiti mlade u evaluaciju sadržaja i iskustva uporabe aplikacije radi kontinuiranog unaprjeđenja programa.
Doprinijeti jačanju učinkovitosti postojećih preventivnih programa kroz njihovu digitalnu nadogradnju.

13. Ciljana skupina
Opća populacija, Srednja škola, Obitelj / roditelji, Stručnjaci (u odgojno-obrazovnom i zdravstvenom okruženju te u organizacijama civilnog društva koji rade sa osobama u riziku od ovisnosti ili osobama koje imaju različite vrste ovisnosti)

14. Korisnici programa
Opis korisnika: Primarni korisnici programa su mladi, prvenstveno adolescenti i mladi odrasli u dobi od približno 16 do 25 godina, oba spola. Program je namijenjen općoj populaciji mladih, kao i mladima u povećanom riziku od rizičnih ponašanja i razvoja ovisnosti, uključujući eksperimentiranje s psihoaktivnim tvarima, problematično korištenje digitalnih tehnologija, kockanje te poteškoće vezane uz mentalno zdravlje. Korisnici dolaze iz različitih socijalnih i obrazovnih okruženja, a program je prilagođen mladima koji traže anoniman, pristupačan i digitalno prilagođen oblik podrške. Sekundarni korisnici su roditelji i stručnjaci koji rade s mladima.
Broj korisnika na godišnjoj bazi: 1167

15. Metode korištene u programu
Radionica, Medijska kampanja, fokus grupe, edukacijske i evaluacijske radionice, pristup i korištenje mobilne aplikacije i web platforme

16. Program je evaluiran
da

17. Vrsta provedene evaluacije
Da - Evaluacija procesa i učinka

18. Metoda evaluacije
Evaluacija programa provedena je kombinacijom kvalitativnih i kvantitativnih metoda te je obuhvatila evaluaciju procesa i evaluaciju učinka. Evaluacija procesa provedena je kroz praćenje provedbenih aktivnosti, analizu korištenja mobilne aplikacije i fokus grupe s mladima, s ciljem procjene relevantnosti sadržaja, razumljivosti i iskustva uporabe. Evaluacija učinka temeljila se na analizi kvantitativnih pokazatelja (broj korisnika, razina angažmana, interakcije i trajanje korištenja) te kvalitativnih povratnih informacija prikupljenih kroz fokus grupe i evaluacijske rasprave s mladima. Dobiveni podaci korišteni su za unaprjeđenje programa i prilagodbu sadržaja stvarnim potrebama korisnika.

19. Evaluatori
Unutarnji i vanjski

20. Najvažniji rezultati evaluacije
Rezultati evaluacije pokazali su visoku prihvaćenost programa među mladima te dobru usklađenost sadržaja s njihovim stvarnim potrebama i interesima. Mladi su istaknuli da je mobilna aplikacija razumljiva, pristupačna i relevantna, posebno zbog digitalnog formata i mogućnosti anonimnog korištenja. Evaluacija je pokazala visok stupanj angažmana korisnika i aktivno korištenje sadržaja, što upućuje na stvarnu zainteresiranost ciljne skupine. Dodatno, evaluacija je ukazala na povećanu osviještenost mladih o rizičnim ponašanjima, mentalnom zdravlju i važnosti traženja podrške, kao i na potrebu za kontinuiranim razvojem sadržaja sukladno brzim promjenama u društvu. Povratne informacije korisnika korištene su kao temelj za daljnje unaprjeđenje funkcionalnosti i sadržaja programa.

21. Program je promoviran u okviru medijske kampanje na nacionalnoj i/ili lokanoj razini
Promoviran: da
Sadržaj i tijek kampanje: Program je promoviran kroz nacionalnu javnozdravstvenu medijsku kampanju provedenu tijekom Mjeseca borbe protiv ovisnosti. Kampanja je bila usmjerena na informiranje mladih o rizičnim ponašanjima, važnosti mentalnog zdravlja i dostupnosti digitalnog alata za prevenciju i samopomoć. Sadržaj kampanje uključivao je

digitalne i medijske objave s preventivnim porukama, predstavljanje mobilne aplikacije i upućivanje mladih na njezino korištenje. Kampanja je provedena putem online kanala i nacionalnih medija, povezivanje sa centrima za mlade, uz praćenje dosega i angažmana korisnika, što je pokazalo visoku razinu vidljivosti i interesa ciljne skupine.

22. Ukupni proračun programa za jednu godinu provođenja (HRK)
30000

23. Izvori financiranja
Vlastita sredstva (HRK):
Gradsko financiranje (HRK):
Županijsko financiranje (HRK):
Nacionalno financiranje (HRK): 30000
Drugi izvori (HRK): 4000