

też konsekwencjami społecznymi, środowiskowymi i ekonomicznymi używania tytoniu i narażenia na dym tytoniowy.

Szczegółowe cele kampanii 2014 są następujące:

Zwiększenie przez rządy podatku na tytoń do poziomu, który zmniejsza konsumpcję tytoniu;

Zaangażowanie organizacji społecznych w zachęcanie rządów do zwiększenia podatku od tytoniu do poziomu, które zmniejsza jego spożycie.

Święto jest okazją do ogólnospołecznej akcji edukacyjnej informującej o zdrowotnych następstwach używania tytoniu i zachęcającej do wyboru zdrowego stylu życia wolnego od dymu tytoniowego

Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Szczecinku kolejny już rok realizuje Program Ograniczania Zdrowotnych Następstw Palenia Tytoniu Polsce. Jego celem jest przede wszystkim zmiana klimatu społecznego i zachowania mieszkańców względem nikotyny.

Jest przynajmniej kilka powodów, aby zadać sobie trud rzucenia palenia, dlatego w związku ze zbliżającym się Światowym Dniem bez Tytoniu, który przypada 31 maja, gorąco namawiamy wszystkich palaczy do rozważenia pozbycia się nałogu. Fakty mówią same za siebie. Każdy papieros - zabiera około 10 minut, jest to czas stracony na kupowanie papierosów i samo palenie. Dziennie - wypalenie jednej paczki papierosów zajmuje 3 godziny i 30 minut, rocznie prawie 1160 godzin, a w ciągu 10 lat to aż 12000 godzin. 500 dni swojego życia przeznaczamy na trucie siebie i innych dymem tytoniowym.

Nigdy nie jest za późno na rzucenie palenia! Nawet po czterdziestu czy pięćdziesięciu latach palenia Twój organizm jest w stanie naprawić wyrządzone przez tytoń szkody. Jeśli łatwo się męczysz, brakuje Ci tchu, masz problemy z snem, to przyczyną tych dolegliwości może być nie Twój wiek, ale właśnie palenie tytoniu. Poczujesz się zdecydowanie lepiej, jeśli zerwiesz z nałogiem. Wtedy przekonasz się, że palenie papierosów było przyczyną Twojego ciągłego zmęczenia, osłabienia i utraty zdrowia.

Światowy Dzień bez Tytoniu to odpowiednia chwila do walki, w której nagrodą jest życie i zdrowie każdego człowieka

PAŃSTWOWY
Powiatowy Inspektor Sanitarny
w Szczecinku
mgr Barbara Szysz