|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Światowy Dzień  Rzucania Palenia Tytoniu **Światowy Dzień Rzucania Palenia, obchodzony jest corocznie w każdy trzeci czwartek miesiąca. Pomysłodawcą akcji był amerykański dziennikarz Lynn Smith, który w 1974 roku zaapelował do czytelników swojej gazety, aby przez jeden dzień wstrzymali się od palenia papierosów**. Do inicjatywy dziennikarza przyłaczyło się aż 150 tysięcy osób, które postawiły sobie wyzwanie ograniczenia się od palenia tytoniu przez 24 godziny. Pomysł spotkał się z ogromnym uznaniem wielu środowisk wśród amerykańskiej ludności, co w kolejnym roku zaowocowało udziałem w akcji wszystkich stanów i następnych tysięcy palaczy.  W Polsce Światowy Dzień Rzucania Palenia obchodzony jest od 1991 roku.  **Uzależnienie od nikotyny jest bardzo trudnym nałogiem a palenie tytoniu niesie ze sobą wiele negatywnych skutków wpływających na stan zdrowia człowieka, między innymi:**   * **Choroby układu oddechowego** * **Choroby układu krążenia** * **Nowotwory**   **Zachęcamy do  popularyzowania obchodów Światowego Dnia Rzucania Palenia Tytoniu.**  **„RZUĆ PALENIE-RAZ NA ZAWSZE”** |  | **17 Listopad 2022**  **Światowy Dzień Rzucania Palenia Tytoniu** |  |  |

