

Światowy Dzień Bez Tytoniu 31.05.2020

Światowy Dzień Bez Tytoniu zainicjowano w ramach programu „Europa wolna od dymu tytoniowego” na konferencji Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) w 1988 r. w Madrycie. Misją wydarzenia było podnoszenie świadomości o niebezpieczeństwach używania tytoniu, negatywnych praktykach biznesowych firm tytoniowych oraz działaniach WHO w walce z epidemią tytoniu. Obchody te są dobrą okazją, by wszyscy wspólnie mogli się zastanowić nad poprawą własnego zdrowia. Każdego roku obowiązuje inne hasło przewodnie. Konkretny temat ma służyć stworzeniu jednolitego frontu działania i pozyskania jak największej rzeszy odbiorców w walce z epidemią palenia tytoniu. W tym roku działania mają na celu ochronę dzieci i młodzieży przed nałogiem palenia tytoniu. Corocznie grupy z całego świata, na różnych szczeblach – kluby lokalne, rady miejskie, rządy krajowe zachęcane są przez WHO do organizowania wydarzeń pomagającym ludziom rzucić palenie. Obecnie z uwagi na epidemię COVID – 19 nie możemy podjąć działań z wyjściem do społeczeństwa. Dlatego tym bardziej apelujemy, szczególnie do młodych ludzi, o zastanowienie się przed podjęciem decyzji o paleniu tytoniu, o jego szkodliwości i niszczeniu własnego zdrowia. Palenie zabija co roku 6 milionów ludzi na całym świecie. Jeśli więc w Światowy Dzień Bez Tytoniu palenie rzuci chociaż kilkadziesiąt osób, będzie to dobra wiadomość.

Światowy Dzień bez Tytoniu- 31 maj 2019r.

Hasłem przewodnim tegorocznych obchodów Światowego Dnia bez Tytoniu (31.05.2019 r.), zaproponowanym przez Światową Organizację Zdrowia, jest **„tytoń a zdrowe płuca”**.

Hasło ma na celu zwiększenie świadomości na temat negatywnego wpływu tytoniu na płuca – od raka po przewlekłe choroby układu oddechowego oraz podstawowej roli, jaką płuca odgrywają dla zdrowia i dobrego samopoczucia wszystkich ludzi

ŚWIATOWY DZIEŃ BEZ TYTONIU - 31 MAJ 2017

Światowy Dzień bez Tytoniu – 31 maj 2017 – tegoroczne hasło: „Tytoń – zagrożenie dla rozwoju” („Tobacco – a threat to development”).

Światowy Dzień bez Tytoniu to akcja, którą zainicjowano na Konferencji WHO w roku 1988 w Madrycie. Co roku 31 maja Światowa Organizacja Zdrowia i partnerzy Światowego Dnia bez Tytoniu mają na celu zwrócenie uwagi na szkodliwość palenia tytoniu oraz zagrożenia z tym związane.

Głównymi zamierzeniami tegorocznego obchodu Światowego Dnia bez Tytoniu są:

-Zwrócenie uwagi na związki między stosowaniem wyrobów tytoniowych, kontrolą tytoniu i zrównoważonym rozwojem.

-Zachęcanie krajów do włączania kontroli tytoniu do swoich krajowych działań w ramach 2030 agendy

zrównoważonego rozwoju.

-Wspieranie państw członkowskich i społeczeństwa w celu zwalczania ingerencji przemysłu tytoniu w procesy polityczne, co z kolei prowadzi do wzmocnienia krajowych działań w zakresie kontroli tytoniu.

-Zachęcanie do szerszego udziału społeczeństwa i partnerów w krajowych, regionalnych i globalnych działaniach na rzecz opracowania i wdrożenia strategii i planów rozwoju oraz osiągnięcia priorytetowych działań w zakresie kontroli tytoniu.

-Pokazanie, w jaki sposób poszczególni ludzie mogą przyczynić się do trwałego, wolnego od tytoniu świata, czy to poprzez zobowiązanie się do nie podejmowania prób palenia tytoniu, czy też zrezygnować z tego nawyku.

ŚWIATOWY DZIEŃ BEZ TYTONIU 31 Maj 2016 rok

Jak każdego roku 31 maja obchodzony jest, jako Światowy Dzień Bez Tytoniu. Dzień ten stanowi okazję do zwrócenia uwagi na powszechność nałogu palenia papierosów i jego negatywne skutki zdrowotne. Dzień ma również zachęcić do 24-godzinnej abstynencji od wszystkich form konsumpcji tytoniu na całym świecie, ale też skłonić nałogowych palaczy do próby podjęcia decyzji o zaprzestaniu palenia.

Tegorocznym hasłem Światowego Dnia Bez Tytoniu, ogłoszonym przez Światową Organizację Zdrowia (WHO) na ten dzień jest: **Jednolite opakowanie wyrobów tytoniowych – Fakty i wyzwania.**

Światowa Organizacja Zdrowia dąży do przygotowania państw członkowskich na wprowadzenie wystandaryzowanych, jednolitych opakowań wyrobów tytoniowych. Jednolite opakowania mają na celu zmniejszenie atrakcyjności papierosów a tym samym ograniczenie popytu na wyroby tytoniowe. Jednolite opakowania nie zawierają logo, kolorów, firmowych obrazków, informacji reklamowych, promujących dany wyrób tytoniowy, co pozwoli ograniczyć stosowanie opakowań do celów reklamy i promocji wyrobów tytoniowych oraz zwiększyć skuteczność profilaktyki i ostrzeżeń zdrowotnych.

W Polsce każdego roku z powodu palenia umiera średnio 67 tysięcy dorosłych osób. Palenie niezmiennie pozostaje jedną z głównych przyczyn zgonów wśród dorosłej populacji Polaków. Należy jednak zwrócić uwagę, iż dzięki prowadzonym działaniom profilaktycznym i promocyjnym nastąpiły wyraźne zmiany w zachowaniach zdrowotnych Polaków. Badania Głównego Urzędu Statystycznego oraz Centrum Badania Opinii Społecznej (CBOP) potwierdzają spadek liczby palaczy.

Warto, zatem zastanowić się czy kolejny Światowy Dzień Bez Tytoniu, obchodzony 31 maja nie jest idealną okazją do podjęcia próby rzucenia palenia lub choćby ograniczenia jego spożycia.

CO ZYSKASZ RZUCAJĄC PALENIE?

- Zmniejszy się ryzyko infekcji górnych dróg oddechowych i kaszel.
- Ochronisz swoich najbliższych przed zdrowotnymi konsekwencjami biernego palenia.

- Będziesz mieć więcej energii.
- Będziesz otrzymywać więcej tlenu i będzie Ci łatwiej oddychać.
- Poprawi się Twoje samopoczucie.
- Poprawi się Twoja kondycja fizyczna i psychiczna – zwiększy się odporność na stres i przeciwności losu.
- Twoja skóra, paznokcie i zęby będą w lepszym stanie, będziesz mieć mniej zmarszczek.
- Twoje ubrania, włosy i mieszkanie będą ładniej pachniały.
- Oszczędzisz pieniądze, które możesz przeznaczyć na inne cele.

TELEFONICZNA PORADNIA POMOCY PALĄCYM

801 108 108