

PASAULINĖ DIENA BE TABAKO

Visi žinome, kad rūkymas kenkia sveikatai. Cigarečių dūmai kenkia visiems -net ir nerūkantiems žmonėms, esantiems rūkančiųjų aplinkoje.

Norėdami atkreipti dėmesį į šią problemą gegužės 31-ąją dieną minėjome „Dieną be tabako“.

Lietuvoje šią dieną jau šeštus metus įgyvendina akcija „Obuolys vietoj cigaretės“ kurios tikslas visus rūkančiuosius paraginti nors šią dieną nerūkyti.

Mokykloje buvo išdalinta šimtas obuolių su lipdukų su užrašu „ Pasaulinė diena be tabako 2016“

Taigi, rūkantieji raginami susimąstyti. Nepaisant neigiamo rūkymo pasekmių, šio įpročio (kaip ir bet kurio kito) atsisakyti ne taip jau paprasta, todėl geriausia išvis nepradėti rūkyti. **Juk nerūkyti nieko nekainuoja.** Nerūkydami saugome ne tik save, bet ir aplinkinių sveikatą.

Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė

Odeta Šešeikienė

