

Światowy Dzień bez Tytoniu

„Rzucić palenie? To łatwe.

Robiłem to ze sto razy”

Mark Twain

W dniu 31 maja obchodzimy Światowy Dzień bez Tytoniu. Święto to zostało ustanowione przez Światową Organizację Zdrowia, a jego celem jest zwrócenie uwagi na powszechny problem społeczny, czyli palenie papierosów i używanie wyrobów nikotynowych. Jest to też okazja, by poszerzyć swoją wiedzę na temat szkodliwości i konsekwencji zdrowotnych palenia tytoniu. W tym roku hasło Światowego Dnia bez Tytoniu to – „Demaskowanie atrakcyjności: ujawnianie taktyk stosowanych przez przemysł tytoniowy w odniesieniu do wyrobów tytoniowych i nikotynowych”.

Wzorem lat poprzednich, Mieszkańcy Domu „Przyjaznych Serc” również obchodzili Światowy Dzień bez Tytoniu. W pierwszej kolejności pod okiem Instruktora terapii zajęciowej wykonali kolarz pt. „Nie palę”. Następnie w ramach zwiększenia świadomości dotyczącej szkodliwości palenia papierosów i wyrobów nikotynowych wysłuchali pogadanki zaprezentowanej przez pracowników Powiatowej Stacji Sanitarno – Epidemiologicznej w Płocku.

Według opinii Mieszkańców Domu podjęcie walki i rzucenie palenia nie należy do łatwych, jednak niezaprzeczalnie wpływa na poprawę kondycji fizycznej i zmniejsza ryzyko pojawienia się chorób będących następstwem palenia tytoniu. Więc może jest o co walczyć!?
