

Социальное агентство «Здоровье молодежи»

460000, г. Оренбург, ул. Просторная 16-88, телефон: 77-11-90 (факс) ИНН/КПП 5609050504/ 560901001, ОГРН 1085600000023

Цель Международного дня отказа от курения — способствовать снижению распространенности табачной зависимости, профилактика табакокурения и информирование общества о пагубном воздействии табака на здоровье.

Курение считают вредной привычкой 47% из числа опрошенных горожан, зависимостью — 38%, неизлечимой болезнью — 9%, не смогли определить своего отношения к курению — 6% респондентов.

На вопрос о последствиях употребления табака 22% респондентов затруднились дать ответ. Результатом употребления табака считают: рак легких — 35% опрошенного населения, бронхит и другие заболевания легких — 25% респондентов, 12% указали на сердечнососудистые заболевания, 6% — на туберкулез.

По мнению 12% респондентов бросить курить — легко, 56% считают, что это трудно, 4% считают, что — невозможно, 28% не задумывались об этом. При этом 21% из числа опрошенных горожан пытались бросить курить, но в основном безуспешно. Учитывая масштабы проблемы, важно проблеме курения среди подростков уделять особое внимание!

День борьбы с курением

Рекомендуемые мероприятия:

1. Оформление информационного стенда «Курить – здоровью вредить!».
2. Объявление недели без табака на территории образовательного учреждения.
3. Анкетирование на выявление распространенности курения среди учащихся.
4. Распространение наглядного агитационного материала о вреде курения в ходе мероприятий.
5. Конкурс плакатов «Вредным привычкам – «НЕТ!»
6. Классные часы по группам на антитабачную тему
7. Видеоклубы о вреде курения:
Мультифильмы:
«Тайна едкого дыма!» (6+)
«Живи как мы» (для подростков)
«Иван-царевич и табакерка» (любой возраст)
8. Онлайн-квест для категории (14-19 лет)
<http://продвигайжизнь.рф/page3439270.html>
9. Акция «Поменяй сигарету на конфету». В завершение акции: массовое уничтожение собранных сигарет.



Социальное агентство
«Здоровье молодежи»

КУРЕНИЕ



УБИВАЕТ!

Когда ты бросишь курить, то через:



20 минут
давление придет в норму



8 часов
уровень кислорода полностью нормализуется



2 дня
никотин полностью будет выведен из организма, обоняние и вкусовые рецепторы обретут нормальную чувствительность



3 дня
повысится иммунитет и физическая выносливость



2 недели
кровообращение улучшится и полностью восстановится через 10 недель



3-9 недель
исчезнут кашель и хрипы, объем легких увеличится на 10%

Пройди онлайн квиз
сканируй QR Code



1 год
риск сердечного приступа снизится на 50%

Сделай шаг

навстречу здоровому будущему!



ПРОдвигай ЖИЗНЬ



ФОНД
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ