



**31 мая –
День отказа от курения**

31 мая в Секторе по работе с молодежью Смоленской областной библиотеки для детей и молодежи имени И. С. Соколова-Микитова прошла акция «Курение или здоровье – выбор за вами», которая была приурочена к Всемирному дню без табака.

Всемирный день без табака был установлен в 1988 году Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ). В этот день во всем мире проводятся международные акции по борьбе с курением, привлекая внимание общества к этой проблеме. Доказано: курящие люди живут в среднем на 14-15 лет меньше, чем некурящие. Качество их жизни и показатели здоровья при этом гораздо ниже, чем у тех, кто никогда не курил или курил, но бросил.

Целью акции стала пропаганда здорового образа жизни. Был проведен опрос среди молодых пользователей об их отношении к курению. Их ответы показали, что они отрицательно относятся к этой вредной привычке. Также рассказывали всем участникам акции, какой вред курение наносит здоровью человека, и призывали курильщиков хотя бы на один день воздержаться от пагубной привычки, а тех, кто не курит, никогда не брать в руки сигарету.

Один день без табака: для кого-то это не изменит ничего, а для кого-то, возможно, станет первым днем независимости от многолетней вредной привычки.

К мероприятию была оформлена выставка-предупреждение «Скажи «НЕТ» вредным привычкам» с целью привлечения внимания к проблеме употребления табака и его многочисленным негативным последствиям для здоровья. Также были подготовлены информационные материалы в виде листовок, книжных закладок.





