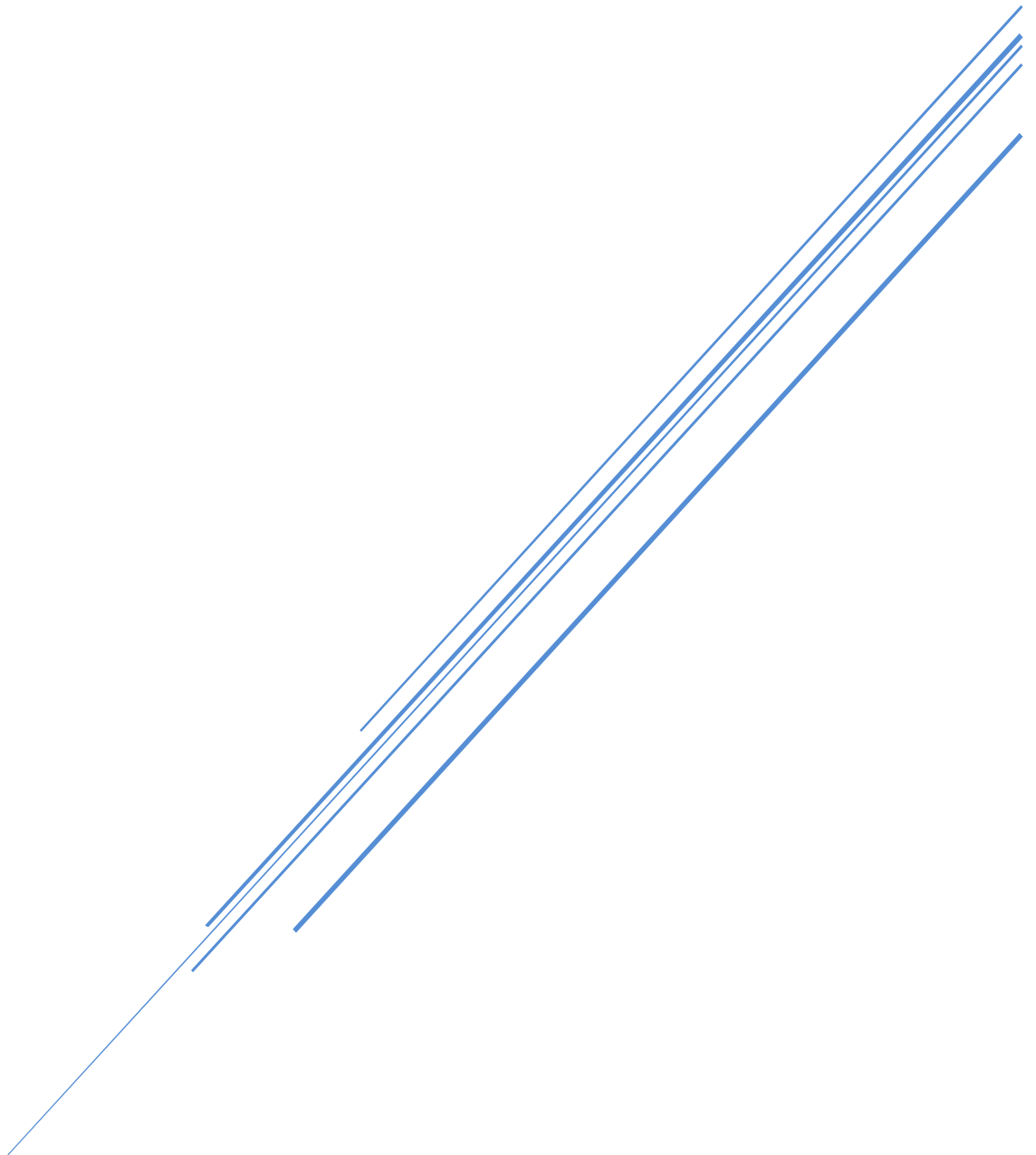




ΣΧΕΔΙΟ ΑΠΟΤΡΟΠΗΣ ΚΑΠΝΙΣΜΑΤΟΣ



ΠΕΔΙΟ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ

Το παρόν Σχέδιο Αποτροπής Καπνίσματος αναφέρεται στην ολική απαγόρευση του καπνίσματος στους χώρους της Διοίκησης της 6^{ης} ΥΠΕ καθώς και όλων των δομών της πρωτοβάθμιας φροντίδας, ήτοι τα Κέντρα Υγείας, τα Περιφερειακά Ιατρεία, ΤΟΜΥ και τις λοιπές μονάδες Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας, ανεξαρτήτως της έδρας και του αντικειμένου τους. Η απαγόρευση του καπνίσματος περιλαμβάνει τόσο τους υπαλλήλους όσο και τους εξωτερικούς συνεργάτες / επισκέπτες των χώρων αυτών.

ΙΣΧΥΟΥΣΑ ΑΝΤΙΚΑΠΝΙΣΤΙΚΗ ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ

Στην παρούσα ενότητα, περιλαμβάνεται η βασική, ισχύουσα νομοθεσία αναφορικά με την ολική απαγόρευση του καπνίσματος στους δημόσιους χώρους.

ΝΟΜΟΙ

1. Ο Ν. 3420/2005 «Κύρωση της Σύμβασης Πλαίσιο του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας για τον έλεγχο του καπνού» (ΦΕΚ 298/Τεύχος Α' /6-12-2005), όπως τροποποιήθηκε και ισχύει
2. Ο Ν. 3730/2008 «Προστασία ανηλίκων από τον καπνό και τα αλκοολούχα ποτά και άλλες διατάξεις» (ΦΕΚ 262/Τεύχος Α' /23-12-2008), όπως τροποποιήθηκε και ισχύει
3. Ο Ν. 3868/2010 «Αναβάθμιση του Εθνικού Συστήματος Υγείας και λοιπές διατάξεις αρμοδιότητας του Υπουργείου Υγείας και Κοινωνικής Αλληλεγγύης» (ΦΕΚ 129/Τεύχος Α' /3-8-2010), όπως τροποποιήθηκε και ισχύει
4. Ο Ν. 4419/2016 «Προσαρμογή της ελληνικής νομοθεσίας προς την Οδηγία 2014/40/ΕΕ του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και του Συμβουλίου της 3ης Απριλίου 2014» (ΦΕΚ 174/Τεύχος Α' /20-9-2016), όπως τροποποιήθηκε και ισχύει
5. Ο Ν. 4633/2019 «Σύσταση Εθνικού Οργανισμού Δημόσιας Υγείας (ΕΟΔΥ), ρυθμίσεις για τα προϊόντα καπνού, άλλα ζητήματα του Υπουργείου Υγείας και λοιπές διατάξεις» (ΦΕΚ 161/Τεύχος Α' /16-10-2019), όπως τροποποιήθηκε και ισχύει

ΥΠΟΥΡΓΙΚΕΣ ΑΠΟΦΑΣΕΙΣ

1. Η υπ' αρ. πρωτ. Δ2β/Γ.Π.οικ. 80727/15-11-2019 Κοινή Υπουργική Απόφαση «Καθορισμός των οργάνων, της διαδικασίας ελέγχου πιστοποίησης των παραβάσεων και επιβολής των προβλεπόμενων κυρώσεων, καθώς και των κριτηρίων προσδιορισμού του ύψους του προστίμου, της διαδικασίας είσπραξης των προστίμων καθώς και κάθε άλλης αναγκαίας λεπτομέρειας για την εφαρμογή του Νόμου 3868/2010 (ΦΕΚ 129 Α' /3.8.2010), όπως τροποποιήθηκε και ισχύει» (ΦΕΚ 4177/Τεύχος Β' /15-11-2019)

ΕΓΚΥΚΛΙΟΙ

1. Η υπ' αρ. πρωτ. Δ2β/Γ.Π. οικ. 90189/20-12-2019 εγκύκλιος του Υπουργείου Υγείας με θέμα «Γνωστοποίηση έκδοσης Κοινής Υπουργικής Απόφασης Οικονομικών, Προστασίας του Πολίτη, Υγείας και Εσωτερικών με Θέμα: "Καθορισμός των οργάνων, της διαδικασίας ελέγχου πιστοποίησης των παραβάσεων και επιβολής των προβλεπόμενων κυρώσεων, καθώς και των κριτηρίων προσδιορισμού του ύψους του προστίμου, της διαδικασίας είσπραξης προστίμων καθώς και κάθε άλλης αναγκαίας λεπτομέρειας για την εφαρμογή του Ν. 3868/2010 (ΦΕΚ 129 Α' /3.8.2010), όπως τροποποιήθηκε και ισχύει" και διευκρινίσεις για την εφαρμογή της» (ΑΔΑ: Ψ1Υ465ΦΥΟ-3ΜΡ)

ΒΑΣΙΚΕΣ ΕΝΝΟΙΕΣ

Το **νομικό πλαίσιο** καθορίζει τους χώρους όπου απαγορεύεται το κάπνισμα, τον ελεγκτικό μηχανισμό, τις κυρώσεις και τα πρόστιμα σε φυσικά πρόσωπα και υπεύθυνους χώρων, καθώς και τις διαδικασίες ελέγχου πιστοποίησης των παραβάσεων, επιβολής των προβλεπόμενων κυρώσεων, είσπραξης προστίμων, καθώς και κάθε άλλη αναγκαία πληροφορία.

Ως κάπνισμα εννοείται η χρήση τσιγάρου, πούρου, πίπας, το άτμισμα, τα θερμαινόμενα, ο ναργιλές.

ΣΚΟΠΟΣ ΚΑΙ ΣΤΟΧΟΣ ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΗΣ

Σκοπός της αναπτυσσόμενης στρατηγικής, όπως αυτή υλοποιείται με την εφαρμογή των μέσων και μέτρων του παρόντος Σχεδίου Αποτροπής Καπνίσματος, αποτελεί η διασφάλιση της δημόσιας υγείας μέσω της αποτροπής, σε όλους τους δημόσιους χώρους και χώρους συνάθροισης κοινού, των δυσμενών επιπτώσεων του καπνίσματος στην υγεία των πολιτών.

Στόχος των μέτρων αποτροπής καπνίσματος που περιλαμβάνονται στο παρόν σχέδιο αποτροπής καπνίσματος, είναι η εφαρμογή της αντικαπνιστικής νομοθεσίας τόσο για τις μονάδες πρωτοβάθμιας φροντίδας υγείας εποπτείας της 6ης ΥΠΕ όσο και της Διοίκησης της 6ης ΥΠΕ, και η διασφάλιση της εφαρμογής της ολικής απαγόρευσης του καπνίσματος σε δομές παροχής υπηρεσιών υγείας με τον ορισμό διαδικασιών και αρμοδίων οργάνων εποπτείας και ελέγχου.

ΜΕΤΡΑ ΑΠΟΤΡΟΠΗΣ ΚΑΠΝΙΣΜΑΤΟΣ

ΕΞΕΙΔΙΚΕΥΣΗ ΜΕΤΡΩΝ

Στην παρούσα ενότητα εξειδικεύονται τα μέτρα αποτροπής καπνίσματος, τα οποία υλοποιούνται και εφαρμόζονται με ευθύνη της Διοίκησης της 6ης Υγειονομικής Περιφέρειας και των Υπευθύνων Μονάδων Π.Φ.Υ.

Ολική απαγόρευση καπνίσματος και κατανάλωσης προϊόντων καπνού σε όλους τους χώρους της Διοίκησης της 6ης Υγειονομικής Περιφέρειας και των μονάδων ΠΦΥ

Στην απαγόρευση περιλαμβάνονται οι ακάλυπτοι χώροι, οι τaráτσες, κλπ. (ΦΕΚ 161/Τεύχος Α' /16-10-2019) και Πίνακας 1 της υπ.αριθ. Δ2β/Γ.Π.οικ.80727 (ΦΕΚ 4177/Τεύχος Β' /15-11-2019) απόφασης. Περιλαμβάνονται επίσης όλοι οι εσωτερικοί χώροι εργασίας και αναμονής των κτιριακών εγκαταστάσεων της Διοίκησης της 6ης Υγειονομικής Περιφέρειας και των δομών Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας.

Ανάρτηση απαγορευτικών σημάνσεων σε όλους τους χώρους της Διοίκησης της 6ης Υγειονομικής Περιφέρειας και των μονάδων ΠΦΥ, με ευθύνη της εκάστοτε Δ/νσης και των Επιστημονικά Υπευθύνων των μονάδων ΠΦΥ .

Στην ενότητα «Υλικό σημάνσεων-Ενημερωτικό Υλικό» περιλαμβάνεται το υλικό σημάνσεων που πρέπει να αναρτηθεί σε όλους τους χώρους της Διοίκησης της 6ης Υγειονομικής Περιφέρειας και των μονάδων ΠΦΥ. Η τοποθέτηση σήμανσης αφορά σε όλους τους χώρους της Διοίκησης της 6ης Υγειονομικής Περιφέρειας, και των Μονάδων ΠΦΥ όπως κοινόχρηστοι χώροι, χώροι αναμονής, γραφεία, WC, κουζίνα κτλ.

Απομάκρυνση σταχτοδοχείων

Όλα τα σταχτοδοχεία (επιτραπέζια, επιδαπέδια κτλ) απομακρύνονται από όλους τους χώρους της Διοίκησης της 6ης Υγειονομικής Περιφέρειας και των Δομών ΠΦΥ με ευθύνη του/των υπευθύνου/ων εφαρμογής του Σχεδίου Αποτροπής Καπνίσματος κάθε τμήματος/χώρου.

Ενημέρωση όλων των υπαλλήλων και επισκεπτών της Διοίκησης της 6ης Υγειονομικής Περιφέρειας και των Μονάδων ΠΦΥ για την ολική απαγόρευση του καπνίσματος και της κατανάλωσης προϊόντων καπνού σε όλους τους χώρους της Διοίκησης της 6ης Υγειονομικής Περιφέρειας και δομών ΠΦΥ

Απαιτείται η έγγραφη ενημέρωση (ενυπόγραφα) των υπαλλήλων της Διοίκησης της 6ης Υγειονομικής Περιφέρειας περί της εφαρμογής των μέτρων αποτροπής καπνίσματος που αναφέρονται στο Σχέδιο Αποτροπής Καπνίσματος, με ευθύνη των Προϊσταμένων αυτών. Οι επισκέπτες της Διοίκησης της 6ης Υγειονομικής Περιφέρειας και των δομών ΠΦΥ ενημερώνονται με κάθε πρόσφορο μέσο για την απαγόρευση του καπνίσματος, όπως ενδεικτικά με την ανάρτηση ενημερωτικών πινακίδων (υποχρεωτική ενέργεια).

**Ανάρτηση ενημερωτικού υλικού και μηνύματος στον ιστότοπο της Διοίκησης της 6ης
Υγειονομικής Περιφέρειας**

Για την ενημέρωση των επισκεπτών, εργαζομένων και του ευρύτερου κοινού για την αντικαπνιστική νομοθεσία και τα μέτρα εφαρμογής αυτής στα κτίρια της Διοίκησης της 6ης Υγειονομικής Περιφέρειας και των δομών ΠΦΥ, αναρτάται στον ιστότοπο www.dypede.gr :

(α) ενημερωτικό υλικό για την ισχύουσα νομοθεσία

(β) ενημερωτικό μήνυμα για την απαγόρευση του καπνίσματος και της κατανάλωσης προϊόντων καπνού σε όλους τους χώρους της υπηρεσίας και των δομών ΠΦΥ

(γ) ενημέρωση για τη λειτουργία ιατρικών διακοπής καπνίσματος

Τα ανωτέρω ολοκληρώνονται εντός αποκλειστικής προθεσμίας δεκαπέντε (5) ημερών από την έγκριση του παρόντος Σχεδίου από τη Διοίκηση της 6ης Υγειονομικής Περιφέρειας.

ΟΡΙΣΜΟΣ ΥΠΕΥΘΥΝΟΥ/ΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ ΣΧΕΔΙΟΥ ΑΠΟΤΡΟΠΗΣ ΚΑΠΝΙΣΜΑΤΟΣ

Για την εφαρμογή του Σχεδίου Αποτροπής Καπνίσματος ορίζονται υπεύθυνοι οι κάτωθι, με βάση τον χωροταξικό προσδιορισμό της Διοίκησης της 6ης Υγειονομικής Περιφέρειας (ανά κτίριο, όροφο, τμήμα) και των δομών Π.Φ.Υ.:

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ/ΟΙ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ ΣΧΕΔΙΟΥ ΑΠΟΤΡΟΠΗΣ ΚΑΠΝΙΣΜΑΤΟΣ ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗ 6^{ΗΣ} ΥΠΕ / ΜΟΝΑΔΩΝ ΠΦΥ	
ΚΤΙΡΙΟ / ΔΟΜΗ / ΟΡΟΦΟΣ	ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ
ΓΡΑΦΕΙΑ Δ/ΝΣΗΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΠΟΛΙΤΙΚΩΝ ΠΑΡΟΧΗΣ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΥΓΕΙΑΣ	ΠΡΟΪΣΤΑΜΕΝΟΣ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗΣ
ΓΡΑΦΕΙΑ Δ/ΝΣΗΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ	ΠΡΟΪΣΤΑΜΕΝΟΣ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗΣ
ΓΡΑΦΕΙΑ Δ/ΝΣΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΥ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ	ΠΡΟΪΣΤΑΜΕΝΟΣ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗΣ
ΓΡΑΦΕΙΑ Δ/ΝΣΗΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΚΑΙ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ	ΠΡΟΪΣΤΑΜΕΝΟΣ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗΣ
ΓΡΑΦΕΙΑ Δ/ΝΣΗΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗΣ	ΠΡΟΪΣΤΑΜΕΝΟΣ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗΣ
ΓΡΑΦΕΙΑ ΕΝΙΑΙΑΣ ΤΕΧΝΙΚΗΣ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ	ΠΡΟΪΣΤΑΜΕΝΟΣ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗΣ
ΓΡΑΦΕΙΑ ΜΟΝΑΔΑΣ ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΥ ΕΛΕΓΧΟΥ	ΠΡΟΪΣΤΑΜΕΝΟΣ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗΣ
ΓΡΑΦΕΙΟ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ	ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΥΠΑΛΛΗΛΟΣ ΓΡΑΦΕΙΟΥ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ
ΝΟΜΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ	ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ /Η

ΟΧΗΜΑΤΑ ΚΕΝΤΡΙΚΗΣ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ	ΕΚΑΣΤΟΤΕ ΟΔΗΓΟΣ
ΜΟΝΑΔΕΣ ΠΦΥ (Κ.Υ., Π.Ι., ΤΟΜΥ κ.α.)	ΕΚΑΣΤΟΤΕ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΑ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ

Ο/η υπεύθυνος/η εφαρμογής του Σχεδίου Αποτροπής Καπνίσματος οφείλει:

1. Να εξασφαλίσει την ανάρτηση της προβλεπόμενης σήμανσης απαγόρευσης του καπνίσματος στο χώρο ευθύνης του/της σε εμφανή σημεία
2. Να μεριμνήσει για τη λήψη μέτρων αποτροπής των παραβάσεων, όπως ενδεικτικά η απομάκρυνση των σταχτοδοχείων
3. Να ανταποκρίνεται σε κάθε διαμαρτυρία για την πραγματοποίηση παράβασης, να προβαίνει στην πραγματοποίηση σύστασης στους παραβάτες, καθώς και να καλεί τα αρμόδια για την διεξαγωγή ελέγχου όργανα σε περίπτωση μη συμμόρφωσης των παραβατών
4. Να συνεργάζεται με τα αρμόδια για τον έλεγχο εφαρμογής του νόμου όργανα.
5. Να συνεργάζεται με τον/την αρμόδιο/α Προϊστάμενο/η της οργανικής που στεγάζεται και λειτουργεί στο χώρο ευθύνης του για την ενημέρωση των υπαλλήλων για την εφαρμογή της αντικαπνιστικής νομοθεσίας και σε συνεργασία με αυτόν/ή να φροντίσει για την εφαρμογή των όσων προβλέπονται στην κείμενη νομοθεσία.

ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΠΡΟΣΤΙΜΟ ΠΕΙΘΑΡΧΙΚΕΣ ΕΥΘΥΝΕΣ

Το Νομικό πλαίσιο καθορίζει την εποπτεία για την εφαρμογή της νομοθεσίας περί **ολικής απαγόρευσης του καπνίσματος στους δημόσιους χώρους και σε όλους τους χώρους παροχής εργασίας**, τα όργανα έλεγχου, την διαπίστωση παραβάσεων καθώς και το ύψος των προστίμων αναλόγως την παράβαση και τον χώρο της παράβασης καθώς και τον τρόπο επιβολής κυρώσεων.

Όργανα έλεγχου, διαπίστωσης παραβάσεων και επιβολής κυρώσεων είναι τα εξής: Υγειονομικές Υπηρεσίες των Οργανισμών Τοπικής Αυτοδιοίκησης Α' και Β' βαθμού, Ελληνική Αστυνομία, Δημοτική Αστυνομία, Λιμενικό Σώμα, Εθνική Αρχή Διαφάνειας (ΕΑΔ), Ελεγκτές του ΕΟΤ, Σώμα Επιθεώρησης Εργασίας (Σ.ΕΠ.Ε.), Μεικτά κλιμάκια των παραπάνω.

Τα πρόστιμα όπως εξειδικεύονται στον Πίνακα 1 της υπ.αριθ. Δ2β/Γ.Π.οικ.80727 (ΦΕΚ 4177/Τεύχος Β'/15-11-2019), σε ό,τι αφορά τα φυσικά πρόσωπα, διαμορφώνονται σε (ενδεικτικά):

- 100€ για όσους καπνίζουν σε κλειστούς χώρους νοσηλευτικών ιδρυμάτων & φορέων παροχής υπηρεσιών υγείας και πρόνοιας ή δημόσιους χώρους εργασίας και χώρους αναμονής δημοσίων υπηρεσιών
- 500€ για τον Υπεύθυνο Διαχείρισης

- Σε κάθε περίπτωση επανάληψης της παράβασης-υποτροπής, διπλασιάζεται το αμέσως προηγούμενο υποβληθέν πρόστιμο. κ.α.

Οι υπεύθυνοι Διαχείρισης και Λειτουργίας Οργανισμών Δημοσίου, Υπηρεσιών Δημοσίου, ΔΕΚΟ κ.λπ. τιμωρούνται για τις εξής πράξεις και παραλείψεις:

- μη Κατάρτιση Σχεδίου Αποτροπής Καπνίσματος και ορισμό υπευθύνων,
- μη Ανάρτηση σήμανσης και λοιπών μέτρων αποτροπής (απομάκρυνση σταχτοδοχείων),
- μη ανταπόκριση του υπευθύνου σε διαμαρτυρία για την πραγματοποίηση της παράβασης,
- μη κλήση των αρμοδίων οργάνων,
- μη συνεργασία με τους ελεγκτές.

Σημειώνεται ότι η παραβίαση των διατάξεων για την απαγόρευση του καπνίσματος από δημόσιους λειτουργούς στους χώρους που είναι εγκατεστημένες οι υπηρεσίες τους, εκτός από παράβαση υπό τους γενικούς όρους που περιγράφονται στο νομικό πλαίσιο (διοικητική κύρωση – πρόστιμο), αποτελεί ταυτόχρονα και **πειθαρχικό παράπτωμα** που τιμωρείται σύμφωνα με τις διατάξεις που διέπουν την πειθαρχική ευθύνη τους (Πειθαρχικό Δίκαιο).

ΜΕΤΡΑ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΚΑΠΝΙΣΜΑΤΟΣ

- ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΙΑΤΡΕΙΩΝ ΔΙΑΚΟΠΗΣ ΚΑΠΝΙΣΜΑΤΟΣ ΣΤΗΝ 6Η ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΗ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ

Για την υποστήριξη πολιτών και εργαζομένων για τη διακοπή καπνίσματος, στην 6η Υγειονομική Περιφέρεια λειτουργούν επίσης τα κάτωθι ιατρεία διακοπής καπνίσματος σε νοσοκομεία

ΦΟΡΕΑΣ	ΤΑΧΥΔΡ.Δ/ΝΣΗ-ΤΗΛΕΦΩΝΟ	ΩΡΑΡΙΟ
ΠΓΝ ΠΑΤΡΩΝ "ΠΑΝΑΓΙΑ Η ΒΟΗΘΕΙΑ"	ΡΙΟ 26504-2611100281	ΔΕΥΤΕΡΑ 09.00-14.00
ΠΓΝΙ	Λ. Σ. ΝΙΑΡΧΟΥ, ΤΚ 45500 ΙΩΑΝΝΙΝΑ 2651362500	Τετάρτη 12:00-14:00
Γ. Ν. ΠΑΤΡΩΝ "Ο ΑΓΙΟΣ ΑΝΔΡΕΑΣ"	ΚΑΛΑΒΡΥΤΩΝ 37 (τηλ. Ραντεβού 2610362944)	Κάθε Δευτέρα
ΓΝ ΜΕΣΣΗΝΙΑΣ- ΝΜ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ	ΑΝΤΙΚΑΛΑΜΟΣ ΜΕΣΣΗΝΙΑΣ ΤΚ 24100, ΚΑΛΑΜΑΤΑ 2721363190	Κάθε 2η Τετάρτη

ΥΛΙΚΟ ΣΗΜΑΝΣΕΩΝ-ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

Η παρούσα ενότητα περιλαμβάνει το υλικό (έντυπο και οπτικοακουστικό) του Υπουργείου Υγείας που πρέπει να αναρτηθεί σε όλους τους χώρους της μονάδας υγείας, καθώς και ενημερωτικό υλικό που δύναται να διανεμηθεί στους πολίτες, στο πλαίσιο ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης. Το υλικό είναι διαθέσιμο από την ιστοσελίδα του Υπουργείου Υγείας μέσω του ακόλουθου συνδέσμου:

<https://www.moh.gov.gr/articles/health/dieythynsh-prwtobathmias-frontidas-ygeias/draseis-kaiprogrammata-agwghs-ygeias/agwgh-ygeias/entypo-kai-optikoakoustiko-yliko>

ΕΠΙΤΡΑΠΕΖΙΑ ΣΗΜΑΝΣΗ-ΔΙΠΤΥΧΟ

ΕΘΝΙΚΟ
ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ
ΚΑΤΑ ΤΟΥ
ΚΑΠΝΙΣΜΑΤΟΣ

Η ΧΡΗΣΗ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ ΚΑΠΝΟΥ
ΚΑΙ ΣΥΝΑΦΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ
ΟΧΙ ΕΔΩ!



ΕΘΝΙΚΟ
ΤΥΠΟΓΡΑΦΕΙΟ

ΟΧΙ ΕΔΩ!
Η ΧΡΗΣΗ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ ΚΑΠΝΟΥ
ΚΑΙ ΣΥΝΑΦΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ

ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

Η υγεία μας ενώνει!



ΟΧΙ ΕΔΩ!



**Η ΧΡΗΣΗ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ ΚΑΠΝΟΥ
ΚΑΙ ΣΥΝΑΦΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ**

(ηλεκτρονικά τσιγάρα, νέα ή θερμαινόμενα προϊόντα καπνού,
μη καπνιζόμενα προϊόντα καπνού, φυτικά προϊόντα για κάπνισμα)



ΕΘΝΙΚΟ
ΣΧΕΔΙΟ
ΔΡΑΣΗΣ
ΚΑΤΑ
ΤΟΥ
ΚΑΠΝΙΣΜΑΤΟΣ

ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ



7
μύθος

Δεν κόβω το κάπνισμα γιατί καπνίζω τόσο χρόνια και ότι κακό ήταν να γίνει έγινε.



αλήθεια

Έχει αποδειχθεί πως όσα χρόνια κι αν καπνίζεις με τη διακοπή του καπνίσματος μειώνεις σημαντικά την πιθανότητα εμφάνισης καρδιαγγειακών και πνευμονικών νοσημάτων καθώς και καρκίνου.

8
μύθος

Αν και καπνίζω ασθόνομα πολύ καλά στην υγεία μου χωρίς κανένα πρόβλημα στις επιδόσεις μου.



αλήθεια

Έχει αποδειχθεί ότι το κάπνισμα μειώνει τις φυσικές ικανότητες και την αντοχή του οργανισμού.

μύθος
και
αλήθεια
για το
κάπνισμα

ΕΤ ΕΘΝΙΚΟ
ΤΥΠΟΓΡΑΦΕΙΟ

Εκπονηγράφηση
Σπύρος Ορνερτάκης - Σάκης Κουτσαντάς

ΑΓΩΓΗ ΥΓΕΙΑΣ

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

ΑΘΗΝΑ 2019

1
μύθος

Το τσιγάρο είναι ένα φυσικό προϊόν που δε βλάπτει.



αλήθεια

Κάθε τσιγάρο περιέχει 7.000 επικίνδυνες χημικές ουσίες, από τις οποίες οι 250 είναι τοξικές και οι 70 είναι καρκινογόνες.

3
μύθος

Το κάπνισμα είναι μία φτηνή απόλαυση.



αλήθεια

Το κάπνισμα κοστίζει ακριβά. Ο μέσος καπνιστής καπνίζει ένα πακέτο τσιγάρα την ημέρα. Σε ένα τρίμηνο ξεδώνει όσο κοστίζει ένας υπολογιστής. Σε ένα χρόνο ξεδώνει όσο κοστίζει ένα ταξίδι στο εξωτερικό. Τα δέκα χρόνια καπνίσματος κοστίζουν όσο ένα κανονικό αυτοκίνητο. Σε 30 χρόνια ο καπνιστής ξεδώνει όσο κοστίζει ένα σπίτι.

5
μύθος

Εάν καπνίζω κάνω κακό μόνο σε μένα.



αλήθεια

Το παθητικό κάπνισμα προκαλεί πολύ σοβαρά προβλήματα υγείας στους μη καπνιστές και ιδιαίτερα στα παιδιά.

2
μύθος

Το τσιγάρο όποτε θέλω το κόβω.



αλήθεια

Είναι δύσκολη η διακοπή του καπνίσματος γιατί η νικοτίνη προκαλεί εξάρτηση, είναι το τρίτο ναρκωτικό μετά την ηρωίνη και την κοκαΐνη.

4
μύθος

Το στριμτό τσιγάρο, το πούρο ή ο ναργιλές δε με βλάπτουν.



αλήθεια

Κάθε προϊόν καπνού προκαλεί καρκίνο και καρδιαγγειακά νοσήματα.

6
μύθος

Κατά την εγκυμοσύνη μου καπνίζω μόνο λίγα τσιγάρα κι έτσι δε βλάπτω το έμβρυο.



αλήθεια

Ακόμα και το ελάχιστο κάπνισμα βλάπτει το έμβρυο διότι η νικοτίνη περνάει στο αίμα του κι έτσι γεννιέται με χαμηλότερο σωματικό βάρος και αναπνευστικά προβλήματα.