

27 maja rzuć palenie



[1]

Wydział Zdrowia i Polityki Społecznej Urzędu Miasta Torunia i Towarzystwo Profilaktyki i Przeciwdziałania Uzależnieniom zapraszają na Akcję Profilaktyczną z okazji Światowego Dnia Bez Tytoniu.

Palenie papierosów jest szkodliwe dla zdrowia, a w tym szczególnym czasie może wiązać się z dodatkowymi problemami zdrowotnymi dotyczącymi COVID-19. Jak donosi Światowa Organizacja Zdrowia, palacze mogą być bardziej podatni na zakażenie, ponieważ częściej dotykają palcami ust w trakcie palenia. Możliwe też, że rzucenie palenia sprawi, że lepiej poradzą sobie z objawami, kiedy zostaną zakażeni SARS-CoV-2, ponieważ rzucenie palenia ma niemal natychmiastowy pozytywny wpływ na czynność płuc i układu sercowo-naczyniowego. Dlatego tak ważne i potrzebne są działania prowadzące do ograniczenia palenia tytoniu – przede wszystkim działania edukacyjno-informacyjne w postaci kampanii społecznych/medialnych oraz akcji prozdrowotnych.

27 maja 2020 r., w ramach akcji mieszkańcy Torunia w godzinach od 10.00-17.00 będą mogli skorzystać z nieodpłatnych konsultacji w PORADNI POMOCY PALĄCYM w Siedzibie Towarzystwa Profilaktyki i Przeciwdziałania Uzależnieniom (ul. Jęczmienna 10/7, 3 piętro) m.in. z:

- specjalistycznych konsultacji indywidualnych w Siedzibie TPPU przy zachowaniu wszelkich dostępnych form bezpieczeństwa, tj. 2 m odstęp, maseczki, rękawiczki, dezynfekcja rąk i pomieszczeń po każdym kliencie
- teleporad dla osób uzależnionych od wyrobów tytoniowych, którzy chcą zdalnie skorzystać z pomocy pod numerem telefonu 56/6522394 lub drogą mailową: office@tppu.org [2]
- pomiaru tlenu węgla w powietrzu wydechowym aparatem smooke check (jednorazowe ustniki, dezynfekcja)
- bezpłatnych materiałów informacyjno-edukacyjnych. Aby klienci nie mieli styczności z

ulotkami użytkowanymi przez inne osoby, dla każdego przygotowaliśmy pakiet materiałów, który wręczymy po odbytej konsultacji.

Ważnym punktem naszych działań będzie akcja on-line pod hasłem: „Pandemia Bez Palenia”. Wezmą w niej udział Liderzy Profilaktyki Uzależnień, którzy na jej potrzeby wykonają specjalne zdjęcia wpisujące się w tematykę akcji. Zdjęcia będą związane z obecną sytuacją pozostania w domu, np. z wykonanym plakatem związanym z tematyką antynikotynową, makijażem nawiązującym do tematu akcji oraz karteczką z hasztagiem #pandemiabezpalenia podczas nauki przy komputerze, czytania, treningu, tańca, malowania, itp. Młodzież zamieści zdjęcia na swoich profilach społecznościowych, co zwiększy zasięg naszych działań. Zdjęcia pojawią się także na stronach internetowych TPPU.

Aby dotrzeć do jak największego grona odbiorców informacje o możliwości oraz formach skorzystania z pomocy Towarzystwa w rzuceniu nałogu będą emitowane w lokalnych mediach oraz na stronie internetowej www.tppu.org [3]. oraz na [Facebooku](https://www.facebook.com/tppu.org/) [4].

Akcja odbywa się zgodnie z procedurami bezpieczeństwa epidemiologicznego i zaleceniami Ministerstwa Zdrowia oraz Głównego Inspektoratu Sanitarnego, z uwzględnieniem zwiększonej częstotliwości działań dezynfekcyjnych w przestrzeniach, takich jak toalety, korytarz/ poczekalnia, sale terapeutyczne, winda. Na terenie Poradni obowiązuje noszenie maseczek osłaniających nos i usta, przyłbice oraz jednorazowych rękawiczek na dłoniach. Pacjenci umawiani są na konkretną godzinę, aby uniknąć kontaktu z innymi w poczekalni.

Działanie dofinansowane ze środków Gminy Miasta Toruń.

Kategoria: [Koronawirus, informacje lokalne](#) [5]

[Funkcjonowanie miasta](#) [6]

Odnośniki:

[1] http://zdrowie.torun.pl/sites/default/files/papierosy_torun_dzien_2.jpg

[2] <mailto:office@tppu.org>

[3] <http://www.tppu.org>

[4] <https://www.facebook.com/tppu.org/>

[5] <http://zdrowie.torun.pl/pl/koronawirus-informacje-lokalne>

[6] <http://zdrowie.torun.pl/pl/koronawirus-informacje-lokalne/funkcjonowanie-miasta>