**Всесвітній День без тютюну**

****

31 травня відзначається Всесвітній день без тютюну.

Тож з нагоди відзначення **Всесвітнього дня без тютюну,** рекомендуємо провести:

* виховні години «Шкідливість куріння»;
* бесіди «Життя без куріння»;
* акції «Курінню – ні!»;
* випуск стінгазет «Скажи НІ курінню!»;
* конкурс малюнків до Всесвітнього дня без куріння
* пам’ятки «Позитивні зміни в організмі людини, яка кинула курити»;

День відмови від тютюну був проголошений в 1988 році Глобальною організацією охорони здоров'я (ГООЗ) на 42 сесії Глобальної асамблеї охорони здоров'я. Глобальний день без тютюну входить в систему глобальних та інтернаціональних днів ООН. У березні 2006 року Верховна Рада України ратифікувала Рамкову конвенцію ВООЗ з боротьби проти тютюну. Конвенція зобов'язує учасників вживати конкретних заходів, спрямованих на подолання тютюнової пандемії. Причиною появи боротьби з тютюнопалінням є передчасна смертність та хвороби в усьому світі, яким людство здатне запобігти. На сьогоднішній день, за даними звіту Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), від вживання тютюну щороку помирає понад 5 мільйонів людей; очікується, що до 2030 року ця цифра зросте до 8 мільйонів смертей щорічно. У Європейському регіоні тютюн винен у смерті близько 1,6 мільйона людей на рік. Основними причинами смертей, пов'язаних із тютюнокурінням, є серцево-судинні захворювання (47%); захворювання органів дихання (19%); рак легень (16%); інші види раку (9%) другі причини (9%). Близько 70%, пов'язаних із тютюном, смертей сталися з людьми віком від 35 до 69 років, а це означає, що кожен померлий у цій віковій групі втратив у середньому 19 років життя. Крім того, щорічно в третій четвер листопада відзначається День відмови від куріння, той, що був встановлений Заокеанським онкологічним товариством в 1977 році.

За даними Всесвітньої Організації Охорони здоров'я, на сьогодні 1 мільярд 300 мільйонів чоловік на планеті перебувають в залежності від тютюну. Згідно зі статистикою, найбільша кількість курців зафіксована в країнах Східної Європи, Північної Африки та Азії.

Проведена шоста Європейська конференція «Тютюн або здоров’я» в Стамбулі відмітила, що в Україні за п’ять років (2008-2013) кількість курців скоротилася на 20% - з 10,1 до 8,1 млн осіб. Для багатьох людей відмова від куріння створює певні проблеми. Спроби кинути курити у курців з великим стажем можуть призводити до загострення хронічних хвороб, тому потрібно надавати медичну допомогу тим, хто вирішив відмовитись від тютюнокуріння.

Джерело: [www.tmkl3.te.ua](http://www.tmkl3.te.ua)

Рекомендуємо добірку корисних і та цікавих матеріалів, які допоможуть провести свято:

**Сценарії виховних годин до Всесвітнього Дня без тютюну за посиланнями:**

1. «Геть паління! Ми за здоровий спосіб життя»

<http://novomyrgorod-rcdut.kr.sch.in.ua/gurtkova_robota/paperoplastika_zhivopis/vihovna_godina_getj_palinnya_mi_za_zdorovij_sposib_zhittya/> (Дата звернення 26.05.2020)

1. [«Шкідливість куріння»](https://naurok.com.ua/vihovna-godina-na-temu-shkidlivist-kurinnya-124562.html)

<https://naurok.com.ua/vihovna-godina-na-temu-shkidlivist-kurinnya-124562.html> (Дата звернення 26.05.2020)

1. «Цигарка - ворог, зброя проти неї - ваша воля»

<https://vseosvita.ua/library/vihovna-godina-na-temu-cigarka-vorog-zbroa-proti> (Дата звернення 26.05.2020)

1. «Куріння чи здоров’я – зроби правильний вибір»

<https://ru.osvita.ua/school/lessons_summary/outschool/69949/> (Дата звернення 26.05.2020)

**Міфи та факти про куріння за посиланнями:**

1. <http://stopsmoking.org.ua/whyto/mifi-ta-fakti-pro-kurinnya/> (Дата звернення 26.05.2020)
2. <http://center-life.org/index.php?option=com_content&task=view&id=139&Itemid=91> (Дата звернення 26.05.2020)
3. <https://moyezdorovya.com.ua/8-mifiv-pro-vplyv-tyutyunu-na-zdorovya-spozhyvachiv/> (Дата звернення 26.05.2020)

**Тести про шкідливість куріння за посиланнями:**

1. <http://stopsmoking.org.ua/howto/test-na-gotovnist-kinuti-kuriti/> (Дата звернення 26.05.2020)
2. <https://studfile.net/preview/5319512/> (Дата звернення 26.05.2020)
3. <https://naurok.com.ua/testovi-zavdannya-nebezpeka-shkidlivih-zvichok-173820.html> (Дата звернення 26.05.2020)

|  |  |
| --- | --- |
| Методист з виховної роботи  навчально-методичного відділу  координації освітньої діяльності та професійного розвитку  Сумського ОІППО | Т.В. Блужан |

**Підпис наявний в оригіналі**