

Hanka a Hanka z PORTUSU o kouření



Zdravé město Prachatice realizuje během roku různé kampaně. Jednou z nich je i v rámci prevence Den bez tabáku (31. 5.), ke kterému se nyní fotografiemi, obrázky a článkem vracíme.

V letošním roce, i během prázdnin, není hlášený žádný větší počet nezletilých kuřáků, přesto s prevencí jak na školách, tak ve městě, tč. i na táborech stále pokračujeme a mladé lidi informujeme.

Ke Dnu bez tabáku 2015 /29. 5. 2015) jsme oslovili Portus Prachatice, který má s prevencí velké zkušenosti (již od roku 2006 realizuje preventivní programy). Obě lektorky Hanka Hájková a Hanka Kolingerová zaujaly přítomné studenty a žáky škol, v trochu netradičním prostředí (vybrána byla Čajovna U Hrušky). Programu se zúčastnili i studenti ze Slovenska, kteří v té době v Prachaticích byli na mezinárodním projektu (od KreBul, o. p. s.). Povídání pojaly interaktivně, přinesly si velkou maketu cigarety a dokázaly po chvílce i přítomné rozpovídat.

Závěr patřil vyhodnocení výtvarné soutěže s názvem: Jak to udělat, aby lidé nekouřili – soutěže vyhlášené SZÚ Praha. Diplomy a ceny předávala koordinátorka Zdravého města Prachatice Marie Peřinková. Nejzajímavější obrázky zaslaly děti ze Základní školy Prachatice, Zlatá stezka 387, Prachatice.

Zároveň při akci byla natočena reportáž, kterou je možné vzhlednout na www.prachatice.eu, odkaz na levé straně TV vysílání, červenec 1. 7. zavěšeno - 4 reportáž měsíce.

Hanka RH+

Přečtěte si z Otevřené encyklopedie“

Kouření je činnost, při které je skrze spalování nějaké [látky](#), nejčastěji [tabák](#), nebo [marihuana](#), uvolňován a následně vdechován či ochutnáván její [kouř](#) obsahující [pevné částice](#). Tento tabák může být kouřen v [cigaretách](#), existují ale i jiné způsoby, mezi které patří např. kouření [dýmky](#), [doutníku](#), či [vodní dýmky](#).

Kouření má jistý společenský význam; zatímco v [19. století](#) a na počátku [století dvacátého](#) bylo považováno za symbol určité společenské úrovně, na začátku [století dvacátého prvního](#) byla prokázána jeho škodlivost spojená se vznikem [karcinomu plic](#) a dalších onemocnění a je proto proti němu vedena rozsáhlá kampaň.

K nejčastějším rizikům spojených s inhalací tabákového kouře patří poškození plicních dýchacích cest. Při spalování tabáku vzniká [karcinogenní benzopyren](#) a uvolňuje se [nikotin](#), na kterém vzniká závislost. Při kouření jedné nebo několika osob vzniká riziko [pasivního kuřáctví](#), kterému jsou vystaveny další osoby, které vdechují kouř kuřáků. S tímto souvisí i [zákaz kouření](#), který je v jednotlivých zemích různě stanoven.

Ve většině zemí je prodej [tabákových](#) výrobků (a potažmo tedy i kouření) omezen zákonem, v mnoha zemích včetně [České republiky](#) jsou postihovány či omezovány i některé formy kouření jako takového (zejména na některých veřejných místech, v ČR např. ve společných prostorách domů či v [restauracích](#) neoznačených příslušnou značkou).



