

*Сдружение „България без дим“ Ви кани да се включите в*

## **НАЦИОНАЛНА АКЦИЯ**

### **Да спечелим заедно: един ден без цигари!**

Включете се в отбелязването на Международния ден без тютюнопушене - 15 ноември 2018 г.:

1. ако сте пушач спрете цигарите поне за един ден, ако не сте – помогнете на Ваш приятел да ги спре;
2. използвайте спестените пари за реализиране на благотворителна инициатива по Ваш избор;
3. включете Вашето семейство, приятели, колеги, фирма, организация, класа, училището;
4. споделете видео или снимки от акцията Ви на един от следните адреси:
  - като коментар на <https://bezdim.org/2018den/>
  - <https://www.facebook.com/events/310150389716589/>
  - [bgbezdim@gmail.com](mailto:bgbezdim@gmail.com)

Представители на най-сполучливите акции ще бъдат наградени на Международен форум за живот без тютюнев дим през пролетта на 2019 г. в град София.

Акцията се изпълнява съвместно с Коалиция за живот без тютюнев дим, рекламна агенция Смартс, маркетингова агенция All6, BlueLink.net - Мрежа за гражданско действие, Национална мрежа за децата, с подкрепата на Международния съюз против туберкулоза и белодробни заболявания.

От 2010 г. „България без дим“ се бори за законност и срещу тютюневата зависимост в българското общество. В момента действаме за затваряне на пробойните в забраната за тютюнопушене и за освобождаване на обществените пространства от реклама, промоция и спонсорство на тютюневи изделия.

Инициативата за честване на деня без тютюнопушене е възникнала през 1971 г. в град Рандолф, САЩ, когато американецът Артър Мълейни накарал своите съграждани да спрат да пушат поне за един ден. По този начин те спестили средствата, които изразходват за ежедневните си нужди от цигари и основали фонд към местното училище за отпускане на стипендии. Към средата на 70-те години на миналия век идеята на Мълейни придобила голяма популярност в САЩ, след което през 1977 година Американската общност за борба с рака обявява всеки трети четвъртък от месец ноември за ден против тютюнопушенето. На този ден хора по цял свят спестяват пари като не пушат и инвестират спестените по този начин средства в благородни каузи, насърчаващи здравословния начин на живот и ограничаване на тютюнопушенето.

„България без дим“ традиционно отбелязва Международния ден без тютюнопушене от 2011 г. Идеи и вдъхновения, както и победителите от предходни инициативи, посветени

на деня, може да видите на <https://bezdim.org/2017den/> или <https://www.facebook.com/events/1938264613114423/>

За милиони граждани това е едно предизвикателство да се откажат от пушенето поне за един ден, а понякога и завинаги. Това помага да се промени и отношението към тази вредна зависимост. Този ден има за цел да предоставя подробна информация относно ефективните методи за отказване от тютюнопушенето.

Победител е всеки, който участва!