

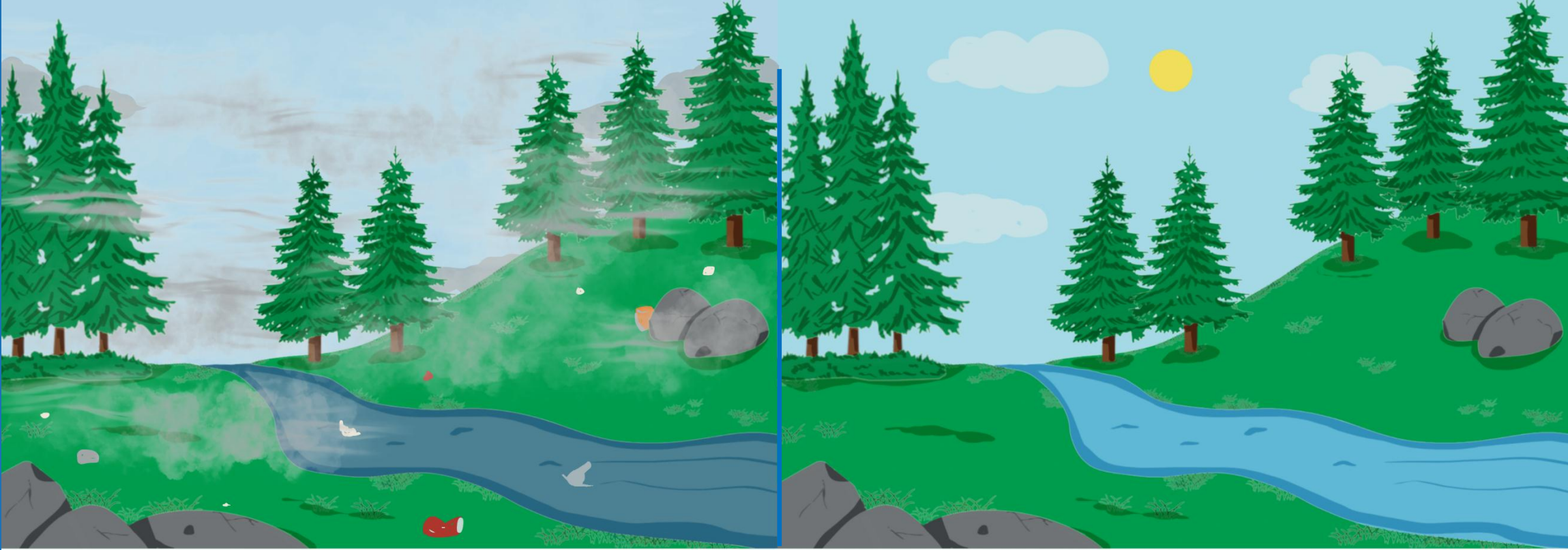


TÜTÜN BAĞIMLILIĞI



TÜRKİYE BAĞIMLILIKLA
MÜCADELE
EĞİTİM PROGRAMI

Kirli Ve Temiz Hava



- **Görseller hakkında ne düşünüyorsunuz? Size ne hissettirdi?**
- **Tütün ve tütün dumanı iç ortamdaki hava kirliliğinin en önemli nedenlerindendir.**
- **Dış ortamlarda da hava kirliliğine neden olmaktadır.**

Pasif Etkilenim



- Tütün dumanı, tütün kullanan kişiye olduğu kadar bu dumanı soluyan kişiye de zarar verir.
- Bu dumanı başkalarının soluması ve bundan dolayı zarar görmesine **pasif etkilenim** denir.
- Tütün dumanının bize zarar verebileceğini hiç düşünmüş müydünüz?
- Duman havada yok olup gitmez mi?
- Duman bize ulaşır mı?

İç Mekânda Tütün Dumanı



- Duman kaynağından çıktıktan sonra kapalı yerlerde tüm ortama yayılır.
- Kokusu geçtikten sonra oda havalandırılrsa bile içindeki zararlı maddeler perde, halı gibi eşyalarda ve yüzeylerde uzun süre kalır.

Dış Mekânda Tütün Dumanı



- Duman dış mekânlarda, miktarına ve rüzgârın hızına/yoğunluğuna göre yaklaşık 13 adıma kadar bizi etkiler.
- Sizce tütün dumanından etkilenmemek ve hasta olmamak için ne gibi önlemler alabiliriz?



Şarkı: Temiz Hava

<https://www.youtube.com/watch?v=U9YtBG6zLBg>



- Şarkıda havamızı kirletenleri gördüğümüzde ne yapmamız gerektiği söyleniyor. Nazikçe ikaz etmeliyiz ya da ortamı hemen terk etmeliyiz.
- Şarkıda tütün ürünleri kullananların anlamsız bir şey yaptıkları söylenmiş.
- Neden böyle söylenmiş?
- İnsanlar hem kendilerine hem başkalarına hem de doğaya zarar veriyorlar.

ALO 171
SİĞARA BIRAKMA DANIŞMA HATTI



115
YEŞİLAY DANIŞMANLIK MERKEZİ



DANIŞMANLIK
MERKEZİ
YEDAM

- ALO 171, sigarayı bırakmak isteyenlere destek olmak amacıyla kurulmuş bir danışma hattıdır.
- Çevrenizde sigarayı bırakmak isteyen kişiler varsa bu numarayı bu kişilerle paylaşabilirsiniz.
- Yeşilay Danışmanlık Merkezleri (YEDAM) ise bağımlılıkla ilgili sorunlar yaşayan kişilere ücretsiz destek hizmeti vermektedir.

Yeşil Dedektör



- Lokanta, alışveriş merkezi, kamu binası, okul, park gibi birçok alanda tütün ürünlerinin kullanılması yasaktır.
- Ailenize Yeşil Dedektör uygulamasını indirebileceklerini ve bu kurallara uymayan kapalı mekânları bildirebileceklerini söyleyebilirsiniz.

Arabada giderken birinin tütün ürünü
kullandığını fark ettin. Duman seni etkiliyor.
Ne söyleyebilirsin ya da ne yapabilirsin?

Okul bahçesinde oynarken dışarıdan tütün
dumanı geldiğini fark ettin.
Ne söyleyebilirsin ya da ne yapabilirsin?

Sokakta yere izmarit atan birini gördün.
Ne söyleyebilirsin ya da ne yapabilirsin?

Misafirlğe gittiniz ve tütün dumanı kokusu
aldın. Ne söyleyebilirsin ya da ne yapabilirsin?