

# Smoke-free!

Irlandia Północna jest teraz wolna od dymu, dając każdemu chwilę oddechu



# Chwila oddechu dla każdego w Irlandii Północnej

W większości miejsc pracy, w miejscach publicznych oraz w niektórych pojazdach w Irlandii Północnej obowiązuje teraz zakaz palenia. Niniejsza ulotka wyjaśnia znaczenie nowego prawa antynikotynowego oraz informuje, gdzie można uzyskać szersze informacje i porady.

## Znaczenie nowego prawa

Od 30 kwietnia 2007 palenie w zamkniętych oraz częściowo zamkniętych miejscach pracy oraz w miejscach publicznych i w niektórych pojazdach jest niezgodne z prawem. Prawo obejmuje niemal wszystkie zamknięte i częściowo zamknięte miejsca pracy, takie jak: restauracje, bary, kawiarnie, hotele, teatry, sale do gry w bingo, kościoły, ośrodki rekreacyjne, centra handlowe, szkoły, szpitale i wszystkie kluby. Obejmuje również pojazdy takie jak: ciężarówki, furgonetki, taksówki i środki komunikacji miejskiej. Zabronione jest palenie w pojazdach firmowych używanych przez więcej niż jedną osobę.

## Co można robić

W zamkniętych i częściowo zamkniętych miejscach pracy oraz w miejscach publicznych muszą zostać wywieszone znaki zakazu palenia (rys. 1). Niektóre pojazdy również muszą posiadać odpowiednie oznakowanie (rys. 2).



(Rys. 1)



(Rys. 2)

W razie zauważenia osoby palącej lub braku znaków zakazu palenia w zamkniętych lub częściowo zamkniętych miejscach pracy, należy poinformować o tym właściciela lub kierownika lokalu. Jeżeli to nie rozwiąże problemu, można skontaktować się z lokalną radą.

Pracodawcy i kierownicy muszą upewnić się, że pracownicy i odwiedzający nie palą w zamkniętych i częściowo zamkniętych miejscach pracy, w miejscach publicznych i w niektórych pojazdach.

## Dlaczego niezbędne jest nowe prawo?

Nowe prawo jest potrzebne, aby ochronić ludzi przed ryzykiem chorób powodowanych przez bierne palenie. Do chorób tych zalicza się zawały, choroby serca i raka płuc.

## Kto będzie egzekwował nowe prawo?

Prawo będzie egzekwowane przez upoważnionych pracowników samorządów lokalnych.

## Jakie przewidziano kary za łamanie prawa?

- ➔ Jeżeli pali Pan/Pani w miejscu zamkniętym lub częściowo zamkniętym, w miejscu publicznym lub w pojeździe z zakazem palenia, może Pan/Pani zostać ukarany/a grzywną (£50) lub zostać pociągnięty/ą do odpowiedzialności sądowej (maksymalna grzywna: £1000).
- ➔ Jeżeli właściciel lub kierownik zezwala na palenie w zamkniętym lub częściowo zamkniętym miejscu pracy, w miejscu publicznym lub w pojeździe z zakazem palenia, może zostać pociągnięty do odpowiedzialności sądowej (maksymalna grzywna: £2500).

- ➔ Jeżeli właściciel lub kierownik nie wywiesi znaków zakazu palenia w zamkniętym lub częściowo zamkniętym miejscu pracy, w miejscu publicznym lub pojeździe z zakazem palenia, może zostać ukarany grzywną (£250) lub zostać pociągnięty do odpowiedzialności sądowej za brak odpowiedniego oznakowania (maksymalna grzywna: £2500).

## Gdzie można uzyskać szersze informacje?

Ustawa Antynikotynowa (Irlandia Północna) z roku 2006 oraz rozporządzenia, na których jest ona oparta dostępne są w języku angielskim na stronie internetowej [www.spacetobreathe.org.uk](http://www.spacetobreathe.org.uk). W celu uzyskania bezpłatnych znaków zakazu palenia oraz szerszych informacji dotyczących prawodawstwa można się również skontaktować z Wydziałem Zdrowia Środowiskowego przy lokalnym samorządzie.

Rada Numer telefonu

**Rada Gminy Ards**

028 9182 4000

**Rada Miasta Belfast**

028 9027 0428

**Rada Gminy Castlereagh**

028 9049 4500

**Rada Okręgu Down**

028 4461 0800

**Rada Miasta Lisburn**

028 9250 9250

**Rada Gminy North Down**

028 9127 0371

# Palenie bierne - fakty

## Czym jest dym z palenia biernego?

Dym palenia biernego to termin używany do określenia gazów i cząsteczek w powietrzu, powstałych w wyniku palenia tytoniu. Dym z palenia biernego zawiera około 4000 substancji chemicznych, w tym arsenik, benzen, formaldehyd i amoniak.

## Czym grozi wdychanie dymu z palenia biernego?

Dym z palenia biernego nie tylko podrażnia oczy, nos i gardło, ale również zwiększa ryzyko:

- raka płuc o 20–30%;
- chorób serca o co najmniej 25%;
- astmy o 40–60%;
- zawału o 80%.

## Dym z palenia biernego i wentylacja

Nie ma bezpiecznego poziomu kontaktu z niebezpiecznymi substancjami chemicznymi z dymu papierosowego, a w 85% dym jest bezzapachowy i niewidoczny. Otwarcie okien lub stosowanie systemu wentylacji nie usunie wszystkich szkodliwych substancji chemicznych, znajdujących się w dymie papierosowym. Aby w znaczny sposób obniżyć ryzyko dla zdrowia potrzebny byłby system wentylacji o sile tornada.

## Rzucanie palenia

Jeżeli jest Pan/Pani palaczem i chciał(a)by skorzystać z tej okazji, aby rzucić palenie, prosimy o kontakt z bezpłatną Linią Pomocy dla Palaczy pod numerem 0800 85 85 85. Linia Pomocy dla Palaczy oferuje życzliwą pomoc i doradztwo, a także służy informacją na temat lokalnych usług pomocy w rzucaniu palenia. Jeżeli chce Pan/Pani osobiście porozmawiać na temat rzucania palenia, można skontaktować się z lekarzem pierwszego kontaktu.



**EH**  
**TSSB**

Autoryzowana adaptacja informacji opublikowanych przez Agencję Promocji Zdrowia w Irlandii Północnej