



### **Legea nr. 349 din 6 iunie 2002**

Conf. art. 3, alin. 1, se interzice fumatul in spatiile publice inchise.

Conf. art. 3, alin. 2, fumatul este permis in spatii special amenajate pentru fumat, cu respectarea urmatoarelor conditii obligatorii:

- a) sa fie construite astfel incat sa deserveasca doar fumatul si sa nu permita patrunderea aerului viciat in spatiile publice inchise;
- b) sa fie ventilate corespunzator, astfel incat nivelul noxelor sa fie sub nivelurile maxime admise.

**CONTRAVENTIE:** *pentru nerespectarea art. 3 (1) se sanctioneaza cu amenda contravenționala de la 100 lei la 500 lei sau cu efectuarea a 20 ore de munca in folosul comunitatii, in cazul elevilor sau studentilor contravenienti, in conditiile legii.*

### **Avertismente de sanatate:**

1. Fumatorii mor mai tineri.
2. Fumatul blocheaza circulatia sangelui in artere, provoaca infarct miocardic si accident vascular cerebral.
3. Fumatul provoaca cancer pulmonar, care este letal.
4. Fumatul in timpul sarcinii daunează copilului dumneavoastra.
5. Protejati copiii: nu-i lasati sa respire fumul dumneavoastra!
6. Doctorul sau farmacistul dumneavoastra va poate ajuta sa va lasati de fumat.
7. Fumatul da dependența, nu incepeti sa fumati!
8. Oprirea fumatului scade riscul de imbolnaviri cardiace sau pulmonare fatale.
9. Fumatul poate provoca o moarte lenta si dureroasa.
10. Primiti ajutorul pentru renuntare la fumat: (telefon/adresa postala/adresa de Internet/consultati doctorul dumneavoastra/farmacistul...).
11. Fumatul incetineste circulatia sangelui si provoaca impotenta.
12. Fumatul provoaca imbatranirea tenului (pielii).
13. Fumatul poate dauna calitatii spermei si scade fertilitatea.
14. Fumul de tigara contine benzeni, nitrozamine, formaldehide si cianuri.





*Daca esti fumator, probabil te-ai saturat sa ti se spuna mereu ca tutunul dauneaza grav sanatatii si ca iti otraveste organismul cu nicotina, monoxid de carbon si gudron. De fapt, tigara te otraveste cu peste 300 de substante toxice, din care mai mult de 40 sunt CANCERIGENE.*

*Specialistii au demonstrat ca daca fumezi un pachet de tigari pe zi, efectul este acelasi cu al iradierii produse de efectuarea unei radiografii toracice in fiecare zi.*

*Nici nefumatorii nu sunt crutati: Fumul care se duce direct in aer de la capatul care arde, este mai toxic decit cel inspirat de fumator: contine de doua ori mai mult gudron si nicotina, de cinci ori mai mult monoxid de carbon si de cincizeci de ori mai mult amoniac. Cei mai afectati de fumatul pasiv sunt copiii: cei care inhaleaza fum de tigara prezinta riscuri mai mari de a face bronsita si pneumonie, dar si infectii ale urechii care pot duce pina la surditate.*

*Daca totusi nu vrei sa renunti la micul tau viciu, incearca macar sa ii protejezi pe cei din jur. Si mai ales, nu fuma in preajma copiilor, chiar daca te afli in aer liber. Li vei proteja de toxinele pe care te incapatinezi sa le inhalezi, si vei evita sa devii un exemplu negativ pentru ei.*

**Pentru ca suntem singurii responsabili de sanatatea**  
**noastra si a lumii in care traim!!!**

