

15 XI 2018 r.
Światowy Dzień Rzucania Palenia



W czwartek, 15 listopada 2018 r. - jak co roku w trzeci czwartek listopada - obchodzimy **Światowy Dzień Rzucania Palenia**

. Tego dnia w wielu krajach nawołuje się palaczy do zaprzestania palenia, promując jednocześnie zdrowy, wolny od dymu tytoniowego styl życia.

NIE TRĄĆ CZASU I PIENIĘDZY - RZUĆ PALENIE!

Palenie 1 papierosa zabiera Ci około 10 minut czasu Twojego życia.



Dziennie wypalenie 1 paczki papierosów zajmuje 3 godziny i 30 minut.

Rocznie - to prawie 1160 godzin!

W ciągu 10 lat to aż 12 000 godzin!

Oznacza to, iż ponad 1,5 roku (500 dni) swojego życia w ciągu 10 lat przeznaczasz na systematyczne trucie siebie i innych dymem tytoniowym!