**Празнуваме Денят на Екс пушача на 30 октомври в Брюксел**

**Знаете ли, че Екс пушачи са по-блестящи?**

* **Денят на Екс пушача** тази година се отбелязва на 30 октомври в Брюксел. Това е празник на всички успели да откажат тютюнопушенето в Европа.
* Екс пушачите са поканени да участват в едно ново предизвикателство наречено **Екс пушачите са по-блестящи**, като „запалят“ своя „бенгалски огън“ на специално предназначеният [микросайт](http://www.exsmokers.eu/bg-bg/sparkle-brighter/index.html) към дигиталната платформа [iCoach](http://www.exsmokers.eu/bg-bg/icoach.html). Това е техният начин да отбележат и засвиделстват своя нов, здравословен живот без тютюнев дим.
* Потребителите на [iCoach](http://www.exsmokers.eu/bg-bg/icoach.html) ще могат да споделят своите „най-ярки преживявания“ като адресират снимки на своя здравословен начин на живот на EU\_Health в Twitter и Instagram.

**Брюксел, 29 октомври 2015** - Кампанията на Европейската комисия „Екс пушачите са непобедими“ стартира през 2011 г., като нейната цел е да помогне на младите хора в Европа на възраст между 24–35 години да се откажат от тютюнопушенето, като представя многото позитиви на живота без тютюнев дим: по-добро здраве и благосъстояние, повече финансови средства на разположение и като цяло един много по-качествен начин на живот.

На 30 октомври 2015 г., когато се отбелязва „Денят на Екс пушача“, всички регистрирани в [iCoach](http://www.exsmokers.eu/bg-bg/icoach.html) празнуват своите постижения като „запалят“ своя „бенгалски огън“ и го поставят на [дигиталната карта на Европа](http://www.exsmokers.eu/bg-bg/sparkle-brighter/index.html). Идеята на тази дигитална карта е да визуализира постоянството на всички успели да се справят с тютюнопушенето и да вдъхнат сила на свой близък човек също да откаже употребата на тютюн. Дигиталната карта на Европа в своя завършен вид, с всички запалили своя „бенгалски огън“ екс пушачи, ще бъде представена в Брюксел на 30 октомври от г-н. Витиняс Андрюкайтис, Комисар по въпросите на здравеопазването и безопасност на храните.

„Като кардиохирург аз съм виждал отблизо ужасните поражения от тютюнопушенето. Двама от моите братя починаха, в следствие на заболявания, свързани с прекомерната употреба на тютюн. Аз никога няма да забравя страданието през което те преминаха. Употребата на тютюн се отнася към 700 000 смъртни случаи в Европа, които е можело да бъдат избегнати. Строгите политики прилагани в Европа за контрол на тютюнопушенето, съвместно с кампании, като „Екс пушачите са непобедими“, са жизнено важни за подобряване на общественото здраве в Европа. Днес ние празнуваме деня на хилядите екс пушачи в цяла Европа, които станаха по-блестящи. Аз ги поздравявам, те са вдъхновение за тези, които все още се опитват да откажат цигарите.“ – споделя Витенис Андриюкаитис.

Обновената версия на [iCoach](http://www.exsmokers.eu/bg-bg/icoach.html) 2015 беше представен през м. февруари т.г. и до сега вече има регистрирани 26296 нови потребители, които ползват безплатната дигитална платформа с цел да се откажат от тютюнопушенето. От първоначалното представяне на платформата [iCoch](http://www.exsmokers.eu/bg-bg/icoach.html) през 2011 г. до сега, 36 % от всички регистрирани са отказали цигарите още в първите три месеца. Освен по-добрия здравословен начин на живот, тези постижения могат да бъдат пресметнати като спестени средства на стойност 262 милиона евро.

Относно кампанията „Екс пушачите са непобедими“ се изказва и д-р Ангел Кунчев, Главен държавен инспектор към „Министерството на здравеопазването“ – „Трябва да сме реалисти, че не можем да променим данните на България за разпространението на тютюнопушенето. Дори след налагане на забрани и административни мерки ще са необходими още години работа, за да се променят нагласите за тютюнопушенето. Всяка година през месец май и ноември, Министерството на здравеопазването и Регионалните здравни инспекции провеждат национални кампании за ограничаване на тютюнопушенето. Смятам, че именно чрез комплексни инициативи можем да променим съзнание, поведение и отношение към тютюнопушенето. Промяната може да започне и сега, в този момент чрез Ex-Smokers”

Катерина Хартман, Главен секретар на Европейското дружество по белодробни болести отбелязва: “От изключително голямо значение е отказването от тютюнопушене, защото то е главен фактор при предпазването от Хронична обструктивна белодробна болест (ХОББ) - коварното заболяване, което може да бъде контролирано, но не и напълно излекувано. Спирането на цигарите е от първостепенно значение при лечението на ХОББ. Отказването от тютюнопушене трябва да бъде окуражавано и подкрепяно, без значение от възрастта на пушачите и от времето, в което е продължило в тютюнопушене. Ние поощряваме тази инициатива на Европейската комисия, като смятаме, че това може да спре развитието на болестта ХОББ, за която се смята, че до 2030 г. ще се превърне в третата в световен мащаб болест, която причинява смърт, според Световната здравна организация”

Професор Карлос Хименес-Руиз, Председател на Комисията за контрол на тютюнопушенето към Европейското респираторно дружество коментира „Програмите за спиране на тютюнопушенето, в това число и кампанията като Европейската комисия „Екс пушачите са непобедими“ са ключови за намаляването на смъртните случаи в Европа, причинени от употребата на тютюн.“

Присъединете се „Екс пушачите са непобедими“, приемайки предизвикателството днес за да докажете, че екс пушачите са наистина са по-блестящи!

За повече информация свързана с [iCoach](http://www.exsmokers.eu/bg-bg/icoach.html) посетете сайта: <http://www.exsmokers.eu/bg-bg/about.html>

„Ex-smokers наистина са по-блестящи!“

Последвай те ни в Twitter: <https://twitter.com/eu_health>

Последвайте ни в Instagram: <https://instagram.com/eu_health/>

**За повече информация:**

Тони Станкова

Екшън Глоубъл Къмюникейшънс България

00359 876291624

[toni.s@actionprgroup.com](mailto:toni.s@actionprgroup.com)