Message d’intérêt public

Journée mondiale sans tabac

Date de début : 31 mai 2021
Date de fin : 31 mai 2021
Nunavut **75 s**

À l’occasion de la Journée mondiale sans tabac, le 31 mai, le ministère de la Santé encourage toutes les Nunavummiutes et tous les Nunavummiuts à réduire leur consommation et à se donner un objectif zéro tabac.

La fumée du tabac et du cannabis endommage les poumons. Elle peut aussi augmenter le risque d’attraper la COVID-19 et aggraver certains symptômes de la maladie. En fumant et en partageant les cigarettes et les joints, on permet également au virus de passer des mains à la bouche.

Voici des recommandations importantes pour tout le monde, mais surtout pour les personnes qui fument du tabac, du cannabis ou des cigarettes électroniques :

- Se laver les mains souvent, avec de l’eau et du savon.
- Ne pas fumer dans les maisons.
- Ne pas fumer près d’un enfant, même s’il est dans un amauti.
- Éviter de partager les cigarettes, les joints, les pipes et les vaporisateurs.
- Éviter de récupérer les mégots de cigarette ou de joint jetés par d’autres personnes.
- Ne pas se toucher le visage ni la bouche.
- Éviter d’inhaler la fumée profondément ou de la retenir longtemps, car cela accroit la quantité de toxines qui entre dans les poumons.
- Éviter de fumer près des amis et de la famille pour réduire leur exposition à la fumée et à la COVID-19.

Si vous songez à arrêter de fumer, sachez qu’il existe des ressources. Vous pouvez écrire à une conseillère ou un conseiller sur la page Facebook « Le tabac n’a pas sa place ici » (rechercher « Tobacco Has No Place Here »), ou appeler la ligne d’aide au renoncement du Nunavut au 1 866 368-7848, un service gratuit et confidentiel,

disponible à toute heure du jour et de la nuit. On vous servira en inuktitut, en anglais, en inuinnaqtun ou en français. Vous pouvez aussi vous rendre à votre centre de santé pour rencontrer une ou un professionnel et discuter des outils qui vous aideront à surmonter vos envies de nicotine.

Célébrons la Journée mondiale sans tabac en nous donnant un objectif zéro tabac.

###

Relations avec les médias

Danarae Sommerville
Spécialiste des communications
Ministère de la Santé
867 975-5712
dsommerville1@gov.nu.ca

ᐱᕙᓪᓕᐊᔪᑦ ᑐᓴᒐᒃᓴᙳᖅᑎᑕᐅᔪᑦ ᐱᔭᐅᔫᓐᓇᖃᑦᑕᖅᑐᑦ ᐃᓄᒃᑎᑑᖓᓄᑎᒃ, ᖃᓪᓗᓈᑎᑐᑦ, ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ ᐅᐃᓈᑎᑐᓪᓗ ᐅᕙᓂ, *www.gov.nu.ca.*
News releases are available in Inuktitut, English, Inuinnaqtun and French on *www.gov.nu.ca*.
Tuhaqtaghat ittut Inuktitut, Qablunaatitut, Inuinnaqtun Uiviititullu talvani *www.gov.nu.ca*.
Les communiqués de presse sont disponibles en inuktitut, en anglais, en inuinnaqtun et en français au *www.gov.nu.ca*.