



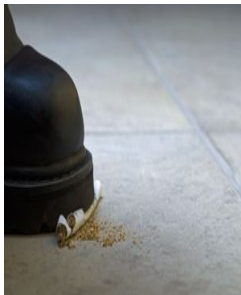
Hrvatski sabor je u petak, na Vladin prijedlog, donio **Zakon o ograničavanju uporabe duhanskih proizvoda**, kojim se zabranjuje pušenje u svim zatvorenim javnim prostorima, uz *izuzetak psihijatrijskih bolnica*. Javnim ustanovama, kafićima i duhanskoj industriji za prilagodbu je ostavljeno 6 mjeseci, a Zakon će se u obrazovnim i zdravstvenim ustanovama početi primjenjivati 8 dana nakon objave u Narodnim novinama.

Zakonom je propisano i da svako pakiranje cigareta u Hrvatskoj mora imati otisnuto opće **upozorenje o štetnosti pušenja**, te dodatno upozorenje koje mora prekrivati najmanje 40% vanjske površine zadnje strane pakiranja.

Savjeti za odvikavanje od pušenja:

- odredite datum prestanka pušenja
- zamolite prijatelje za podršku
- pišite dnevnik o svojim navikama
- smanjite stres u svakodnevnom životu
- uključite se u program odvikavanja (hipnoza, magnetoterapija, psihoterapija...)
- nabavite nikotinske flastere ili žvakače gume
- i za kraj, kad uspijete, nagradite se-čestitamo!

Web savjeti link : [Quit smoking stories](#)



VEZANI SADRŽAJI

{loadposition related}