



# ZIUA MONDIALĂ FĂRĂ TUTUN

## 31 MAI 2026

PENTRU SĂNĂTATEA TA,  
**ACȚIONEAZĂ  
ĂCUM!**

INFORMEAZĂ-TE. ALEGE ÎNTELEPT. FII TU ÎNSUȚI!



**ȚIGĂRI**

fumatul  
nu te face  
mai cool



**VAPE**

nu sunt  
inofensive



**ȚIGĂRI ELECTRONICE**

dependența  
nu se vede



Alege  
viața



Fii tu  
exemplul!



Viitorul  
e al tău!



**INFORMEAZĂ-TE**  
din surse sigure



**PROTEJEAZĂ-TE**  
pe tine și pe cei din jur

INFORMAȚIA DE AZI, DECIZIILE DE MÂINE, VIAȚA TA!



MINISTERUL  
SĂNĂTĂȚII

Material realizat în cadrul subprogramului de evaluare și promovare a  
sănătății și educație pentru sănătate al Ministerului Sănătății  
– pentru distribuție gratuită



Institutul  
Național de  
Sănătate Publică

# ZIUA MONDIALĂ FĂRĂ TUTUN

## 31 MAI 2026



Sunt medic și aleg să mă implic  
activ!

Pentru sănătatea ta și a generației  
viitoare, acționez acum!  
**Informez! Educ! Consiliesz!**

**GENERAȚIA  
VIITTOARE  
GENERAȚIE  
FĂRĂ TUTUN**



MINISTERUL  
SĂNĂȚĂII

Material realizat în cadrul subprogramului de evaluare și promovare a  
sănătății și educație pentru sănătate al Ministerului Sănătății  
– pentru distribuție gratuită

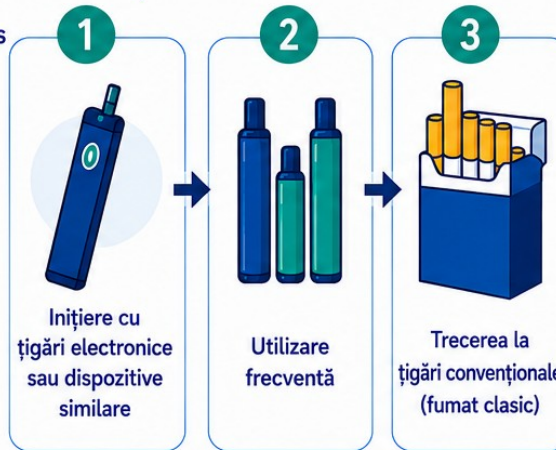


Institutul  
Național de  
Sănătate Publică



### EFECTUL DE „POARTĂ DE INTRARE” CĂTRE FUMATUL CONVENȚIONAL

Produsele cu nicotină pot fi primul pas  
către fumatul clasic.  
Cu cât inițierea este mai timpurie,  
cu atât crește riscul  
de a deveni fumător.



#### DE CE APARE EFECTUL DE „POARTĂ DE INTRARE”?

- Crește toleranța la nicotină
- Normalizează comportamentul de consum
- Aromele atractive și design modern atrag tinerii
- Influența anturajului și a mediului social

“ Țigările electronice și alte produse cu nicotină reprezintă primul pas către fumatul clasic.  
Cu cât inițierea este mai timpurie,  
cu atât crește riscul de a deveni fumător.



Informația te protejează.  
Alege sănătatea.  
Protejează-ți viitorul!



Protejează  
tinerii



Spune NU  
nicotinei



Alege un stil  
de viață sănătos