

「為了孩子 謝謝你不吸菸」-簽署戒菸宣言上傳臉書抽獎活動說明

為了還給孩子一個清新的成長環境，及保護每一位市民朋友的健康，臺北市政府衛生局特別辦理「為了孩子 謝謝你不吸菸」簽署戒菸宣言上傳臉書抽獎活動，希望在吸菸的朋友透過這次活動能下定決心及早戒菸，也請不吸菸的朋友鼓勵身旁的吸菸者共同響應！

- ◆ 活動對象：所有居住或生活在臺北市的吸菸者。
- ◆ 活動期間：106年5月5日(星期五)至106年6月5日(星期一)止。
- ◆ 活動方式：下載「爸爸去戒菸-勇敢拒吸二手菸」宣導酷卡，簽署背面「我願意戒菸」宣言，於活動貼文下方留言處上傳完成簽署的照片，並至（網址：<https://goo.gl/forms/9gaA20AihhdbLgHu1>）確實填寫基本資料，就有機會獲得精美禮品(凡確實上傳簽署照片並填妥基本資料即符合抽獎資格，每1人限填寫1次)。
- ◆ 活動獎項：限量精美生活小物500個(如紙膠帶、夾鏈袋、資料夾等任一種，贈品採隨機贈送)。

活動資訊請至臺北市政府衛生局網站(網址：<http://health.gov.taipei/>)瀏覽或請撥打臺北市民當家熱線1999#7117洽詢。

The left image is a cartoon illustration titled "爸爸去戒菸 勇敢拒吸二手菸" (Dad goes to quit smoking, bravely rejects second-hand smoke). It features a father figure and a child. Below the title, it asks "什麼是二手菸？" (What is second-hand smoke?). It explains that second-hand smoke is a 'A級致癌原素' (A-grade carcinogen) and shows two types: '主流菸' (Mainstream smoke) where smoke is inhaled and exhaled, and '側流菸' (Side-stream smoke) where smoke is released directly from the cigarette. A note at the bottom states: "二手菸=主+主流菸+煙+側流菸+煙!" (Second-hand smoke = Mainstream smoke + smoke + side-stream smoke + smoke!). It also mentions that second-hand smoke contains over 7,000 harmful chemicals.

The right image is a document titled "二手菸對人類身體的危害" (The harm of second-hand smoke to human health). It lists symptoms under '短期暴露' (Short-term exposure) like coughing, headache, eye irritation, and throat pain. Under '長期暴露' (Long-term exposure), it lists more serious conditions like lung cancer and heart disease. It also discusses the formation of '三手菸' (Third-hand smoke) and its long-term health effects.

Both documents include a declaration form at the bottom:

我_____ (簽名)，為了孩子的健康，從106年_____月_____日起，不再吸菸。我決定，無論如何都要堅持這份戒菸的決心！

(稱謂) _____ (簽名)

簽署完成後，拍照上傳至【智慧臺北 幸福生活】並至Google問卷留下連結資訊，就有機會獲得精美小禮物唷！

Taipei City Government Department of Health, Taipei City Government 臺北市政府衛生局 關心您

來自衛生福利部國民健康署菸捐總經費廣告