شمالی آئرلینڈ تمباکو نوشی سے پاک ہونے کو جارہا ہے سوموار 30 اپریل 2007 سے ہر کسی کو سانس لینے کی جگہ دیتے ہوئے

(سانس لینے کے لیئے جگہ – تمباکو نوشی سے پاک قانون سے متعلقہ معلومات)

www.spacetobreathe.org.uk

Urdu translation of *Space to breathe - smoke-free legislation information*

سوموار 30 اپریل 2007

شمالی آئر لینڈ میں ہر کسی کے لیئے سانس لینے کی جگہ

شمالی آئر لینڈ میں سوموار 30 اپریل 2007 سے بہت ساری کام کرنے والی جگہیں، عوامی جگہیں اور بعض مخصوص گاڑیاں تمباکو نوشی سے پاک کر دی جائیں گی۔ یہ کتابچہ بتاتا ہے کہ آپ کے لیئے تمباکو نوشی سے پاک کرنے والے نئے قانون کا کیا مطلب ہوگا اور کیا توقع کی جائے گی جب اسے متعارف کروایا جائے گا۔

قانون سے کیامرادہے؟

سوموار 30 اپریل 2007 سے متصلہ اور ایک دوسرے سے بہت زیادہ جڑی ہوئیں کام کرنے کی جگہوں اور عوامی جگہوں میں اور بعض مخصوص گاڑیوں میں تمباکو نوشی کرنا قانوں کے خلاف ہو گا۔ رہنمائی کا مجموعہ (نیچے دیکھیں) بتائے گا کہ " متصلہ " اور" بہت زیادہ جڑی ہوئی " سے کیا مراد ہے؟ قانون تقریباً تمام متصلہ اور ایک دوسرے سے بہت زیادہ جڑی ہوئیں کام کرنے والی جگہوں، بشمول ریستورانوں، شراب خانوں، کیفوں، ہوٹلوں، تھیٹروں، جوئے خانوں، چرچ کے ہالز، تفریح سنٹروں، شاپنگ سنٹروں، سکولوں، ہسپتالوں اور تمام کلبوں کااحاطہ کرتا ہے۔ یہ گاڑیوں بشمول لاریوں، وینوں، ٹیکسیوں اور پبلک ٹرانسپورٹ کوبھی اپنے دائرہِ کار میں شامل کرتا ہے۔

آپ کیا کر سکتے ہیں

تمباکو نوشی منع ہے کی علامات جیسے کہ اوپر ایک دکھائی گئی ہے ایسی علامات متصلہ اور ایک دوسرے سے بہت زیادہ جڑی ہوئیں کام کرنے والی جگہوں اور عوامی جگہوں پر لازماً آویزاں کی جائیں۔ مخصوص گاڑیاں بھی ان علامات کو ضرور آویزاں کریں۔ اگر آپ دیکھتے ہیں کہ متصلہ اور ایک دوسرے سے بہت زیادہ جڑی ہوئی کام کرنے والی جگہ اور عوامی جگہ پرکوئی تمباکو نوشی کرتا ہے یا اگر تمباکو نوشی منع ہے کی علامت آویزاں نہیں کی گئی ہے تو عمارت کے مالک یا انتظام کرنے والے کو اطلاع دیں۔ اگر یہ مسئلہ حل نہیں کرتا ہے تو آپ کمپلائنس لائن پر رابطہ کر سکتے ہیں جو کہ سوموار 30 اپریل2007 سےکام شروع کرے گی۔ جب نئے قانون کانفاذہوگا۔ اس لائن کے لیئے ٹیلیفون کالوں کا خرچ مقامی شرح سے وصول کیا جائے گا اور تمام شکایات کی چھان بین کی جائے گی۔ اپریل 2007 کے عرصے میں کمپلائنس لائن اور کال کرنے کے لیئے ٹیلیفون نمبر کے متعلق مزید معلومات اس ویب سائٹ **www.spacetobreathe.org.uk** پر دستیاب ہوں گی۔

آجروں اور مینجروں کو لازمایقینی بنانا چاہیے کہ متصلہ اور ایک دوسرے سے بہت زیادہ جڑی ہوئیں کام کرنے والی جگہوں میں اور مخصوص گاڑیوں میں ملازمین اور آنے والے تمباکو نوشی نہ کریں۔ اگرآپ ایک آجر یا مینیجر ہیں تو 15 اپریل 2007 تک آپ کو رہنمائی کامجموعہ، اس کے ساتھ تمباکو نوشی منع ہے کی ایک مفت علامت یا اشارہ ضرور ملنا چاہیئے ۔ اگرآپ کو یہ پیک نہیں ملتا ہے تو برائے مہربانی اپنی ضلع کونسل کے اینوائرمینٹل ہیلتھ ڈیپارٹمنٹ سے ایک کاپی کی درخواست کریں۔ رہنمائی کامجموعہ اور مفت علامت مارچ 2007 کے دوران اس ویب سائٹ **www.spacetobreathe.org.uk** پرڈاؤن لوڈ کرنے کے لیے بھی دسیتاب ہوگی۔ یہ ویب سائٹ ابھی چل رہی ہے اور اس پرنئے قانون کے متعلق معلومات اور رہنمائی جوں ہی دستیاب ہوئی وہ باقاعدگی سے فراہم کی جائے گی ۔ برائے مہربانی زیادہ تازہ ترین رہنمائی کے لیئے ویب سائٹ کو باقاعدگی سے دیکھیں۔

ہمیں اس نئے قانون کی کیوں ضرورت ہے؟

ہمیں اس قانون کی ضرورت ہے تاکہ ہم لوگوں کی ثابت شدہ صحت سے متعلقہ خطرات بشمول فالج،دل کی بیماری اورپھیپڑوں کاسرطان، سے حفاظت کرسکیں۔

قانون کون نافذ کرے گا؟

قانون ضلع کونسلوں کے ذریعے تقررکردہ بااختیار آفیسروں کے ذریعے نافذ کیا جائے گا۔

قانون توڑنے پر کیا جرمانے ہوں گے؟

- اگر آپ کسی متصلہ اور ایک دوسرے سے بہت زیادہ جڑی ہوئی کام کرنے والی جگہ میں، عوامی جگہ میں یا تمباکو نوشی سے پاک گاڑی میں تمباکو نوشی کرتے ہوئے قانون توڑتے ہیں تو آپ کو ایک مقررہ جرمانے کا نوٹس جاری ہو سکتا ہے یا آپ پر مقدمہ ہو سکتاہے۔
- اگر آپ کسی متصلہ اور ایک دوسرے سے بہت زیادہ جڑی ہوئی کام کرنے والی جگہ میں، عوامی جگہ میں یا تمباکو نوشی سے پاک گاڑی میں کسی فرد کو تمباکو نوشی کی اجازت دیتے ہیں جو آپ کی اپنی ہو یا اسکا انتظام کرتے ہوں تو آپ پر مقدمہ ہو سکتا ہے۔
- اگر آپ کسی متصلہ اور ایک دوسرے سے بہت زیادہ جڑی ہوئی کام کرنے والی جگہ میں، عوامی جگہ میں یا تمباکو نوشی سے پاک گاڑی میں جو کہ آپ کے قبضے میں ہو، اپنی ہو یا اسکا انتظام کرتے ہوں میں تمباکو نوشی منع ہے کا ایک مناسب اشارہ لگانے میں ناکام رہتے ہیں تو آپ کو ایک مناسب اشارہ لگانے میں ناکام رہنے کے لیئے ایک مقررہ جرمانے کا نوٹس جاری ہوسکتا ہے یا آپ پر مقدمہ ہو سکتا ہے۔

مارچ 2007 کے دوران تمباکو نوشی سے پاک قانون کے متعلق مفت علامت یا اشارہ اور رہنمائی اس ویب سائٹ **www.spacetobreathe.org.uk** پر سے ڈاؤن لوڈ کرنے کے لیے دستیاب ہو گی۔

میں کہاں سے مزید معلومات حاصل کر سکتا ہوں؟

تمباکو نوشی (شمالی آئرلینڈ) کا ضابطہ 2006 (ضابطہ) 14 نومبر 2006 کو بنایا گیا تھا۔ ضابطے کی تیاری سے متعلقہ قواعد ابھی طے کیے جارہے ہیں۔ برائے مہربانی باقاعدگی سے اس ویب سائٹ **www.spacetobreathe.org.uk** کو دیکھیں کیونکہ اس ویب سائٹ پر مفید سوالات اور جوابات فراہم کیے جائیں گے جوں ہی مزید معلومات دستیاب ہوں گی۔آپ ممکن ہے اپنی ضلع کونسل میں اینوائرمنٹیل ہیلتھ ڈیپارٹمنٹ سے بھی رابطہ کرنا چاہتے ہوں۔

سیکنڈہینڈسموک – حقائق

سیکنڈہینڈسموک کیا ہے؟

سیکنڈہینڈسموک ایک اصطلاح ہے جوتمباکونوشی کے نتیجے میں ہوامیں پیداہونے والی گیسوں اوراجزاء کوبیان کرنے کے لیے استعمال کی جاتی ہے۔سیکنڈہینڈسموک میں تقریباً 4000کمیائی مادے پائے جاتے ہیں جن میں آرسینِک،بَینزین،فورمَل ڈی ہائیڈاورامونیاشامل ہیں۔

سیکنڈہینڈسموک سے صحت کوکیاخطرات ہیں؟

سیکنڈہینڈسموک صرف آنکھوں،ناک اورگلے کے لیے ہی نقصان کاباعث نہیں ہے بلکہ اب یہ بات واضح ہوگئی ہے کہ یہ مندرجہ ذیل میں اضافہ کاباعث بن سکتاہے:

- **پھیپڑوں کاسرطان 20-30%**
- **دل کی بیماریاں کم سے کم 25%**
- **دمہ 40-60%**
- **فالج 80%**

سیکنڈہینڈسموک اورویَنٹی لیشن

سیکنڈہینڈسموک میں موجودخطرناک کمیائی مادوں کے اخراج کی محفوظ جانی پہچانی سطح کوئی نہیں ہے اوراسکا85% بے بواورنظرنہ آنے والاہوتاہے۔سیکنڈہینڈسموک میں پائے جانے والے نقصان دہ کیمیائی مادے کھڑکیوں کوکھولنے یاہواکے اخراج کانظام استعمال کرنے کے ذریعے سے ختم نہیں ہوتے۔صحت کودرپیش خطرات کونمایاں طورپرکم کرنے کے لیے ہواکے اخراج کے نظام کے لیے زبردست طوفان جتنی طاقت کی ضرورت ہوگی۔

تمباکو نوشی چھوڑنا

اگر آپ تمباکو نوشی کرنے والے ہیں اور تمباکو نوشی کو چھوڑنے کا یہ موقع حاصل کرنا چاہتے ہیں تو آپ دوستانہ مدد اور مشورے کے لیئے سموکرز ہیلپ لائن کو اس نمبر **0800 85 85 85** پر مفت ٹیلیفون کر سکتے ہیں۔ سموکرز ہیلپ لائن آپ کو آپ کی مقامی سموکنگ سپورٹ سروسز کی بھی تفصیلات دے سکتی ہے۔ اگر آپ تمباکو نوشی چھوڑنے سےمتعلق کسی سے آمنے سامنے بات کرنا چاہتے ہیں تو آپ اپنے جی پی کو یا مقامی فارماسسٹ یعنی دواساز کو کہہ سکتے ہیں۔

Produced by the **Health Promotion Agency for Northern Ireland**
18 Ormeau Avenue, Belfast BT2 8HS.
Tel: 028 9031 1611 (voice/minicom). Fax: 028 9031 1711
www.healthpromotionagency.org.uk

01/07