

**TUBAKAST JA NIKOTIINIST LOOBUMISE
KAMPAANIA 2021**

Sihtrühm: kõik tubaka- ja nikotiinitoodete tarvitajad, kes on mõelnud loobumisele.

Eesmärk: loobuja motivatsiooni suurendamine ja toetamine.

Kampaania sõnum: Loobu nikotiinist. Päriselt.

Kampaania meeleolu: süstib inimestesse julgust ja motivatsiooni, sõbralik ja toetav.

KAMPAANIA PERIOD

01.01.21 – 31.01.21

EELKAMPAANIA: 21.12.20 – 31.12.20

SIGAREXIT

2021

MEEDIAKAMPAANIA SÕNUM: **AINULT MINA ISE OTSUSTAN, ET LOOBUN**

Teised saavad sulle tuge pakkuda, aga lõpuks sina ise oled see, kes otsustab. Vaid sinus peitub jõud nikotiinist loobuda.

KÕNEISIKUD

JÜRI POOTSMAN

Tavasigareti tarvitaja.
Suitsetab, alustab loobumist.



VALTER SOOSALU

Tavasigareti, e-sigareti ja mokatubaka
tarvitaja.
On loobunud, kuid tuleb sõbrale toeks -
kogemusnõustaja



KAMPAANIA KANALID

Sotsiaalmeedia

PR – intervjuud teles, raadios, ajalehes

Telereklaam

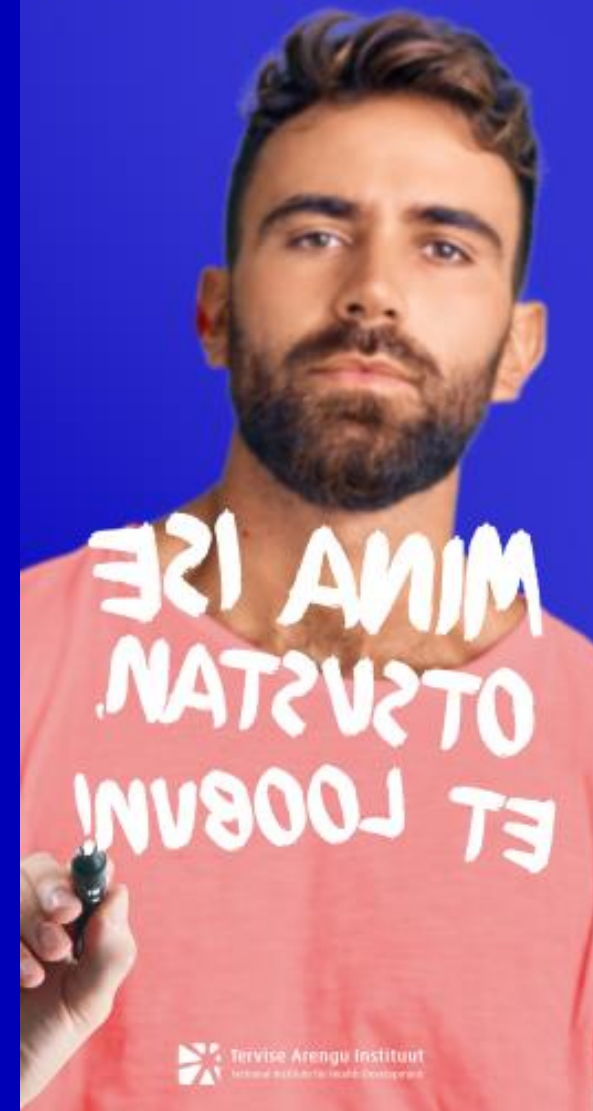
Välimeedia

Veebibännerid

tubakainfo.ee

Mina otsustasin
nikotiinist loobuda.
Ühined minuga?

SIGAREXIT
tubakainfo.ee



Tervise Arengu Instituut
Tubakainfo.ee

SIGAREXITI FACEBOOKI GRUPP

21.12.2020–31.01.2021

Nikotiinist loobumine ei ole lihtne. Seetõttu oleme loonud ka Sigarexiti FB grupi, et loobujad saaksid tuge. Sest teame, et koos on ikka kergem.

- Sigarexiti grupi näod on Valter ja Jüri.
- Jüri hakkab nikotiinist loobuma ja Valter toetab teda oma kogemusega.
- Nõuanded ja kommentaarid TAI tubakaspetsialistilt

KÜSI NÕU APTEEKRILT

- **NAR raviminõustamine**
- **Loobumise soovitamine**
- **Loobumisplaani jagamine**

LOOBUMISPLAAN

- Abivahend loobujale aga ka spikker apteekrile 😊
- Apteekidesse 8.-14.dets
- JAGAMA **01.01.21**
- Eesti ja vene keeles
- 20-50 tk/apteek
- Haruapteegid saavad oma kogused põhiapteegist
- Info: jaanika.liinar@tai.ee

AITÄH!