

An aerial photograph of a dense forest with a mix of green and brown trees, suggesting a transition or a specific type of woodland. A semi-transparent blue rectangular box is centered over the image, containing white text.

A' glanadh an aer  
airson Alba nas fhallaine.

## Didòmhnaich 26 Màirt 2006 – a' glanadh an aer airson Alba nas fhallaine.

Air Didòmhnaich 26 Màirt, aig 6m, bidh Alba saor bho smoc. Bhon cheann-latha sin, bidh a' chòir aig a h-uile neach ann an Alba air obair agus cur-seachad a dhèanamh ann an àrainneachd a tha saor bho smoc. Tha a' bhileag seo a' mìneachadh dè a bhitheas saor bho smoc a' ciallachadh dhutsa agus na rudan a thachras an uair a thòisicheas an casg.

Ge-bith càit' am faic thu an soighne seo, tha thu air do dhìon san lagh bho bhuidhean cronail smocadh fulangach.

Am measg nam buaidhean seo tha cunnart nas motha a thaobh aillse sgamhain, galar cridhe agus raon de thinneasan chloinne.



## Na tha an lagh a' ciallachadh.

Bho 26 Màirt, bidh e mi-laghail smocadh anns a' chuid as motha de dh'àiteachan a-staigh ach a-mhàin dachaighean priobhaideach. Tha seo a' toirt a-steach taighean-bidh, bàraichean, caféan, taighean-òsta, taighean-cluich, tallachan bingo, tallachan eaglais, ionadan spòrs, ionadan bhùithtean, còmhdhail phoblach, sgoiltean, ospadalan agus clubaichean uile.

Tha an lagh cuideachd a' còmhdach cha mhòr a h-uile h-àit'-obrach, a' toirt a-steach làraidhean agus bhanaichean. Cha bhi e air a' cheadachadh tuilleadh smocadh a-staigh, a' gabhail a-steach seòmraichean no raointean sam bith a tha air an comharrachadh airson smocadh. Mar sin, nas lugha na tha thu ag obair anns an dachaigh agad fhèin no ann an dachaigh cuideigin eile, no ann am fear dhe na beagan làraichean a tha saor, bidh e an aghaidh an lagha smocadh a-staigh. Faodaidh luchd-fastaidh àiteachan fasgaidh a thairgsinn a-muigh far am faod an luchd-obrach aca smocadh, fhad's a tha iad a' gèilleadh ris an lagh, ach chan eil e mar dhleastanas orra an tairgsinn.

## Na dh'fhaodas tusa a dhèanamh.

Feumaidh gach làrach far nach fhaodar smocadh sanasan neo-smocaidh a thaisbeanadh coltach ris an tè a tha air a sealltainn an-seo. Ma tha cuideigin a' smocadh agus ma tha thu airson innse mu dheidhinn, innsidh an sanas dhut cò ris a bu chòir dhut bruidhinn (m.e. an sealbhadair no am manaidsear). Mura fuasgail seo an trioblaid, faodaidh tu an uairsin fònadh gu **0845 130 7250** airson a' ghearain agad a chlàradh. Thèid reat ionadail a chleachdadh airson nan gairmean fòna sin. Leanaidh oifigearan slàinte àrainneachd ionadail gearanan sam bith as dèidh sin.

clearing the air\*



healthier  
scotland  
SCOTTISH EXECUTIVE

Feumaidh fastaichean agus manaidsearan làraichean a h-uile ro-chùram reusanta a ghabhail gus dèanamh cinnteach nach eil luchd-obrach, luchd-ceannach agus luchd-tadhail a' smocadh air làraichean far nach eil smocadh air a cheadachadh. Ma tha thu fhèin nad fhastaiche no nad mhanaidsear agus nach eil thu air a' phasgan stiùiridh fhaighinn mu bhith a' gèilleadh ris an lagh, fòn **0845 300 3488** no tadhail air an làrach-lìn, **www.clearingtheairscotland.com**. Tha tuilleadh fiosrachaidh air an làrach-lìn cuideachd mun lagh saor bho smocadh, nam measg cuid a cheistean a tha air am faighneachd gu tric, an làn liosta de làraichean neo-smocaidh agus am beagan shuidheachaidhean a chaidh a cheadachadh agus a tha saor bhon lagh.

## A' stad a' smocadh.

Ma tha thu a' smocadh agus ma tha thu airson an cothrom seo a ghabhail airson stad, tha cuideachadh ri fhaotainn bhon Loighne-smocaidh air **0800 84 84 84**. Neo faodaidh tu fios a leigeil chun an dotair agad no am Bòrd SNS airson comhairle mu bhith a' stad agus an taic airson stad a smocadh a tha ri fhaotainn anns an sgìre agadsa.

## C. Carson a tha feum againn air an lagh ùr seo?

F. Airson daoine a dhion bho na cunnartan slàinte dearbhte a tha an lùib smocadh fulangach, i.e. a' tarraing a-steach smoc tombaca a tha daoine eile a' smocadh.

## C. Cò a chuireas an lagh an cèill?

F. Thèid an lagh a chur an cèill le Oifigearan Slàinte Àrainneachd ionadail, aig am bi a' chumhachd a dhol a-steach gu làraichean neo-smocaidh uile gus dèanamh cinnteach gu bheileas a' gèilleadh ris an lagh. Bidh iad air chomas càinean peanais stèidhichte a thoirt do neach sam bith a tha a' dèanamh eucoir no a tha air eucoir a dhèanamh.

## C. Dè na peanasan a th' ann airson an lagh a bhriseadh?

F. Faodar càin peanais stèidhichte suas ri £50 a chur air daoine fa leth a tha a' smocadh ann an làraichean far nach eil smocadh air a cheadachadh. Faodar cùis-lagha a thogail an aghaidh neach sam bith a dhiùltas no a dh'fhàilligeas pàigheadh agus càin suas gu £1,000 a chur orra. Dh'fhaodadh càin peanais stèidhichte £200 a dhol air an fheadhainn a tha os cionn làraichean neo-smocaidh an dà chuid airson leigeil le daoine smocadh no mura taisbean iad sanasan rabhaidh. Faodar cùis-lagha a thogail an aghaidh neach sam bith a dhiùltas no a dh'fhàilligeas pàigheadh agus càin suas gu £2,500 a chur orra.

# Smocadh – an fhìrinn.

Tha còrr is 13,000 neach a' bàsachadh gach bliadhna ann an Alba air sàilleabh cleachdadh tobhaca – an aon rud ri 250 neach gach seachdain no 35 neach gach latha.

Tha aillse sgamhain a' marbhadh barrachd dhaoine na aillse sam bith eile.

Tha 9 a-mach as gach 10 bàs bho aillse sgamhain air adhbhrachadh le smocadh.

Ann an Alba, thathas a' tomhas gu bheil timcheall air 10,000 neach nach do smoc riamh a' bàsachadh gach bliadhna bho bhuidhean smocadh fulangach.

Thathas a' tomhas gun cuir casg smocaidh bacadh air 219 bàs gach bliadhna bho aillse sgamhain agus galar cridhe agus suas ri 187 gach bliadhna bho stròc no galaran analachaidh.

Tha 30 mionaid de smocadh fulangach gu leòr airson sruth na fala chun a' chridhe a lùghdachadh ann an inbhich fhallain.

Ma tha thu nochdte ri smocadh fulangach san ùine-fhada, tha sin a' meudachadh a' chunnairt a thaobh aillse sgamhain mu 24%, galar cridhe mu 25% agus tha e ag adhbhrachadh grunn thinneasan ann an cloinn cuideachd.

Tobraichean: UK Health Education Authority – Deaths in 1995; Cancer Research UK 2002; Scientific Committee on Smoking and Health 2004; University of Glasgow 2005; Health and Economic Research Unit, Aberdeen University, 2005; Journal of the American Medical Association 2001.

Tha riochdan eile agus tionndaidhean cànan coimhearsnachd dhen sgrìobhainn seo rim faotainn air iarrtas le bhith a' fònachd 0131 244 5660.

Thathas a' meas gu bheil an sgrìobhainn seo na riochdachadh cuimseach dhen tùs sgrìobhainn.  
Gaelic



**SCOTTISH EXECUTIVE**