

Lorsqu'un parent fume près de son enfant,
son enfant fume aussi.

Les enfants et même les bébés dans le ventre
de leur mère qui sont exposés à la fumée
secondaire subissent directement **des méfaits**
sur leur santé.

La campagne *Famille sans fumée* veut
rappeler l'importance de protéger la santé
des enfants en faisant **de la maison et de**
la voiture des zones sans fumée et en fumant
loin d'eux à l'extérieur.



ÉDITION
2017 - 2018

VOS ENFANTS DOIVENT-ILS VOUS FAIRE UN DESSIN ?

ATTENTION, FUMÉE SECONDAIRE

La fumée secondaire est composée de la fumée
qui s'échappe d'une cigarette directement dans l'air
et de la fumée expirée par le fumeur.

Cette fumée est composée de plus de 7000 produits
chimiques dont plus de 70 pouvant causer le cancer.
Et ces substances sont **encore plus concentrées**
dans des espaces restreints, comme une pièce fermée
ou une voiture.



RAPPEL

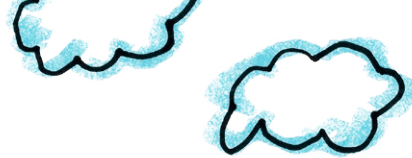
La loi interdit depuis mai 2016 de fumer ou de vapoter :

- dans les **VOITURES** en présence d'enfants de moins de 16 ans;
- dans les **AIRES DE JEU** pour enfants, sur les terrains sportifs et de jeu.

LA FUMÉE SECONDAIRE
DANS UNE VOITURE PEUT ÊTRE JUSQU'À



27X PLUS ÉLEVÉE
QUE DANS LA MAISON
D'UN FUMEUR



UN DANGER POUR LA SANTÉ DES ENFANTS

La fumée secondaire est particulièrement nocive pour la santé des bébés et des enfants parce qu'ils respirent plus vite que les adultes et que leur système immunitaire n'est pas encore totalement développé.

L'exposition régulière à la fumée secondaire peut provoquer ou amplifier certains problèmes de santé comme :

- des problèmes des voies respiratoires inférieures, comme la toux, la bronchite et la pneumonie;
- l'asthme;
- des otites à répétition;
- des rhumes.

Un bébé exposé à la fumée secondaire court aussi un plus grand risque d'être victime du syndrome de mort subite du nourrisson.

2 STRATÉGIES CONTRE LA FUMÉE SECONDAIRE



1. Faire de sa maison et de son auto des zones 100% sans fumée :

- ✓ On ne fume pas, même sous la hotte, dans le garage, avec les vitres baissées...
- ✓ C'est bon en tout temps, même si les enfants ne sont pas présents.

2. À l'extérieur, on ne fume pas près des enfants et des femmes enceintes :

- ✓ Même sur le balcon, au parc ou en marchant, la fumée secondaire menace la santé des enfants s'ils se trouvent près du fumeur.

PRÈS DE
85%
DE LA
FUMÉE SECONDAIRE
EST INVISIBLE




UN DANGER POUR LES FEMMES ENCEINTES ET LEUR BÉBÉ

POUR MAMAN

En s'exposant à la fumée secondaire, une femme augmente ses risques de vivre une fausse couche ou encore un accouchement prématuré ou avec complications.

POUR BÉBÉ

Pendant la grossesse, le bébé n'est pas à l'abri. La fumée secondaire peut nuire à son développement. Son risque de naître avec un petit poids est augmenté.

UNE OCCASION D'ARRÊTER...

Sortir de la maison et de l'auto pour aller fumer permet souvent de réduire le nombre de cigarettes consommées, un premier pas pouvant mener à la cessation. **Voici des ressources gratuites :**

- Sites Web defitabac.ca et jarrete.qc.ca
- Ligne 1 866 jarrête (527-7383)
- Centres d'abandon du tabagisme

Les pharmaciens et les médecins peuvent aussi être des alliés pour écraser.

UNE RÉALISATION DE CAPSANA. EN COLLABORATION AVEC :

FAMILLESANSFUMEE.CA



Jean Coutu

Québec 