

# BINNEN ROKEN IS NOOIT OKÉ



**1** De rook van sigaretten blijft in de lucht hangen tot heel lang nadat je gerookt hebt. De rook verspreidt zich ook en zweeft van de ene kamer naar de andere.

**2** De rook plakt aan je kleding, de gordijnen, de vloer en ook aan speelgoed. Dat is niet goed voor jouw gezondheid en die van je kinderen.

**3** Kinderen – van baby's tot 18-jarigen – moeten nog groeien. Als ze de rook van sigaretten inademen, is dat slecht voor hun gezondheid. Ze gaan hoesten en kunnen astma, longontstekingen en oorontstekingen krijgen. Bij baby's is er ook een hoger risico op wiegendood.

**5** Je auto is een kleine ruimte. De rook van sigaretten kruipt in de zetels, de vloer en het plafond. Al je passagiers, dus ook je kinderen, ademen het in.

**4** Jonge kinderen steken vaker speelgoed of hun handen in hun mond. Op die manier nemen ze meer giftige stoffen op.



vigez  
thuis in gezond leven.

logo VL  
GEZONDHEID  
TROEF



Vlaamse  
overheid

Kom op  
tegen Kanker  
i.s.m.

## DIT HELPT: NOOIT BINNEN ROKEN

### VOORDELEN VAN EEN ROOKVRIJ HUIS

- Je kinderen worden minder ziek.
- Je huis wordt gezonder om in te wonen.
- Je huis ruikt beter.
- Je vermindert de kans dat je kinderen later zelf gaan roken.
- Je voelt je beter, omdat je zorg draagt voor jezelf én anderen.



## GOED OM WETEN: DIT HELPT NIET.

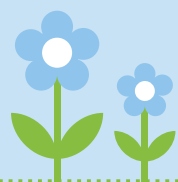


Wat zou niet binnen roken voor jou gemakkelijker maken?

.....

.....

.....



Meer informatie en adviezen:

[www.gezondbinnen.be](http://www.gezondbinnen.be)