

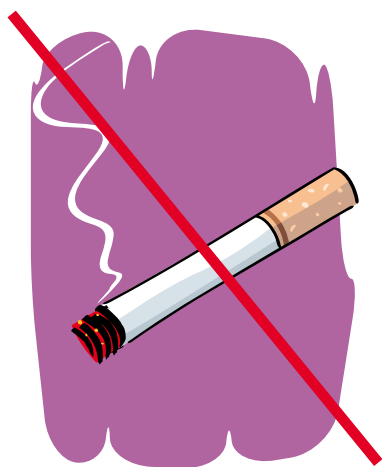
## OBJECTIF 8

Imprimer



**Le tabac est un irritant pour les bronches et aggrave l'asthme.**

Voici quelques conseils à appliquer si des personnes fument autour de toi :



Evite tout contact  
avec le tabac



Les adultes doivent  
fumer à l'extérieur



Tes parents doivent se  
rincer la bouche  
et se laver les mains  
après avoir fumé



**Et si tu veux en savoir plus, voici quelques informations  
à découvrir à la maison avec tes parents.**

La fumée dégagée par les cigarettes, pipes et cigares ou exhalée par le fumeur contient de nombreuses substances dangereuses et l'exposition des non-fumeurs à la fumée de tabac s'appelle le tabagisme passif.

Cette fumée irrite les yeux, le nez et la gorge des personnes exposées, aggrave l'asthme et favorise les infections des bronches, du nez et des oreilles chez les enfants.

Le mieux est de ne pas fumer à l'intérieur des lieux clos, même à la fenêtre car l'air extérieur refoule à l'intérieur la fumée de cigarettes, respecter les zones non fumeurs, et augmenter le renouvellement d'air par l'ouverture des fenêtres.

On recommande également aux fumeurs de se laver les mains et de se rincer la bouche après avoir fumé, pour limiter les odeurs de tabac de l'haleine et des mains qui peuvent gêner la personne asthmatique en cas de contact proche.