

Cómo lograr que su hogar y su automóvil estén libres de echar humo y fumar vaporizador

Comuniqué su plan

Haga una reunión familiar para hablar sobre cómo van a trabajar en conjunto para crear un hogar y un automóvil libres de humo y vapor.

Indique los motivos que tiene su familia para querer una casa y un automóvil libres de humo y vapor. Si bien esto puede ser más difícil para los miembros de la familia que fuman o vapean, escuche y tenga una actitud comprensiva.

En su automóvil

- Coloque un cartel de "No fumar ni vapear" en la ventana del automóvil e infórmeles a todos que no está permitido fumar o vapear en su automóvil.
- Limpie bien el automóvil. Es muy difícil eliminar todos los rastros de humo o vapor, pero lo que pueda hacer será útil.
- Quite el cenicero del automóvil. Si no puede hacerlo, límpielo y llénelo con monedas o con goma de mascar sin azúcar.

En su hogar

- Asegúrese de que todos en el hogar sepan que tienen que salir para fumar o vapear, incluso las visitas.
- Coloque un cartel de "no fumar ni vapear" en la puerta principal y un recordatorio del compromiso de "no fumar ni vapear" en la puerta del refrigerador para que la gente sepa que no está permitido fumar en su hogar.
- Quite todos los ceniceros.
- Asegúrese de que los cuidadores o niñeras de su hijo no fumen ni vapeen cerca del niño.



fuentes
de datos

