

3 pasos

... Para tener un hogar libre de humo!

Hasta que esté listo para dejar de fumar....



Paso # 1: Bueno

- ▶ Fume en un solo sitio de la casa, lejos de los niños
- ▶ Sople el humo por la ventana
- ▶ Hable con su familia acerca de tener la casa libre de humo

En solo tres pasos, usted puede proteger a su familia reduciendo los efectos que produce el humo del cigarrillo.

Paso # 2: Mejor

- ▶ Nunca fume alrededor de un niño
- ▶ Nunca fume en el auto con un niño
- ▶ Fume solamente fuera de su hogar



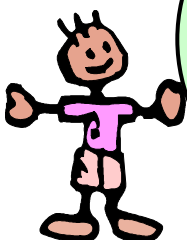
Paso # 3: Excelente

- ▶ Nunca permita que fumen en su hogar o en el auto
- ▶ Nunca permita que fumen alrededor de un niño
- ▶ Deje de fumar

Los niños con asma

Tienen un **riesgo más** alto de ser afectados por el humo del cigarrillo.

Empiece a proteger a sus hijos hoy.



¿Quiere dejar de fumar?

Llame al (215) 683-LIVE para obtener información gratis y ayuda en inglés y español.

www.smokefreephilly.org