

Jugendliche und Tabak

Was können Eltern von Jugendlichen tun?

Sich Zeit nehmen...

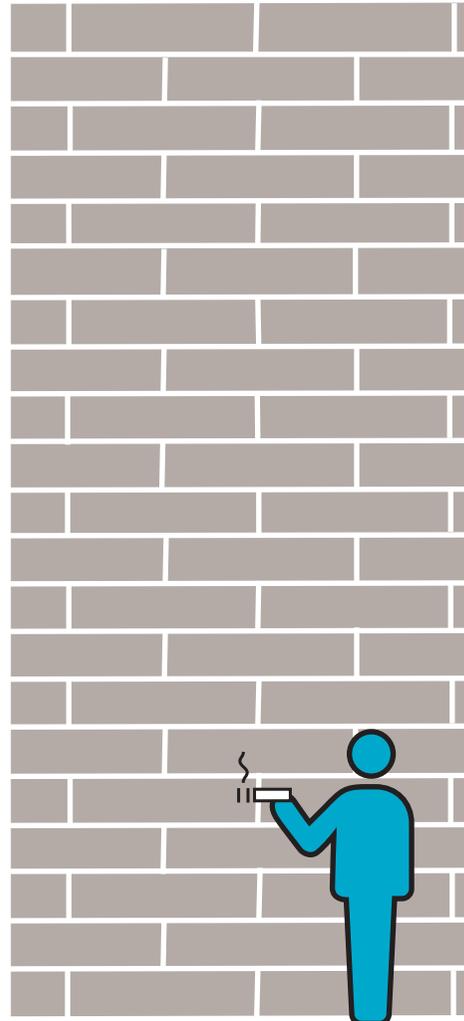
... um mit dem Sohn/der Tochter zu sprechen und ihnen zuhören,
... mit ihnen über die Gefahren des Tabaks reden – auch wenn Sie selbst rauchen.

Bestärken...

... durch Lob für positives Verhalten,
... durch Unterstützung und Ermutigung.

Wenn Ihr Kind raucht, sollten Sie:

- nicht erlauben, dass es zu Hause raucht, auch nicht in Ihrer Anwesenheit,
- es zum Aufhören ermutigen,
- bei Ämtern, Präventionszentren und Ärzten um Hilfe bitten



Wissenswertes

Nur wenige Jugendliche sind Raucher. Im Durchschnitt raucht nur einer von fünf Jugendlichen im Alter zwischen 15 und 19 Jahren.

Tabak macht sehr schnell abhängig.

Tabak schadet der Gesundheit, egal in welcher Form : Zigaretten, Shisha, Snüs usw.

Eltern sind auch für Jugendliche Vorbilder, das gilt auch beim Thema Rauchen.

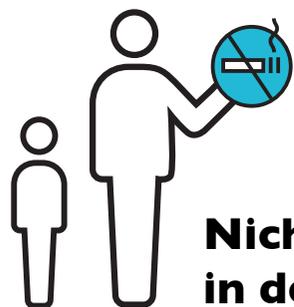
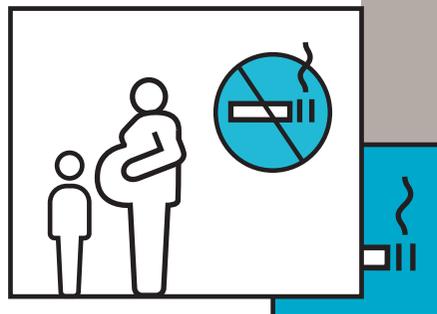


Ce projet est soutenu financièrement par le Fonds national de prévention du tabagisme.
Das Projekt wird durch den Tabakpräventionsfonds finanziell unterstützt.

Schutz von Kindern vor Tabakrauch

Was können Eltern tun?

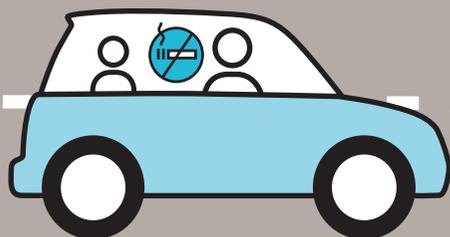
Nicht während der Schwangerschaft rauchen



Nicht rauchen, wenn ein Kind in der Nähe ist



Draussen rauchen, bei geschlossenen Türen und Fenstern, auch die Gäste



Nicht im Auto rauchen

Wissenswertes

Während der Schwangerschaft:

Tabakrauch erhöht das Risiko für Fehl- und Frühgeburten.

Tabakrauch kann die Entwicklung des Kindes beeinträchtigen.

Bei kleinen Kindern führt Tabakrauch:

- zu mehr Tränen durch Koliken (Bauchweh) und einem erhöhten Risiko für plötzlichen Kindstod,
- zu Reizungen der Augen, Nase, im Hals und in den Ohren und kann Schnupfen, Mittelohrentzündungen, Asthma und Husten hervorrufen.

Die Gesundheit von Kindern wird durch Rauch stärker gefährdet, da ihr Körper und ihre Organe noch wachsen, insbesondere die Lunge.



Ce projet est soutenu financièrement par le Fonds national de prévention du tabagisme. Das Projekt wird durch den Tabakpräventionsfonds finanziell unterstützt.