

c. La cigarette

MODULE 1

Si vous fumez, il n'y a pas de meilleur moment pour arrêter. Lorsque vous fumez, votre bébé fume aussi. Pensez à ce que cela signifie avant d'allumer une cigarette.

Même si vous ne fumez pas vous-même, la fumée secondaire peut nuire à votre bébé.

Voici ce qui arrive au bébé quand sa mère fume ou qu'elle respire de la fumée secondaire.



Un environnement sans fumée pour vos enfants. Comment y parvenir?

<http://www.youtube.com/watch?v=FXQ6XMutwsE>

Cette vidéo, conçue par le centre de ressources Meilleur départ, traite de l'impact social de la fumée secondaire chez les jeunes familles.

<http://www.youtube.com/watch?v=FXQ6XMutwsE&noredirect=1>

Pour en savoir plus sur ce que vous pouvez faire pour arrêter de fumer communiquer avec le service Téléassistance pour fumeurs. Téléassistance pour fumeurs est un service gratuit et confidentiel administré par la Société canadienne du cancer offrant du soutien et de l'information sur l'abandon du tabac et l'usage du tabac.

[Site Web : www.teleassistancepourfumeurs.ca](http://www.teleassistancepourfumeurs.ca)

[Téléphone : 1-877-513-5333](tel:1-877-513-5333)