



Saiba o risco

NÃO HÁ NÍVEL NÍVEL SEGURO DE EXPOSIÇÃO A FUMO PASSIVO

O fumo passivo pode viajar dentro de moradias com múltiplas, unidades e áreas comuns, por entradas, fendas nas paredes, linhas elétricas, sistemas de ventilação e encanamento.

Todos que morem ou trabalhem em moradias de múltiplas unidades estão negativamente impactados por fumo passivo, especialmente:

- crianças, aumentando infecções de ouvido e asma
- animais de estimação, inclusive aves e peixes
- idosos
- pessoas com deficiências

Pessoas com deficiências saúde subjacentes vinculadas à doença grave, COVID-19, inclusive doença cardíaca, menor função pulmonar e risco de doenças respiratórias.

POR QUE MORADIAS SEM FUMO?

Políticas de moradias sem fumo têm muitos benefícios:

- criar um benefício mais saudável para todos os residentes
- economizar
- aumentar demanda por propriedades sem fumo



Tobacco-Free
FOR A HEALTHY NEW JERSEY

tobaccofreenj.com

TobaccoFreeNJ@njpn.org

732-367-0611



CONFIRA ESSES RECURSOS GRATUITOS PARA LHE AJUDAR A VIVER UMA VIDA SEM TABACO!



Um projeto estadual focado no crescente acesso de residentes de Nova Jersey ao ar livre de fumo onde trabalham, moram e brincam. O projeto é financiado pelo Dept. de Saúde de Nova Jersey, Gabinete de Controle de Tabaco para prover esforços de alcance regional.

NJ Quitline njquitline.org

Um programa gratuito, confidencial e multilíngue de aconselhamento por telefone. Um orientador para parar lhe dará a criar um plano para parar inclusive lidar com desejos e modos de evitar deslizes e recaídas. Adirir a NJ Quitline lhe dará acesso ilimitado ao portal My Quit for Life. Os participantes receberão um kit para parar, apoio por e-mail, acesso a chat com orientador para parar e duas semanas gratuitas de adesivos de nicotina.



Mom's Quit Connection for Families momsquit.com - 1-888-545-5191

Mom's Quit Connection for Families (MQCF) provê aconselhamento gratuito individual para grávidas e pós-parturientes, mães, pais e parentes, que queiram parar de fumar para proteger crianças com idade até 8 anos de exposição à fumaça nociva do tabaco.

Quit 4 Kids Text Keyword: QUITFORKIDS to 53016



Um programa de apoio por texto para grávidas, pais e cuidadores de crianças do nascimento até a idade de 8 anos. O programa oferece um conjunto de mensagens automáticas personalizadas sobre cessação de fumo e prevenção de recaídas, fatos sobre fumar com gestão de gatilhos e necessidade, apoio à gestão de estresse e hábitos saudáveis de estilo de vida e alimentação. Um programa de chat ao vivo dá acesso a um especialista de tratamento de tabaco.



tobaccofreenj.com/quit-smoking

Financiado pelo Dept. de Saúde de Nova Jersey, Gabinete de Controle de Tabaco, residentes de Nova Jersey agora têm acesso a 11 Quit Centers que provêm recursos para parar ou reduzir o uso de produtos de tabaco.