

# Pastikan Udara Yang Kita Sedut Bebas Daripada Asap Rokok

## Di RUMAH

Tidak menyediakan sebarang peralatan seperti pemetik api dan bekas abu rokok yang boleh menggalakkan tabiat merokok.

Memastikan tiada ahli keluarga atau tetamu merokok di dalam rumah kita.

Sebagai ketua keluarga tunjukkan contoh yang baik kepada ahli keluarga dengan tidak merokok.

Mendidik anak-anak tentang faedah tidak merokok supaya mereka tidak mulakan tabiat merokok.

Memujuk ahli-ahli keluarga yang merokok supaya berhenti merokok.

