**Communicatie van intermediair organisatie naar einddoelgroep (rokers)**

**Korte versie**

**Test jezelf: weet jij wat meeroken met kinderen doet?**

Is het ooit oké om in huis te roken? Ontdek het antwoord op nooitbinnenroken.be. Veel rokers denken dat het oké is als ze roken onder de dampkap of bij het open raam. Of in een aparte kamer met de deur dicht. Maar binnen roken is nooit oké. Zelfs niet met het raam open. Het is altijd erg gevaarlijk, zeker voor kinderen, die extra kwetsbaar zijn.

Op nooitbinnenroken.be zie je hoe de giftige rookdeeltjes zich over het hele huis verspreiden, lang in de lucht blijven hangen en zich dan overal op vastzetten. Zonder dat je er iets van merkt. Je ontdekt hoe de kinderen ze binnenkrijgen en wat de gevolgen zijn. Je leert hoe je je huis rookvrij houdt en waarom je beter nooit in de auto rookt. Met een korte [quiz](http://www.nooitbinnenroken.be/quiz/) kun je je eigen kennis testen. Probeer het eens. Test jezelf op nooitbinnenroken.be.

**Uitgebreide versie**

**Test jezelf: weet jij wat meeroken met kinderen doet?**

Is het ooit oké om in huis te roken? Ontdek het antwoord op nooitbinnenroken.be. Veel rokers denken dat het oké is als ze roken onder de dampkap of bij het open raam. Of in een aparte kamer met de deur dicht. Maar binnen roken is nooit oké. Zelfs niet met het raam open. Het is altijd erg gevaarlijk, zeker voor kinderen, die extra kwetsbaar zijn.

Op nooitbinnenroken.be zie je hoe de giftige rookdeeltjes zich over het hele huis verspreiden. Zonder dat je er iets van merkt. En hoe de kinderen ze binnenkrijgen en wat de gevolgen zijn. Je leert hoe je je huis rookvrij houdt en waarom je beter nooit in de auto rookt. Met een korte [quiz](http://www.nooitbinnenroken.be/quiz/) kun je je eigen kennis testen.

**Waarom zijn kinderen extra kwetsbaar?**

Kinderen zijn extra kwetsbaar voor de giftige deeltjes in tabaksrook. Omdat hun longen en afweersysteem pas volledig ontwikkeld zijn als ze tiener zijn. Kinderen hebben kleinere luchtwegen en ademen sneller dan volwassenen, waardoor ze meer giftige stoffen opnemen.

Zelfs de kleinste hoeveelheid tabaksrook is erg schadelijk. De cijfers op nooitbinnenroken.be liegen er niet om. Er zitten meer dan 4000 chemische stoffen in. En minstens 50 van die stoffen kunnen kanker veroorzaken.

**Kinderen worden er ziek van**

Ook als de rook weg is, zijn die giftige stoffen nog altijd in huis. Ze hangen lang in de lucht, en daarna zetten ze zich overal op vast. Je ziet ze niet en je ruikt ze niet. Maar de kinderen krijgen ze wel binnen. En ze worden er ziek van. Ze hebben meer kans op astma, longontstekingen, oorontstekingen, bronchitis, hoesten en piepende ademhaling. En ze zijn sneller buiten adem. Baby's hebben meer kans om te sterven aan wiegendood.

De boodschap is duidelijk: Rook nooit in huis, nooit in je auto. Doe het voor de kinderen.

Voor informatie, tips en advies: nooitbinnenroken.be.