

# Evitar il fim passiv

## Uschia protegis Vus sasez e Vossa famiglia

### Survista tematica

- privels dal fimar passiv
- Communicaziun
- Protecziun da la sanadad
- Soluziuns tecnicas
- Basas legalas
- Engaschaments politics

### Viver saunamain – abitar senza fim

Il fim passiv pertutga nus tuts – saja quai en l'abitaziun, en l'auto u sin la piazza da gieu. Spezialmain periclitads èn uffants, persunas pli veglias, dunnas en speranza ed animals da chasa.

Qua survegnis Vus in'invista en il tema e descriva pussaivladads co che Vus pudais proteger Vus e Vossa famiglia cunter ils privels dal fimar passiv.

Dapli davart il tema fim passiv:  
[www.passivesmoke.ch](http://www.passivesmoke.ch)

# Tge è fim passiv?

Il fimar passiv è il respirar nunvoluntarmain fim da tubac en l'ambient – saja quai directamain or da l'aria (**fim secundar**) u indirectamain sur restanzas ch'èn sa deponidas sin surfatschas, sin vestgadira u en l'aria locala (**fim terziar**).

Las particlas da fim che sa deponan restan là durant mais activas – er senza fim u savur visibel.

Mo in conturn che n'è betg 100 % senza fim protegia efficaciamain – ventilar u nettegiar na basta betg!

Il fim passiv cuntegna passa **7000 substanzas chemicas**, da quellas èn almain **70 che chaschunan cancer** – i na dat nagina quantidad nunprivlusa

Il fimar passiv cuntegna bleras **ristgas per la sanadad**.

Tranter auter malsognas cronicas da la via respiratorica, malsognas dal cor e da la circulaziun, malsognas da cancer ed inflammaziuns.

Dals privels èn tuts pertutgads. **Uffants, creschids, persunas cun malsognas preexistentas** e schizunt **animals da chasa**.

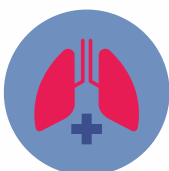


# Communicaziun clera

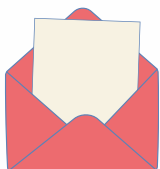
## Uschia communitgais Vus Voss giavischs en moda efficazia



Discurri avertamain cun giasts, cun vischinAs u cun collegas, sche Vus As sentis disturbà dal fim.



Declerai objectivamain, pertge che Vus vulais conturns senza fim – p.ex. pervia d'uffants u pervia da ristgas per la sanadad.



Sche il fim resta, scrivai ina brev a VossAs vischinAs, a l'administraziun da la chasa u a l'associaziun da las locatarias e dals locataris.

*Per quest intent pudais Vus duvrrar noss models da brev qua.*



Nudai incidents concrets – pia cura e nua ch'igl è vegnì fimà u cura ch'il fim è entrà en Vossa abitaziun. Questa documentaziun po gidar a far chapir Voss giavischs.

*Essas Vus malsegirs co concepir in tal discurs?*

*Duvrais Vus agid per rediger ina brev?*

*Chattai cussegls utils sin nossa pagina d'internet.*

# Er proteger Vossa famiglia

·Procurai che Vossa abitaziun e Voss èn auto cumplettamain senza fim – er tar ina fanestra averta.



Sche Vus fimais, fimai ordadora e purtai vestgadira specifica che vegn tratga en exclusivamain per il fimar – per exempel ina «giacca da fimaders» che resta ordadora.



Tscherni instituziuns da tgira e scolas senza fim per Voss uffants.



# Utilisar cumplementar main ils meds auxiliars technics

**Filters d'aria HEPA** (High Efficiency Particulation Air) èn filters speziels ch'èn vegnids sviluppads per allontanar particlas fitg pitschnas da l'aria – tranter auter pulvra, pollen e bacterias.



Ellas pon reducir l'impestaziun cun pulvra fina tras il fim passiv **per fin a 70%**, cunzunt l'enviern (Barn et al., 2018; Batterman et al., 2005).

In mantegniment regular ed ina midada da filter èn necessarias, perquai che l'effect tschessa suenter circa 5 mais (Barn et al., 2018).



Filters da l'aria HEPA sbassan l'impestaziun da pulvra fina e megliereschan uschia er la sanadad da las vias respiratoricas.

Tuttina n'èn els **betg in remplazzament per in ambient ch'è 100% senza fim!**

# Enconuschai Voss dretgs

## En Svizra valan differentas basas giuridicas per la protecziun cunter il fimar passiv:



**CCS Art. 684:** Scumond d'influenzas excessivas sco l'impestaziun da l'aria e la savur mala.

**CCS Art. 679:** Protecziun cunter consequenzas nuschaivlas tras vischinAs.

**DO Art. 257f:** LocatariAs ston prender resguard da vischinAs.

**DO Art. 259a–259h:** regulaziuns areguard mancanzas da la chausa da locaziun, reducziun dal tschains da locaziun e deposit.

**Plazza da lavur:** En Svizra èsi scumandà da fimar en locals interns publics ed a plazzas da lavur.

·Cuntravenziuns cunter la Lescha federala davart il fimar passiv pon vegnir chastiadadas cun fin 1000 francs.



# Sustegnair mesiras politicas



Scumonds da fimar en locals publics reduceschan infarcts dal cor per fin a 15 % (Richiardi et al., 2009).

Nunfimadras e nunfimaders profiteschan cleramain da regulaziuns legalas, cunzunt a la piazza da lavur (Olivieri et al., 2019).

Scumonds da fimar en lieus da lavur ed en locals publics chaschunan ina meglra qualidad da l'aria e damain malsognas da la respiraziun, en spezial tar gruppas professiunalas exponidas sco il persunal en bars (Goodman et al., 2007).

Ina survista internaziunala mussa che scumonds da fimar en localitads publicas chaschunan meglieraziuns immediatas da la sanadad en l'entir mund, p.ex. damain infarcts dal cor ed attatgas d'asma tar uffants (Menzies, 2011).

Mesiras politicas per proteger dal fimar passiv mainan cumprovadamain a meglieraziuns considerablas per la sanadad da la populaziun  
– I vala la paina da sustegnair quellas.

# Referenzas

Barn, P., Gombojav, E., Ochir, C., Laagan, B., Beejin, B., Naidan, G., Boldbaatar, B., Galsuren, J., Byambaa, T., Janes, C., Janssen, P. A., Lanphear, B. P., Takaro, T. K., Venners, S. A., Webster, G. M., Yuchi, W., Palmer, C. D., Parsons, P. J., Roh, Y. M., & Allen, R. W. (2018). The effect of portable HEPA filter air cleaners on indoor PM2.5 concentrations and second hand tobacco smoke exposure among pregnant women in Ulaanbaatar, Mongolia: The UGAAR randomized controlled trial. *Science of The Total Environment*, 615, 1379–1389. <https://doi.org/10.1016/j.scitotenv.2017.09.291>

Batterman, S., Godwin, C., & Jia, C. (2005). Long duration tests of room air filters in cigarette smokers' homes. *Environmental Science & Technology*, 39(18), 7260–7268. <https://doi.org/10.1021/es048951q>

Goodman, P., Agnew, M., McCaffrey, M., Paul, G., & Clancy, L. (2007). Effects of the Irish smoking ban on respiratory health of bar workers and air quality in Dublin pubs. *American Journal of Respiratory and Critical Care Medicine*, 175(8), 840–845. <https://doi.org/10.1164/rccm.200608-1085OC>

Menzies, D. (2011). The case for a worldwide ban on smoking in public places. *Current Opinion in Pulmonary Medicine*, 17(2), 116–122. <https://doi.org/10.1097/mcp.0b013e328341ce98>

Olivieri, M., Murgia, N., Carsin, A.-E., Heinrich, J., Benke, G., Bono, R., Corsico, A. G., Demoly, P., Forsberg, B., Gislason, T., ... & the ECRHS Study Group. (2019). Effects of smoking bans on passive smoking exposure at work and at home: The European Community Respiratory Health Survey. *Indoor Air*, 29(3), 517–526. <https://doi.org/10.1111/ina.12556>

Richiardi, L., Vizzini, L., Merletti, F., & Barone-Adesi, F. (2009). Cardiovascular benefits of smoking regulations: The effect of decreased exposure to passive smoking. *Preventive Medicine*, 48(2), 167–172. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2008.11.013>



Per infurmaziuns pli detagliadas visitai nossa pagina d'internet:  
[www.passivesmoke.ch](http://www.passivesmoke.ch)

Powered by:



Arbeitsgemeinschaft  
Tabakprävention  
Schweiz

  
LUNGENLIGA SCHWEIZ  
LIGUE PULMONAIRE SUISSE  
LEGA POLMONARE SVIZZERA  
LIA PULMUNARA SVIZRA

Mit Unterstützung von:

**SWISSLOS**



Kanton Zürich  
Gemeinnütziger Fonds

kantonschwyz 



**SWISSLOS**  
Kanton Obwalden



Kanton Zug



Sprachenförderung Graubünden. Amt für Kultur  
Promoziun da linguas Grischun. Uffizi da cultura  
Promozione delle lingue Grigioni. Ufficio della cultura



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI  
**Bundesamt für Kultur BAK**