

# 如果二手煙跑進我家，我該怎麼辦？

## 如何開始

解決您家中二手煙的問題絕不是一件容易的事。從步驟 1 開始，這是一個最簡單的方法，如果您無法解決這個問題，再採取其他的步驟。只要您花一點時間和力氣，您就能找到一個不讓二手煙進入您家中的方法。



畫家 Janet Cleland

## 步驟 1 – 直接告訴吸菸者

1. **要有禮貌。** 告訴鄰居，他（她）的煙如何傷害到您和您的家人。請他們把他們的煙移到某一個可以讓您們保持安全的地方。許多癮君子並不了解他們的煙會影響到其他人，而且也不想傷害其他人。
2. **盡量同意。** 鄰居可在戶外吸煙，吸煙時遠離窗戶和通風管，盡量少抽煙或只有在某一時段抽煙。
3. **要有彈性而且心情平靜。** 減少煙是您的目標。任何能夠減少您家中煙的步驟都是一個好方法。

## 步驟 2 – 告訴您的房東或房地產經理

1. **請您的房地產經理幫忙，**將您的問題告訴他們。許多房地產經理都不願意他們的建築物內有煙，而且會感謝您告訴他們這個問題。他們也會想知道您鄰居的租約是否允許吸煙。
2. **您的房地產經理可能會告訴您的鄰居，**以想辦法減少煙。

### 二手煙記錄能幫助您解決問題

為了提出煙記錄，當煙進入您家中時，請寫下煙進入的時間、日期、次數、以及可能是從哪裡進入的。這能夠幫助您平靜地向其他人說明情況，並且能夠著重在如何解決這個問題。

## 如果吸煙者或鄰居都不合作，我該怎麼辦呢？

## 步驟 3 – 撥打 311

311 是舊金山的客戶服務處。如果您在舊金山市內，您撥打 311 就能找到他們（如果您在舊金山市外，請撥打 (415) 701-2311 或請洽 [www.sf311.org](http://www.sf311.org)）。如果房東不執行禁煙政策，請撥打 311，您可與環境健康部門聯絡，他們會幫助您。他們也會提供您更多資料，或將您轉介給其他單位。

## 步驟 4 – 接洽您的駐區督導

由督導委員會頒布城市法。讓他們聽到他們所代表的住戶的心聲很重要。如果有很多人都寫信告訴他們將同樣的問題（煙飄散），他們也許能夠訂出一個新的法律以解決問題。您可在 [www.sfbos.org](http://www.sfbos.org) 找到您們督導的聯絡資料。

### 舊金山 防止二手煙飄流法

所有室內區域皆禁止吸菸，譬如大廳、洗衣間、及多單元住宅建築（公寓）的郵件收發室。如果於租約中並未提及禁菸，則可於公寓大樓內吸菸。

請詳閱舊金山健康法第 19F 條。

### 關於您家中煙的資料

1. 加州有關房東禁煙政策的法律：[California's Laws About Landlord Smoking Policies](#)
2. 變更實驗室方案 – 禁煙住戶情況說明表：[ChangeLab Solutions – Smoke Free Housing Fact Sheets](#)
3. 舊金山煙草法：[San Francisco Tobacco Laws](#)