

Tips voor noodgevallen! **15/12/2005**

Ik wil niet gaan roken maar het is mij vaak gevraagd en soms zou ik het ook willen proberen!– Vergeet nooit dat jij en alleen jij verantwoordelijk bent voor je beslissingen. Je hebt de keus niet te roken. Respecteer die keus!

- Denk er altijd aan hoe schadelijk roken is voor je gezondheid en uiterlijk.
- Vraag aan rokers in je omgeving hoeveel ze aan roken besteden en denk aan het geld dat je kunt besparen...
- Fruit, een glas water of suikervrije kauwgom kan de behoefte aan een sigaret stoppen.
- Openbare ruimtes, restaurants, bars, nachtclubs... zoek altijd een niet-rokersgedeelte op.

Une initiative de l'Union Européenne

