

## Astuces en cas d'urgence!

15/12/2005

Je ne veux pas commencer à fumer mais je suis sollicité et, parfois, j'aimerais bien essayer !- N'oubliez jamais que c'est vous et vous seul qui êtes responsable de vos décisions. Vous avez fait le choix de ne pas fumer, respectez-le !

- Ayez toujours en tête les méfaits causés par le tabac sur la santé et la beauté.
- Demandez aux fumeurs de votre entourage à combien s'élève leur « budget-tabac » et imaginez les économies que vous faites...
- Manger un fruit, boire un verre d'eau, mâcher un chewing-gum sans sucre permet d'éviter l'envie de cigarette.
- Lieux publics, restaurants, bars, discothèques... privilégiez toujours les espaces non-fumeurs.

---

Une initiative de l'Union Européenne

