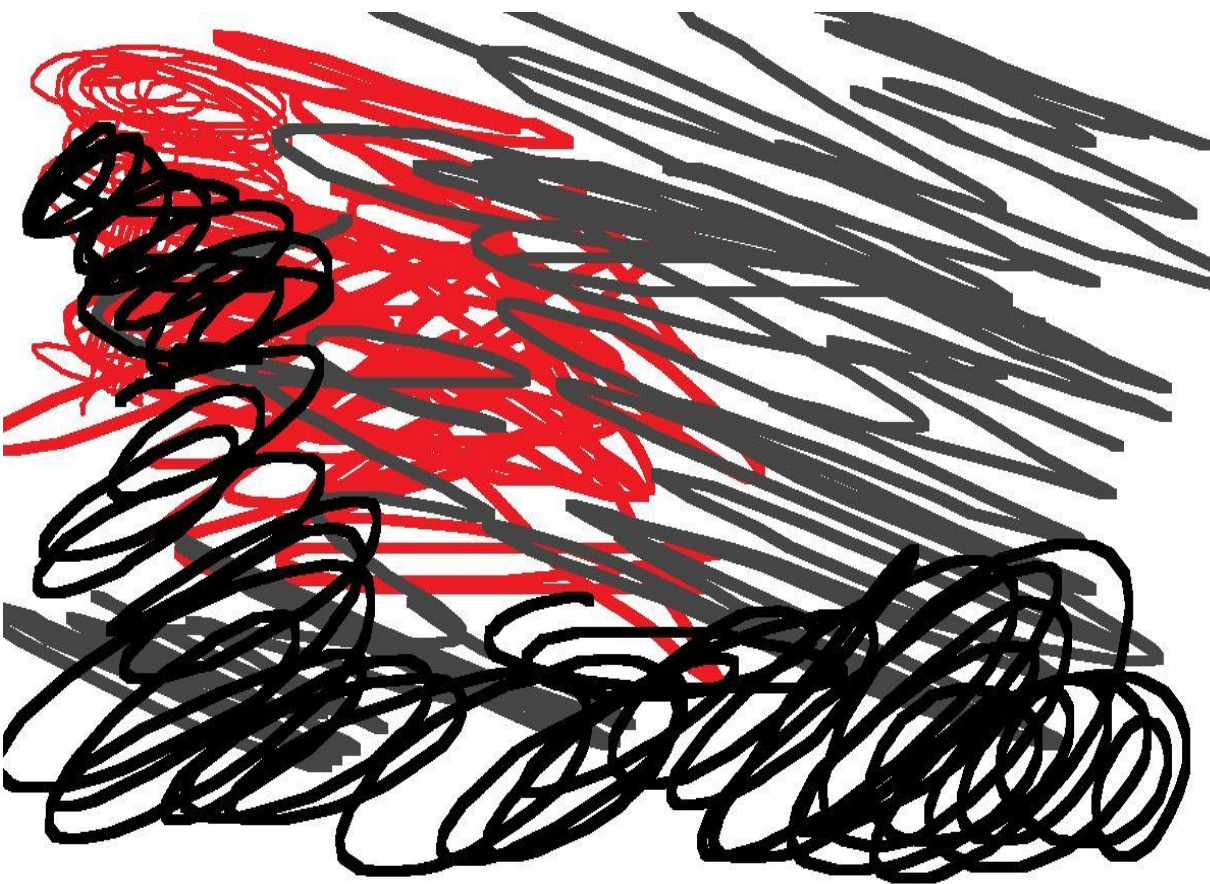


ΛΕΜΕ
ΟΧΙ ΣΤΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ



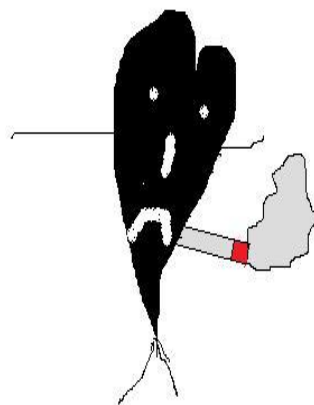
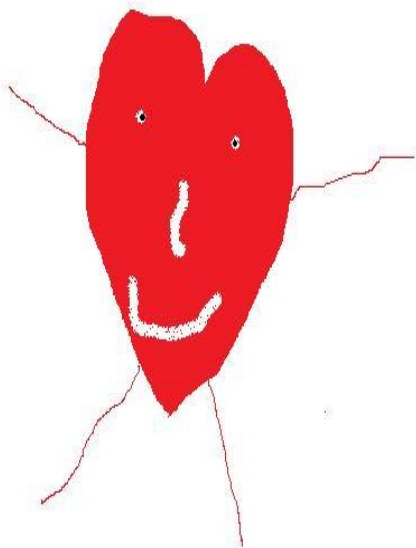


- Είμαι** αρκετά έξυπνος για να μη το κάνω.
- Είμαι** αρκετά δυνατός για να πω ΟΧΙ.
- Είμαι** αρκετά ενημερωμένος και ξέρω τι προκαλεί.

ΠΡ/Κ



ΜΕΤΑ



-**215** εκατομμύρια των κατοίκων της Ευρώπης καπνίζουν.

-Η μέση ηλικία έναρξης του καπνίσματος είναι **11 με 13 ετών**

-Να ξέρεις όλοι μπορούν να καπνίσουν.

Λίγοι μπορούν να πουν **OXI.**

ΔΙΑΛΕΞΕ...

Και ένα τσιγάρο βλάπτει

Δεν υπάρχει ασφαλής δόση καπνίσματος. Με άλλα λόγια, ακόμη και όσοι δεν καπνίζουν πολλά τσιγάρα την ημέρα και θεωρούν ότι δεν κινδυνεύουν με τα τρία-τέσσερα τσιγάρα που καπνίζουν κάθε βράδυ με την παρέα, διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο θανάτου από καρδιαγγειακά σε σχέση με τους μη καπνιστές.

Η επιλογή είναι δική σας...



ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ ΠΟΥ ΔΕΝ
ΚΑΠΝΙΖΕΤΕ

- Δεν είμαι εύκολο **θύμα.**
- Δεν είμαι **όπως οι άλλοι.**
- Δεν είμαι έτοιμος **να θυσιάσω την υγεία μου**

Είσαι κι εσύ σε μία παρέα και σκέφτεσαι
«τι θα πω αν μου προτείνουν να
καπνίσω;»

Πες ΟΧΙ. Δεν είναι και τόσο
δύσκολο...

Θα σε πουν παλιομοδίτη και
φοβητσιάρη.

Θα σε πουν ξενέρωτη και
οπισθοδρομική.

Βρες κι άλλους σαν κι εσένα και θα
δεις πως όλοι δεν είναι ίδιοι.

Και ούτε περιμένουν να μεγαλώσουν
με ένα τσιγάρο.