

„Čo robia cigarety v mojom živote.“

Cigaretu? Tú si dám,
povedal si fajčiar.
Peniaze si vyhl'adám –
– požičiam si grajciar.

A keď „lôve“ nenájdem
čo sa stane potom?
Ušetrím si peniažky,
aj keď páchnem potom.

Pomoc musím zohnať,
tak to ďalej nejde.
Ľudí čo mi pomôžu,
hádam mi chuť prejde.

Ale keď to neprestáva,
nájdem iný plán.
Premôžem sa! To je ono!
Ved' ja aj tak neprehrám!

Peter Ďuro, 14 rokov

Stop fajčeniu, občianske združenie

Krajinská 91, 825 56 Bratislava
tel./fax.: 02 / 4552 6651, IČO : 31793371
č.ú.: 2665250089/1100
e-mail: stop@stopfajceni.sk
www.stopfajceni.sk



Iuventa

NÁRODNÉ MONITORINGOVÉ CENTRUM PRE ZDROVÝ
GENÉRALNÝ SEKRETARIÁT VÝBORU MINISTROV
PRE EUROPSKÉ ZADANOSTI A KONTROLU BRNÍ
SMERU NA LEVÝ SJEDINENÝ REPUBLIKY



Kancelária WHO na Slovensku



Tento dokument bol vypracovaný s finančnou podporou Európskej únie.
Za obsah tohto dokumentu je výlučne zodpovedné Stop fajčeniu, občianske združenie
a za žiadnych okolností nemôže byť považovaný za postoj Európskej únie.



10x

Ako povedať cigaretám NIE

Skúsiš náš test? Že nevieš, prečo by si mal? Tak čítaj ďalej...



J. Haburajová, 16 rokov

Ak raz niečo pokašleš na svojom zdraví,
len ťažko to už napraviš.

áno - nie

Všetky drogy sú nebezpečné. Ničia ľudí v každom veku.
Stávajú sa z nich trosky a nevedia ako ďalej.
A nikotín je tiež len jedna z drog.

áno - nie

Fajčenie stojí peniaze a vyzerá to tak,
že bude stále drahšie a drahšie...

áno - nie

Fajčenie odrádza priateľov, priveľa tabakového dymu
kazí „ovzdušie“ v bare aj na diskotéke.

áno - nie

Fajčenie zaberá čas, ktorý môžeš stráviť športom.
Ten kto veľa fajčí, má menej energie a skôr sa unaví.

áno - nie

Poznáš správne odpovede???

Čím viac cigariet vyfajčíš,
tým viac si závislý.

áno - nie

Všade, kde fajčia rodičia,
dýcha dieťa nikotín, aj keď nechce.

áno - nie

Fajčenie spôsobuje, že Tvoje zuby nie sú práve najkrajšie...
a taký čistý bozk je oveľa príjemnejší, ako ten „popolníkový“.

áno - nie

Čím viac prefajčených rokov,
tým väčšie riziko poškodenia organizmu.

áno - nie

Si mladý a energický teenager! Všetko máš pred sebou
a nepotrebuješ cigaretu k tomu, aby si dokázal svojomu
okoliu, že ťa má akceptovať.

áno - nie

Hľadáš správne odpovede???