SMOKE FREE
Ich bin stärker.

MEINE RAUCHSTOPP VORTEILLISTE

ERSTELLE EINE LISTE.

Alle Rauchstoppvorteile und alle Nachteile der Tabaksucht.
Schau sie dir immer wieder an und schreibe Ergänzungen hinein.

Hier findest du ein paar Beispiele:

mehr Ausdauer / weniger Kurzatmigkeit – bessere Küsse / keine Aschenbecherküsse – mehr Produktivität / weniger Stress – strahlenderes Gesicht / weniger Falten – entspannteres Beisammensein / weniger unangenehme Rauchluft – mehr Sackgeld / weniger Ausgaben – weissere Zähne – mehr Freizeit – mehr Geschmack…

VORTEILE DES RAUCHFREIEN LEBENS

NACHTEILE DES RAUCHENS