

## **Tipps für den Notfall!** **15/12/2005**

Sie haben sich dazu entschieden, sich das Rauchen abzugewöhnen oder rauchen nicht mehr und fühlen sich von Zigarettenrauch gestört.

- Bevorzugen Sie öffentliche Einrichtungen, in denen nicht geraucht wird.
- Erstellen Sie eine Liste mit allen Nichtraucherereinigungen (Cafés, Restaurants, Nachtclubs), die Sie gerne besuchen würden, und erzählen Sie Ihren Freunden davon.
- Wenden Sie sich an Vereinigungen, die gegen das Rauchen und Passivrauchen vorgehen.
- Lernen Sie, mit Rauchern, die Ihre Freiheit nicht respektieren, ohne Feindseligkeit zu reden.
- Brechen Sie den Kontakt zu Rauchern ab und meiden Sie alle Plätze, an denen geraucht wird.

---

Une initiative de l'Union Européenne

