

# HYVÄ SYY OLLA ILMAN TUPAKKA- TAI NIKOTIINITUOTTEITA

**Miksi kannattaa olla ilman  
tupakka- tai nikotiini-  
tuotteita?**



Pyöräytä pyörää ja  
löydä hyvä syy!

**Miten voi kieltäytyä, jos  
joku tarjoaa tupakka-  
tai nikotiinituotteita?**



Katso tarvittaessa  
vinkkejä Fressiksen  
artikkelista!

**Miten perustella valinta  
olla ilman tupakka- tai  
nikotiinituotteita esimerkiksi  
kaveriporukassa?**

**FRESSIS**<sup>•fi</sup>



POHJOIS-KARJALAN  
SYÖPÄYHDISTYS

Materiaalit on tuotettu yhteistyössä  
Eheä-hankkeen sekä Syöpäjärjestöjen  
Fressis-hankkeen kanssa.