

Zašto prestati pušiti?

1. Zdravstveni razlozi:

- prestanak trovanja organizma
- poboljšanje ukupnog zdravlja i tjelesne kondicije
- manji rizik od mnogih bolesti

2. Emocionalni razlozi:

- porast osjećaja sreće i zadovoljstva
- povećanje osjećaja osobne vrijednosti
- porast samopouzdanja, samosvijesti i samodiscipline

3. Higijenski razlozi:

- svjež dah iz usta
- bijeli i čisti zubi
- bolji osjećaj ukusa i mirisa

4. Estetski razlozi:

- ljepši i zdraviji izgled
- prsti i zubi nisu žućkasto-smeđi
- lijepa i nenaborana koža lica

5. Materijalni razlozi:

- ušteda novca

6. Društveni razlozi:

- sloboda kretanja
- pridobivanje simpatija obitelji, prijatelja i kolega

7. Ekološki razlozi:

- neonečišćavanje prostora duhanskim dimom
- zaštita čovjekova okoliša

8. Zakonski razlozi:

- osiguravanje nepušačima prava na zdrav okoliš i čist zrak
- izbjegavanje eventualnih kazni zbog pušenja na mjestima na kojima je to zabranjeno.