

## Les conseils pour dire non

- Informe-toi sur les effets et les dangers du tabac (<https://coolandclean.ch/fr/themen/tabak/Gesundheitssch-digung-durch-Tabakprodukte>).
- Demande-toi ce quels avantages et inconvénients la consommation de tabac t'apporterait
- Justifie ta décision.
- Maintiens ta décision.
- Reste fort et impose-toi.



### En savoir plus sur ce sujet :

La pression du groupe par rapport au tabac (<https://coolandclean.ch/fr/themen/tabak/Gruppendruck-bei-Tabak>)

Jeu de rôle «Cigarette» (<https://coolandclean.ch/fr/themen/tabak/Rollenspiel--Zigarette->)

