



Oletko koskaan miettinyt paljonko tupakointi maksaa?

Jos tupakoitsija laittaisi tupakkaan menevät rahat vuoden ajan säästöön, voisi tällä rahamäärällä tehdä jopa ulkomaanmatkan tai ostaa parikin uutta älypuhelinia. Laske vaikka itse!



Haluatko nikotiiniriippuvaiseksi?



Jos et halua, älä edes kokeile, sillä tupakkaan ja nuuskaan voi jäädä koukkuun jo heti ensimmäisellä kokeilukerralla.

Riippuvuuden vuoksi niiden käyttöä voi olla myöhemmin vaikea lopettaa, vaikka kuinka sitä haluaisit.



FUME

Sano ei tupakalle ja nuuskalle



TURUN
YLIOPISTO



Etkö tiedä mitä sanoisit tähän?

Aina ei tarvitse sanoa tai tehdä mitään.

Ja jos tilanne tuntuu hankalalta, aina voit lähteä pois paikalta.

On rohkeaa ja coolia olla käyttämättä tupakkaa tai nuuskaa,
eikä toisinpäin. Vai mitä?



Ruusuja vai risuja treffeillä?

Se, joka ei tupakoi tai nuuskaa, näyttää raikkaalta ja tuoksuu hyvälle. Tupakoitsijalla sen sijaan henki ja vaatteet haisee ällöttävälle. Tupakoitsija ei tätä välttämättä itse huomaa, sillä tupakointi heikentää hajuaistia.





Haluatko ehtiä jatkossakin bussiin?

Tupakoitsijoilla
keuhkoputkien limaisuus
lisääntyy, keuhkoputket
ahtautuvat ja henkeä alkaa
ahdistaa.

Nuuskaajilla taas sydän
rasittuu ja sydämen kyky
pumpata verta lihaksiin
heikkenee.

Mieti, mitä nämä tekisivät
kunnollesi. Taitaisi siinä
hävitä mummoillekin...





Pidetään ympäristö siistinä!

Ympäristön rumentamisen lisäksi tupakantumpit ja nuuskajätteet ovat myrkyllisiä.

Tupakantumpit voivat myös aiheuttaa tukehtumisvaaran linnuille ja muille eläimille, sekä pikkulapsille.





Tupakoimattomuus on ekoteko!

Maahan heitettävät tupakantumpit sisältävät erilaisia luonnolle haitallisia myrkkyjä, kuten arsenikkia ja lyijyä.

Palavat tumpit aiheuttavat metsäpalovaaran. Tupakan valmistuksen vuoksi tuhotaan isoja alueita sademetsiä.

Suojele luontoa äläkä siis tupakoi!

