

Le tabagisme :

Une fois que l'on a commencé, c'est difficile d'arrêter!

Les enfants et les adolescents peuvent développer une dépendance au tabac plus facilement que les adultes. Les jeunes n'ont pas besoin d'être beaucoup exposés à la nicotine pour en devenir dépendants. La nicotine est le produit chimique addictif présent dans la cigarette, le tabac à chiquer et les produits de vapotage.



Voici TROIS raisons de ne pas commencer à fumer :

TU TE SENTIRAS MIEUX

Tu peux courir plus vite et être meilleur dans les sports si tes poumons ne sont pas remplis de fumée.

TU AURAS MEILLEURE APPARENCE

La fumée peut tacher tes dents, ronger tes gencives et accélérer l'apparition des rides.

FUMER, ÇA COÛTE CHER

Un seul paquet de cigarettes coûte plus de 20 \$. Pense à tout ce que tu peux faire avec cet argent!

Gouvernement des
Territoires du Nord-Ouest



**Vous connaissez quelqu'un
qui souhaite cesser de fumer?
Nous pouvons aider.**

**Téléphonez le 811 pour parler à un infirmier
autorisé.**

Tous les appels sont privés et con identiels
La ligne 811 est disponible en tout temps