



Libyan International Medical University
Faculty of Pharmacy



كيف يمكنك التخلص من عادة التدخين؟

- تحديد الوقت المناسب لترك التدخين.
- أزل كل ما يذكر بالتدخين من بيتك ومكان عملك.
- إخبار المحيطين بقرار ترك التدخين وطلب الدعم والتشجيع منهم.



STOP SMOKING

#تقدر تبطلها !!



STOP SMOKING
BEFORE
SMOKE
STOPS YOU