

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 .

تقدر تبطلها !!





..i quit.
..did u?