

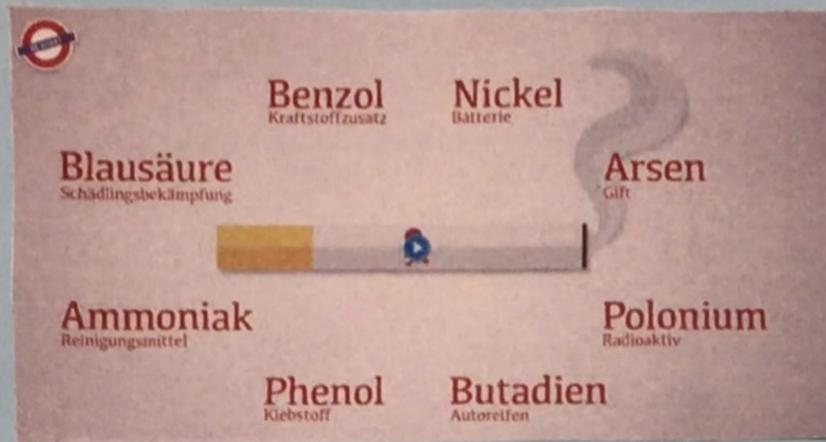
BE SMART

DONT START

RAUCHEN

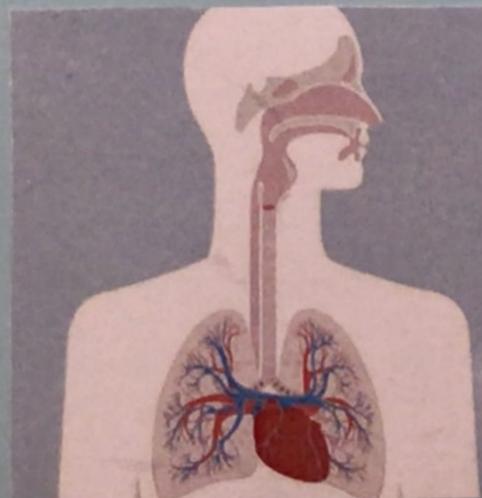


-GIFT-



- In einer Zigarette sind über 5000 Giftstoffe.
- 250 davon sind giftig und 90 sind krebserregend.

-KÖRPER-



- Folgen sind: Schlaganfall, Herzinfarkt, Krebserkrankung
- Von zu viel Rauchen kann eine Bronchienentzündung (Bronchitis) haben.
- chronische Husten
- schnell aus der Puste
- Man kann schneller Kehlkopfkrebs und Lungenkrebs bekommen.

-NIKOTIN-



- Körper nimmt Nikotin schnell wahr.
- man gewöhnt sich schnell daran.
- Nikotin ist nicht das Schlimmste in der Zigarette.

-GELD-

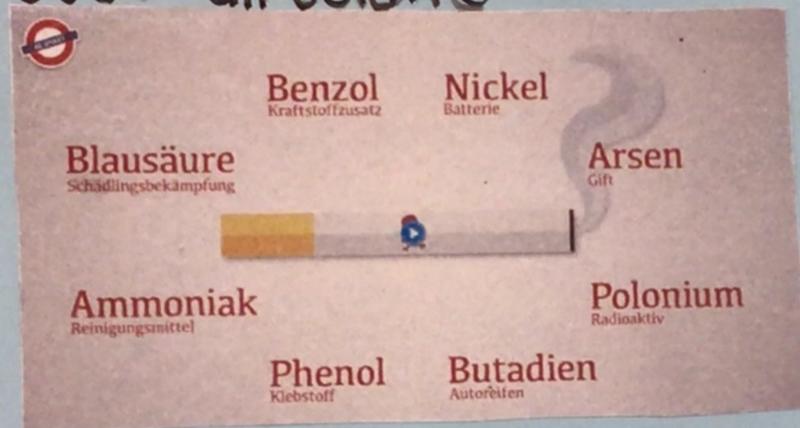
- 1 Packung \approx 20 Zigaretten
- Ohne Zigaretten \approx mehr Geld
- 1 Packung \approx 6,40€
- Wer nicht raucht, dann kann man jährlich 2,55€ sparen.

BE SMART
DONT START
Rauchen



Infos

GIFT
5000 Giftstoffe



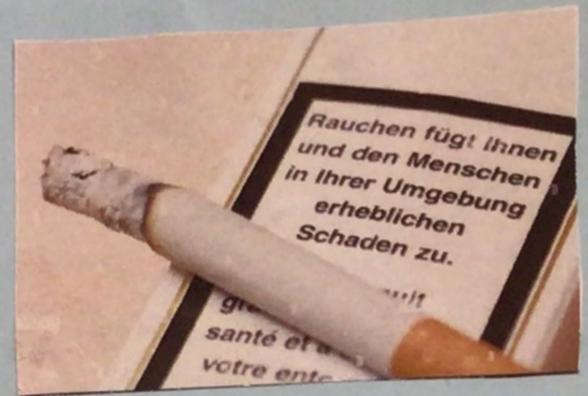
NIKOTIN

Nikotin macht sehr schnell süchtig!
Der Körper gewöhnt sich dadurch an das Nikotin

QUIZ

Was ist das Stärkste Gift in der Zigarette?

Nikotin



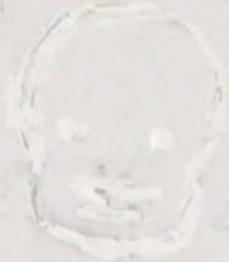
GELD

Eine Schachtel kostet 6€ - 20€.
Wenn du jeden tag eine Schachtel rauchst innerhalb ein paar Jahren könntest du mit dem ausgegebendem Geld ein Sportwagen kaufen.

KÖRPER

- Alterungsprozess wird beschleunigt
- Deine Puste geht aus
- Jede gerauchte Zigarette verkürzt das Leben um 5 Minuten
- Rauchen macht unreine Haut
- Mundgeruch, Körpergeruch, Zähne

Be Smart Don't Start!



Gründe wieso du nicht rauchen sollst:

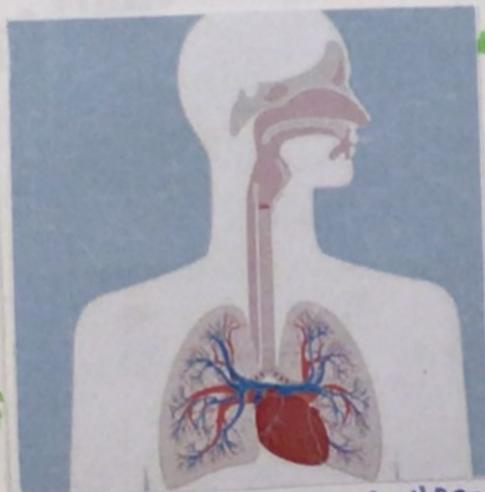


1. Geld

Das Geld für Vape oder verschiedenen Zigaretten kosten viel! Für ein Vape kostet es 6-10€ anstatt Vape zu kaufen, kannst du Süßigkeiten kaufen oder Schulsachen. Genauso wie bei Zigaretten, sie kosten sogar teurer nämlich 10-20€. Mit 10-20€ kannst du dir coole Kleidung kaufen und nicht 1 Packung Zigarette.

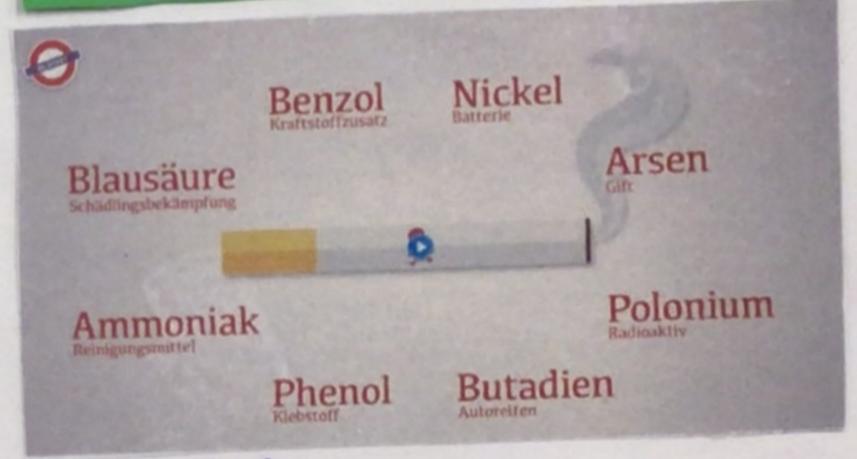


2. Nikotin



Beim rauchen, kommt das geschmack Nikotin in 7sec ins Gehirn, dadurch denkt man es sei lecker. Wenn man weiter raucht, wird man süchtig in 4 Wochen. Je mehr man raucht, desto schlechter

wird die Lunge und Herz funktionieren, dadurch wird Körper mit weniger Luft versorgt. Nach Jahren später, werden deine Zähne und Finger gelb und dreieckig. Bei starken Raucher, ist die Häufigkeit von Kehlkopf Krebs und Lungen Krebs deutlich höher als bei Nichtraucher



3. Gift



Die Zigaretten bestehen aus getrocknete Tabakpflanze die zerkleinert wird und reingetan wird. Dabei werden viele verschiedene Gifte mit geben, wie Teer die aus Erdöl ist oder Nickel der ein Batterie ist und viele andere gefährliche Stoffen. Beim Vape wird der Dampf drin erhitzt dabei ist auch viel Gift drin und der Dampf gibt Geschmack, damit man es nicht merkt.

nur Geldverschwendung

Gamechanger!

Rauchen Sie Ja Nein
www.be-smart.de

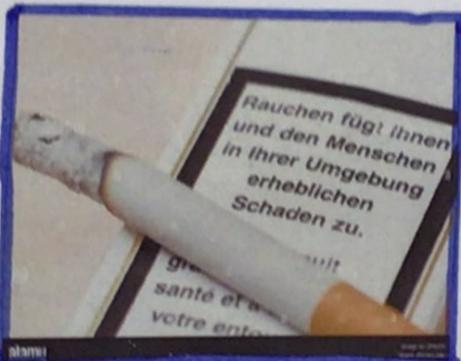
Werbepplakat

BE SMART, DON'T START

- Wenn sie sparen können sie sich vom ganzem Geld sogar vielleicht ein Haus kaufen
- Sie können sich aber auch viel gesünderes Lebensmittel wie z.B. Obst oder Gemüse
- Sie verschwenden viel Geld und nehmen sehr sehr viel Schadstoffe zu sich zu
- Das aufhören mit dem Rauchen, ist zwar schwer, aber es wird ihnen helfen
- Kranke oder Schwangere sollten erst recht nicht rauchen

Be Smart Don't Start

von Game-dange



Rauchen schädigt den Körper und schädigt die Lunge!



kurze Schlagworte

- Da kannst du dir'n Lamborghini für kaufen.
- Nikotin ist nicht das schlimmste für Giftstoffe.
- Das Zeug ist sogar Radioaktiv, oder möchtest du z.B. grün leuchten.

(Nichtraucher haben freiere Atemwege!)

Rauchen ist schädlich / Rauchen ist schädlich / Rauchen ist schädlich

Kalender

Habe täglich ab ab du nicht geraucht hast.

1. Tag	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
11.	12.	13.	14.	15.	16.	17.	18.	19.	20.
21.	22.	23.	24.	25.	26.	27.	28.	29.	30.
31.	32.	33.	34.	35.	36.	37.	38.	39.	40.
41.	42.	43.	44.	45.	46.	47.	48.	49.	50.
51.	52.	53.	54.	55.	56.	57.	58.	59.	60.
61.	62.	63.	64.	65.	66.	67.	68.	69.	70.
71.	72.	73.	74.	75.	76.	77.	78.	79.	80.

↳ www.be-smart.de

Be Smart 
 X Don't Start X






 Gemeinsam gegen das Rauchen
 von 

^{Rauchen ist schädlich}
 1. Giftstoffe 

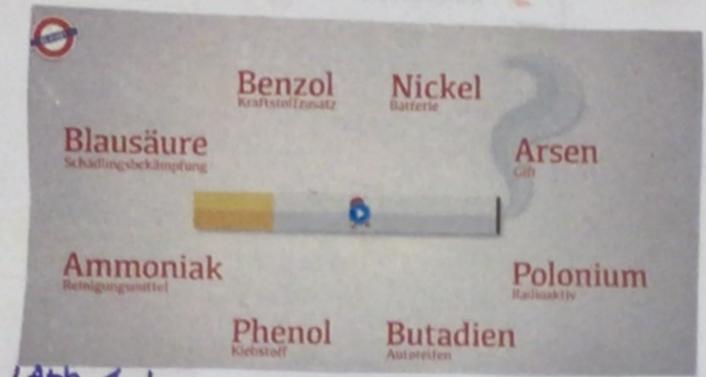
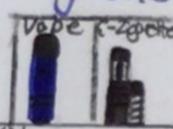
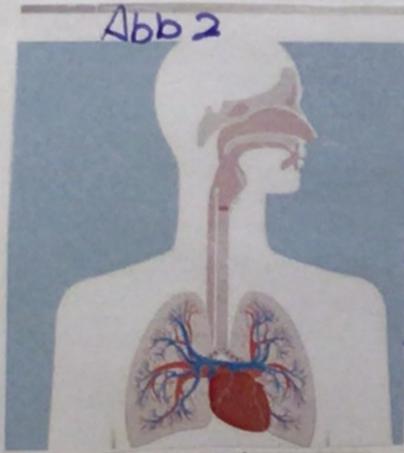


Abb. 1
 Hier auf Abbildung 1 (Abb 1), sieht man die Giftstoffe, die in einer Zigarette vorhanden sind.
 # Be smart don't start 



Nicht nur Zigaretten sind so schlimm. Vapes und E-Zigaretten sind genau so schädlich, und enthalten auch viele Giftstoffe, wie z.B. Nikotin....

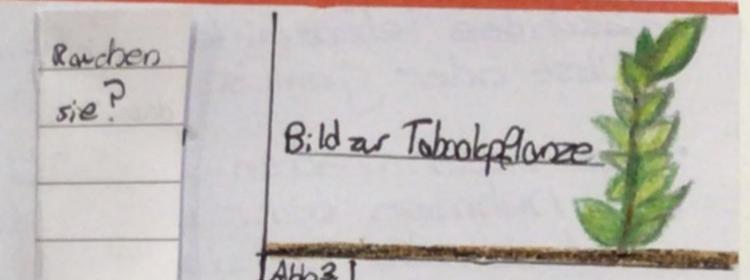
2. Nikotin



Nikotin schädigt die Lunge.
 Nikotin = Todbringender Rauch. Nicht nur Z. enthalten N., Vapes und E-Z. enthalten ebenfalls N. Geschmack geht verloren. Schädigt Gehirn und Lunge.

^{Rauchen ist schädlich}
 N = Nikotin Z. = Zigaretten
 +
 Es sterben weltweit 6 Mio. Menschen an Zigaretten! und verkürzt Leber um 5 min pro Z.!

Man kann sich schwer von Nikotin trennen
Durch den Gift der Tabakpflanze werden Zigaretten hergestellt !!!



Hier sieht man ein Bild zur Tabakpflanze
 3. Geld / Kosten € ↑



Zigaretten werden zurzeit immer teurer und teurer. Man kann sich also jederzeit gesünder Lebensmittel oder z.B. Kleidung kaufen, weil es nützlicher ist.



**DONT
START**



1. Nikotin:

- Die meisten Rauchen zwischen 12-17 Jahren.
- Wenn du 1 Zigarette am Tag Rauchst wirst du in 4 Wochen abhängig

- Die Haut verändert sich
- Man bekommt kein Apetit
- Du bekommst Nebenwirkungen wenn du länger nicht rauchst
- 1 Zigarette am Tag = 1 Glas Teer im Jahr (eine Schachtel)



2. Giftstoffe:



• In einer Zigarette sind viele Giftstoffe enthalten

Rauchen verkürzt dein Leben!



3. Kosten: Quasi bezahlst du Geld um früher zu sterben
 1 Zigarette = weniger Lebenszeit (5min)
 mittlerweile kostet eine Packung schon 6,50€



Hör besser auf mit Rauchen! Be smart

Dies ist ein Rauchfrei projekt Macht mit eurer Klasse mit und gewinnt tolle Preise!



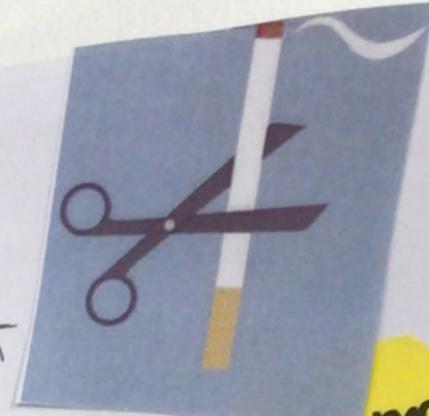
RAUCHEN



BE SMART
DON'T
START

! Rauchen ist tödlich !

Be Smart - Don't Start



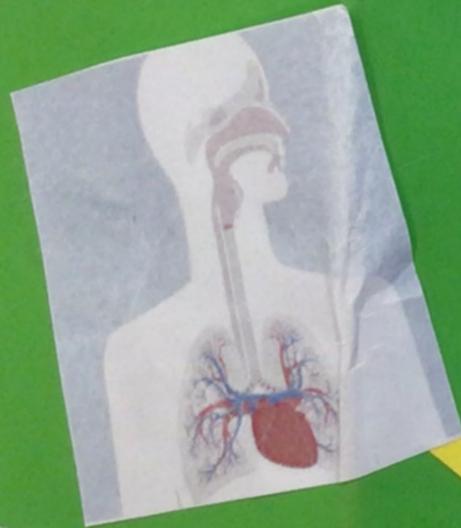
- bekommt Schlaganfälle



- vier mehr Menschen lehnen ab

• einmal anfangen schwer aufgehört

- du schadest nicht nur dich



- ist ungesund

- Be smart don't start

• Risiko für Krebs



- Sei schlau = rauche nicht

Jetzt p.u.s.

- du bekommst starke Nebenwirkungen

- viel Geld

RAUCHEN

Rauchen
ist tödlich!



Eine Zigarette
verkürzt das Leben
um eine Stunde!



Wenn man
Raucht dann
stirbt man früher.

Be smart
Don't start!