

FAMILIAK ETA TABAKOAK

Familia oso garrantzitsua da adingabekoen
ohituretan

FUNTSEZKOA ZARA ZU

- Zuk erretzen ez baduzu, aukera handiago dago zure seme-alabek ere ez erretzeko.
- Erretzailea baza, pentsa ezazu erretzeari uztea. Zure jokabidea positibo eta osasungarria izango da.

EUSKADIN TABAKOAK ERRETZEN HASTEKO ADINA

10-14 urte artean dago.

Eta adin horretan,
gainera, neskek
gehiago erretzen dute.



INGURUKOEK ERRE EGITEN BADUTE

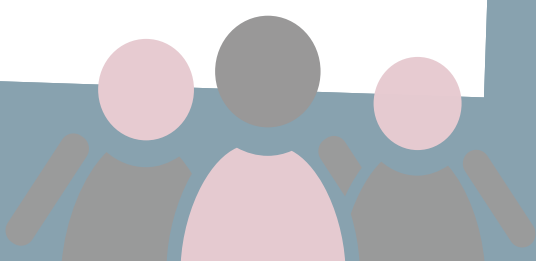
beraiei ere erango die
keak, begi, sudur, eztarri
eta bularra narritatuz.

Ondorioz, katarro eta
bronkitis gehiago ere
izan ditzake.



BIZITZA- OHITURAK

Bizitza-ohiturak
familian eskuratzen
dira.



OHITURA OSASUNGARRIAK

Familiako kide guztion
artean sor ditzakezue
ohitura osasungarriak,
eskolan ikasitakoa
indartzeko.

