

**Berdana cixareyê dikare
alîkariya we bike ku hûn di
dema ducanbûnê de û piştî
wê xwe baştir hîs bikin.**

Bi pîrika xwe an serdêrê
tendurustiyê re bipeyîvin, yan jî
serdana malpera
smokefreesheffield.org bikin



Berdana cixareyê dikare:

- Ji bo laş û hişê we kêrhatî be
- Tevger û tendurustiya we ya giştî baştir bike
- Alîkariya we bike ku hûn hîs bikin bêtir kontrola we li ser rewşê heye
- Piştgiriya bide şiyana we ya ji bo avakirina peywendiyek xurt bi zarokê xwe re



Smokefree
Sheffield

0114 553 6296

smokefreesheffield.org