

## Rauchprotokoll

LISTE						LISTE					
<b>Wann &amp; warum rauchen Sie?</b>						<b>Wann &amp; warum rauchen Sie?</b>					
<p>Wundern Sie sich manchmal über den mysteriösen Schwund in Ihrem Zigarettenpackerl? Dann nutzen Sie die Gelegenheit, diesem Phänomen auf den Grund zu gehen und lernen Sie Ihre Rauchgewohnheiten besser kennen!</p> <p>Mit Hilfe dieser <b>Zigaretten-Liste</b> können Sie ab jetzt genau nachvollziehen, an welchen Orten, bei welcher Tätigkeit oder in welcher Stimmung Sie bevorzugt rauchen. Am besten stecken Sie die Liste samt Bleistift gleich griffbereit in Ihre Zigaretzenschachtel!</p>						<p>Wundern Sie sich manchmal über den mysteriösen Schwund in Ihrem Zigarettenpackerl? Dann nutzen Sie die Gelegenheit, diesem Phänomen auf den Grund zu gehen und lernen Sie Ihre Rauchgewohnheiten besser kennen!</p> <p>Mit Hilfe dieser <b>Zigaretten-Liste</b> können Sie ab jetzt genau nachvollziehen, an welchen Orten, bei welcher Tätigkeit oder in welcher Stimmung Sie bevorzugt rauchen. Am besten stecken Sie die Liste samt Bleistift gleich griffbereit in Ihre Zigaretzenschachtel!</p>					
Ziga- rette Nr.	Uhr- zeit	Ort/ Tätigkeit	Anwe- sende Perso- nen	Stimmung/ Grund	Wie »nötig« war die Zigarette?*	Ziga- rette Nr.	Uhr- zeit	Ort/ Tätigkeit	Anwe- sende Perso- nen	Stimmung/ Grund	Wie »nötig« war die Zigarette?*
1						1					
2						2					
3						3					
4						4					
5						5					
6						6					
7						7					
8						8					
9						9					
10						10					
11						11					
12						12					
13						13					
14						14					
15						15					
16						16					
17						17					
18						18					
19						19					
20						20					
Weitere Zigaretten-Listen zum Ausdrucken finden Sie unter <a href="http://www.rauchfrei-dabei.at">www.rauchfrei-dabei.at</a>						Weitere Zigaretten-Listen zum Ausdrucken finden Sie unter <a href="http://www.rauchfrei-dabei.at">www.rauchfrei-dabei.at</a>					
* xxx = sehr nötig xx = nötig x = eher unnötig						* xxx = sehr nötig xx = nötig x = eher unnötig					