

# Yo elijo hacer deportes I choose to change! y no fumar

Estas son las cosas que elijo cambiar:

- Si fumo, pediré a mi doctor que me ayude a evitarlo
- Si mastico tabaco, pediré a mi doctor que me ayude a evitarlo. Si fumo o mastico tabaco, pediré a mi familia apoyo para evitarlo.
- Si yo no uso tabaco, elijo no empezar a hacerlo.
- Pediré a las personas alrededor mío que no fumen cerca de mí.



Special Olympics  
**Health Promotion**



Food images © 2006 Silverlining Multimedia. Used with permission.

# Yo elijo hacer deportes I choose to change! y no fumar

Estas son las cosas que elijo cambiar:

- Si fumo, pediré a mi doctor que me ayude a evitarlo
- Si mastico tabaco, pediré a mi doctor que me ayude a evitarlo. Si fumo o mastico tabaco, pediré a mi familia apoyo para evitarlo.
- Si yo no uso tabaco, elijo no empezar a hacerlo.
- Pediré a las personas alrededor mío que no fumen cerca de mí.



Special Olympics  
**Health Promotion**



Food images © 2006 Silverlining Multimedia. Used with permission.

# Yo elijo hacer deportes I choose to change! y no fumar

Estas son las cosas que elijo cambiar:

- Si fumo, pediré a mi doctor que me ayude a evitarlo
- Si mastico tabaco, pediré a mi doctor que me ayude a evitarlo. Si fumo o mastico tabaco, pediré a mi familia apoyo para evitarlo.
- Si yo no uso tabaco, elijo no empezar a hacerlo.
- Pediré a las personas alrededor mío que no fumen cerca de mí.



Special Olympics  
**Health Promotion**



Food images © 2006 Silverlining Multimedia. Used with permission.

# Yo elijo hacer deportes I choose to change! y no fumar

Estas son las cosas que elijo cambiar:

- Si fumo, pediré a mi doctor que me ayude a evitarlo
- Si mastico tabaco, pediré a mi doctor que me ayude a evitarlo. Si fumo o mastico tabaco, pediré a mi familia apoyo para evitarlo.
- Si yo no uso tabaco, elijo no empezar a hacerlo.
- Pediré a las personas alrededor mío que no fumen cerca de mí.



Special Olympics  
**Health Promotion**



Food images © 2006 Silverlining Multimedia. Used with permission.