

## Nikotiinituotteiden Action Track -rata

1. Nikotiinista ei ole haittaa urheilusuoritukselle.
2. Nikotiininon vape ei aiheuta mitään terveysthaittoja.
3. Mikä seuraavista EI OLE sähkösavukkeen eli vapen nesteissä käytettävä ainesosa?
4. Onko nikotiininon vape sallittu alle 18-vuotiaille?
5. Saako nikotiinipusseja tilata ulkomailta Suomeen?
6. Saako koulun alueella käyttää nikotiinittomia vape-tuotteita?
7. Onko koululla oikeus ottaa vape pois opiskelijalta?
8. Vapen käyttö voi aiheuttaa joskus jopa nikotiinimyrkytyksen. Mikä seuraavista EI OLE nikotiinimyrkytyksen oire?
9. Miten voisit tukea kaveria nikotiinituotteiden käytön lopettamisessa?
10. Mitkä kolme sinulle mieluisaa tai hyvinvointia lisäävää asiaa (esim. harrastus, liikunta, ystävät, uni, musiikki, luonto, lemmikit, tavoitteet) auttavat sinua pysymään erossa nikotiinituotteista?