# Meine Welt

| **Meine Freunde und Kolleginnen**  **Meine Familie** |  | **Was tue ich?** |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

# Beispiel

| **Meine Freunde und Kolleginnen**  **Meine Familie** |  | **Was tue ich?** |
| --- | --- | --- |
| Mein Vater (gemeinsame Wohnung, raucht nicht) | ☺ | Gespräch, Abmachung |
| Meine Stiefmutter (gemeinsame Wohnung, raucht) | ! | Abmachung, dass in der Wohnung nicht mehr geraucht wird. |
| Freundin Anja  (raucht nicht) | ☺ | Verbündete. Telefonieren |
| Kollege Alain  (raucht) | ! | Ausweichen: Unmittelbar nach dem Rauchstopp Kontakt meiden |
| Kollege Tim  (raucht) | ! | Ich informiere über meinen Rauchstopp. Vereinbarung, dass Tim in meiner Gegenwart am Anfang nicht raucht. |