



# ابدأ بنفسك قبل أن تنصح الآخرين حتى تكون كلمتك مسموعة



لا للتدخين من أجل صحتك و صحة الآخرين

[www.ngha.med.sa/English/nosmoking/](http://www.ngha.med.sa/English/nosmoking/)  
[www.ngha.med.sa/Arabic/nosmoking/](http://www.ngha.med.sa/Arabic/nosmoking/)