



## HIERMIT VERPFLICHTE ICH

VORNAME / NACHNAME

## MICH MIR SELBST GEGENÜBER UND GEGENÜBER MEINEM BUDDY

VORNAME / NACHNAME DER FREUNDIN / DES FREUNDES

## ALLES ZU UNTERNEHMEN, UM AB DEM STOPP-TAG

DATUM

**RAUCHFREI ZU WERDEN UND KEINE ZIGARETTE MEHR ANZURÜHREN.  
ALS GEGENLEISTUNG BELOHNE ICH MICH NEBEN DEN ZAHLREICHEN  
GESUNDHEITLICHEN UND FINANZIELLEN VORTEILEN DES NICHTRAUCHENS  
NACH VIER WOCHEN MIT**

GROSSZÜGIGE GEGENLEISTUNG

ORT, DATUM

, DEN

UNTERSCHRIFT

UNTERSCHRIFT BUDDY