

Roykidagbók

Dagur:

Sigarett nr.	Tíð	Stað	Trongd			Hvat var eg í gongd við beint nú?	Hví festi eg í?	Hvussu smakkaði?
			Lítill	Miðal	Stór			
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								

Kelda:

<https://www.sundhed.dk/borger/patienthaandbogen/sundhedsoplysning/rygning/rygestop/rygeregistreringsskema/>