



J'ÉVALUE MA DÉPENDANCE
À LA NICOTINE

Répondez aux questions suivantes, et entourez le chiffre à côté de votre réponse.

Combien de temps après le réveil consommez-vous de la nicotine ?	<div>- Moins de 5 minutes</div> <div>- Entre 6 et 30 minutes</div> <div>- Entre 31 et 60 minutes</div> <div>- Plus d'1 heure</div>	<div>3</div> <div>2</div> <div>1</div> <div>0</div>
Consommez-vous plus le matin que le reste de la journée ?	<div>- Oui</div> <div>- Non</div>	<div>1</div> <div>0</div>
Est-il difficile de ne pas consommer dans les lieux interdits (lieux publics, cinéma, restaurant...) ?	<div>- Oui</div> <div>- Non</div>	<div>1</div> <div>0</div>
Consommez-vous même en étant malade ?	<div>- Oui</div> <div>- Non</div>	<div>1</div> <div>0</div>
	Nombre de points :	



Votre dépendance à la nicotine

0	PAS DE DÉPENDANCE
1 ou 2	DÉPENDANCE FAIBLE
3 ou 4	DÉPENDANCE MOYENNE
5 ou 6	DÉPENDANCE FORTE