

Hvis du vil si nei til alkohol og andre rusmidler – hvordan kan du gjøre det?

- «Nei takk, jeg har ikke lyst.»
- «Nei takk, det er ikke min greie.»
- «Nei takk, jeg vil være klar i hodet.»
- «Nei takk, jeg driver ikke med slikt.»
- «Nei takk, jeg vil heller ta en brus – skal vi gå og hente?»
- «Nei takk, men kan vi spille litt?»
- «Nei takk, jeg vil bare ha snacks – skal vi finne noe?»
- «Nei takk, men skal vi ta en tur ut og få litt frisk luft?»
- «Nei takk, jeg vil heller høre på musikk – har du en bra spilleliste?»
- «Nei takk, men skal vi se en film i stedet?»
- «Nei takk, men jeg har lyst til å danse – blir du med?»
- «Nei takk, jeg vil heller snakke med deg – hva skjer hos deg?»
- «Nei takk, jeg er allerede rar nok»
- «Nei takk, jeg har nok problemer med å huske matte allerede»
- «Nei takk, jeg er på en streng diett: kun pizza og brus»
- «Nei takk, jeg er allerede høy på livet – skal vi gå ut og få frisk luft?»
- «Nei takk, jeg har nok med å holde balansen uten – skal vi spille FIFA?»
- «Nei takk, jeg vil heller være DJ – skal jeg sette på en sang?»
- «Nei takk, jeg liker ikke hvordan det påvirker hjernen.»
- «Nei takk, jeg vil ikke miste kontrollen.»
- «Nei takk, jeg liker meg best uten.»
- «Nei takk, jeg vil ikke bli kvalm eller få vondt i hodet.»
- «Nei takk, jeg vil ikke gjøre noe jeg angrer på.»
- «Nei takk, jeg vil heller ha energi og føle meg bra.»
- «Nei takk, jeg vil ikke ødelegge formen.»
- «Nei takk, jeg vil ikke våkne med hodepine.»
- «Nei takk, jeg vil ikke kaste bort hele dagen etterpå.»
- «Nei takk, jeg skal på trening i morgen»
- «Nei takk, jeg vil ikke ha dårlig ånde.»
- «Nei takk, jeg vil slippe å angre på hva jeg gjorde.»
- «Nei takk, jeg vil ikke skuffe foreldrene mine.»
- «Nei takk, jeg vil ikke ødelegge helga.»
- «Nei takk, jeg vil heller huske alt som skjedde.»
- «Nei takk, jeg vil ikke føle meg sliten og tom.»
- «Nei takk, jeg vil ikke begynne å bruke penger på slikt.»
- «Nei takk, jeg liker det ikke.»
- «Nei takk, jeg har en avtale med foreldrene mine og den har jeg ikke råd til å droppe.»