

BARCELONA **SENSE**FUM

**Hi ha molts motius per deixar de fumar,
troba els teus:**

Respirar millor ◆◆

Cansar-te menys ◆◆

Estalviar diners ◆◆

No dependre del tabac ◆◆

Millorar la teva salut ◆◆

Donar exemple als teus fills/es ◆◆

**No cedir a la pressió de la
indústria del tabac** ◆◆

Cuidar el medi ambient ◆◆

Tenir menys arrugues ◆◆

Fer més bona olor.... ◆◆

Ara és el moment de deixar-ho!

Truca'ns i t'hi ajudarem:

902 111 444



Deixar de fumar és POSSIBLE!
Cada dia ho deixen moltes persones
TU POTS FER-HO!

Nosaltres t'hi podem ajudar!

Al teu centre de salut,
a la teva farmàcia,

i trucant a Sanitat Respon



902 111 444

Professionals d'Infermeria especialment formats
t'atendran 24 hores al dia els 365 dies a l'any

Com funciona?

- ✘ Fes una primera trucada, et demanaran algunes dades de perquè, quant i com fumes
- ✘ A partir d'això aquests professionals et trucaran el dia i l'hora acordats per ajudar-te en el procés de deixar de fumar

**Pots trucar tant si estàs intentant deixar-ho per
tu mateix com si t'ajuden des d'un centre sanitari
o farmàcia**

C S B Consorci Sanitari de Barcelona



Generalitat de Catalunya
**Departament
de Salut**



Agència
de Salut Pública