

## Abbahagytam a dohányzást 05/09/2005

Málta  
Mr Joseph Bartolo

„Tizennégy éve hagytam abba a dohányzást. 42 évig naponta 7 csomag cigarettát (140 szálát) szívtam. A dohányzás abbahagyása nagy teljesítmény, ma már nem élnék, ha nem tettem volna ezt meg. Máltán, az egészségfejlesztési minisztérium által szervezett „Dohányzásról leszokást segítő klinika” segítségével és támogatásával tudtam leszokni a dohányzásról. A bemutatott videók annyira hatásosak voltak, hogy meggyőztek a dohányzás abbahagyásáról. Az első napok nagyon nehezek voltak, de a csoport nagyon sokat segített, mivel nem egyedül kellett megvívnom a küzdelmet. Az a tény, hogy otthon senki sem dohányzik, csökkentette a dohányzás kísértését. Most nem teszem ki családomat a füstnek és rossz példát sem mutatok.”



---

Une initiative de l'Union Européenne

