

¿Sabes de certo por
qué fumas?

Unidade Municipal de Tabaquismo
Depto. Servicos Sociais
Concello de Brión



¿Estás
pensando en
deixar de
fumar?

¡¡Noraboa!!

**Non fumar fai que teñas unha maior
calidade de vida...**

- Es libre: non dependes da nicotina.
- Melloras o teu aspecto físico.
- Respiras mellor e cansas menos.
- Reduces o risco de padecer unha enfermidade grave.
- Podes utilizar os cartos en algo máis interesante.
- Melloras o teu sentido do gusto e olfato.
- Desaparece o mal alento da boca e o cheiro da roupa.
- Melloras a túa autoestima.



Soa ben ¿verdade?

E TI SABES QUE LIBRARTE DO TABACO ESTÁ
NAS TÚAS MANS
e pode ser
máis **FÁCIL** do que pensas.



Depende
da **MOTIVACION** e de **COMO** o fagas.

Se queres podemos **AXUDARTE** na...
Unidade Municipal de Tabaquismo