

 **Philippe, 52 anos de idade, fumador desde os 12 anos**
03/05/2005

Bélgica

“Depois de o meu médico me ter aconselhado a deixar de fumar, telefonei para o número 0800 111 00, a linha de apoio Tobacco–Stop.

O perito em tabaco aconselhou–me a utilização de um substituto da nicotina e disse–me que podia telefonar–lhe sempre que necessário.

Como a vontade de fumar era mesmo muito forte, as primeiras semanas foram difíceis e eu andava de muito mau humor.

Hoje, seis meses mais tarde, a minha mulher e os meus filhos estão encantados. A casa já não cheira a tabaco e eu redescobri o prazer de jogar futebol com o meu filho. Sinto–me melhor fisicamente. Por outro lado, o facto de ter finalmente conseguido deixar de fumar restaurou a minha autoconfiança”.

Une initiative de l'Union Européenne

