

32 anos depois: finalmente um não fumador!

13/05/2005

Alemanha

"O meu nome é Karl-Heinz Evers. Vivo em Lübeck e tenho 53 anos de idade. Durante 32 anos fumei 50 cigarros por dia, ou até mais, e beneficie da campanha "Viver sem fumo 2004" (uma campanha levada a cabo pelo Deutschen Krebsforschungszentrums (Centro Alemão de Investigação do Cancro) e pela Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (Centro Federal da Educação para a Saúde)) para colocar um ponto final à minha "carreira de fumador". As primeiras semanas foram difíceis para mim: estava muito irritável; fazia longas caminhadas e controlava a minha dieta. Os conselhos da linha telefónica de apoio a fumadores ajudou-me a aguentar. Agora já não consigo imaginar como era a minha vida antes. Problemas de saúde, dinheiro transformado em fumo, o cheiro persistente impossível de eliminar por muito que se tente arejar, tudo isso pertence ao passado".



Une initiative de l'Union Européenne

