

31. januar – Dan brez cigarete

DAN BREZ KAJENJA NAJ POSTANE ŽIVLJENJE BREZ KAJENJA



**OPUSTITE
KAJENJE
IN ZMAGAJTE!**

POKLIČITE BREZPLAČNI SVETOVALNI TELEFON, KJER
BOSTE DOBILI STROKOVNO IN ANONIMNO PODORO
PRI OPUŠČANJU KAJENJA.

VSAK DAN, TUDI OB NEDELJAH IN PRAZNIKI

080 27 77

7.00 - 10.00
17.00 - 20.00

Opustitev kajenja prinese številne koristi za zdravje v vsakem starostnem obdobju.

Mnogi posamezniki težko prenehajo s kajenjem, še posebej, če poskušajo nehati sami, brez pomoči.

Vsem kadilcem, ki želijo opustiti kajenje in pri tem potrebujejo pomoč, svetujemo, da se vključijo v številne programe za opuščanje kajenja, ki so v Sloveniji brezplačno na voljo vsem.