

ماذا بإمكانك ان تفعل ب 2000 يورو؟

و ان نصف عبوة من التبغ المتناول يوميًا يكلف المدخن ما يصل

2000 إلى 2500 يورو سنويًا

X من خلال الحصول على المساعدة سيكون الاقلاع عن التدخين اسهل

توقف عن التدخين بطريقتك الخاصة عبر الحصول على:

- توجيه شخصي فردي اوفي مجموعة.
- ادوية او مواد و وسائل بديلة تحتوي على النيكوتين او خالية منه.
- المساعدة اذا كنت لا تستطيع عن الاقلاع بسبب ضغوطات نفسية.

بإمكانك الحصول على المساعدة في منطقة سكنك

للحصول على المزيد من النصائح والارشادات عليك استشارة طبيب العائلة الخاص بك او الاتصال بصيدلية:

Apotheek Pillen en Praten

Telefoon: **070 - 323 11 76**

Adres: Volendamlaan 1260

2547CZ Den Haag

او قم بزيارة الموقع الالكتروني: www.pillenenpraten.nl

