

Nou propòsit 2019: Deixar de fumar. Nou taller gratuït

Aprofiteu que comença un nou any per fer realitat el vostre propòsit!

Si voleu deixar de fumar i no us sentiu capaços de fer-ho sols, cerqueu ajuda, apunteu-vos al "Taller per deixar de Fumar" del CAP Roger de Flor. Està demostrat que el suport personalitzat i presencial que us proporciona un professional de la salut incrementa les probabilitats d'èxit. A més a més, la llista de beneficis que suposa l'abandonament de l'hàbit és interminable...

Recorda: Deixar de fumar és probablement el més important que una persona fumadora pot fer per millorar la seva salut, independentment de l'edat o dels seus antecedents com a fumadora.



Taller per DEIXAR DE FUMAR

Finalitat:
Facilitar la cessació tabàquica a la persona que desitja deixar de fumar mitjançant sessions interactives entre persones que comparteixen un mateix problema i professionals sanitaris del CAP de Roger de Flor

Destinatari:
Persones fumadores que vulguin deixar de fumar

Calendari i duració:
Horari: Dimecres de 18.30 a 20 hores.
Dates: Del 9 de gener fins al 13 de febrer
Lloc: CAP Roger de Flor. Sala de reunions. 5ª planta

Professionals:
David Ginesta. Infermer CAP Roger de Flor

Inscripcions:
Cal inscripció prèvia. Inscripcions fins al 31 de desembre. Persones interessades adreçar-se al seu equip sanitari del CAP Roger de Flor.

Organitzat per:
 eap
dreta
de l'eixample

* Inscripcions fins al 9 de gener