

Deje de fumar 05/09/2005

Malta
Sr. Joseph Bartolo

“Deje de fumar hace catorce años. Estuve fumando 7 paquetes al día (140 cigarrillos) durante 42 años. Dejar de fumar es un gran logro. Hoy día no estaría vivo si no hubiera dejado de hacerlo. Conseguí dejar de fumar gracias a la ayuda y el apoyo que recibí de la Stop Smoking Clinic (Clínica para dejar de fumar), organizada por el Department for the Promotion of Good Health (Departamento de fomento de una buena salud) de Malta. Los vídeos que nos mostraron eran impresionantes y me convencieron para dejar de fumar. Los primeros días fueron difíciles, pero el grupo me ofreció mucho ayuda, puesto que no estaba solo en esta lucha. El hecho de que nadie fumara en casa hacía que tuviera menos tentaciones de fumar. Ahora ya no expongo a mi familia al humo, ni tampoco doy un mal ejemplo.”



Une initiative de l'Union Européenne

