



Подготовлено:
ФГБУ «НМИЦ терапии и профилактической медицины» Минздрава России

УВЕРЕННО – К ОТКАЗУ ОТ КУРЕНИЯ

Бросить курить означает перестать быть зависимым, и это возможно! Главное – решимость, положительный настрой и вера в себя!



5 шагов, чтобы
бросить курить



Откажись от
курения для
здорового
сердца

Издано в рамках государственной программы «Обеспечение безопасности населения Томской области» подпрограмма «Профилактика правонарушений и наркомании»

Тираж подготовлен ОГБУЗ «Центр общественного здоровья
и медицинской профилактики»

г. Томск, ул. Никитина, 43, тел.: (3822) 44-35-60,
profilaktika.tomsk.ru

Присоединяйтесь к группе



«Будь здоров! Центр общественного здоровья, Томск»



Официальный канал
Минздрава России



Официальный портал
Минздрава России
о Вашем здоровье
takzdorovo.ru

