



Подготовлено:
ФГБУ «НИИЦ 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

Узнать больше можно
на сайте



TAKZDOROVO.RU

