

El programa t'ofereix

- Atenció personalitzada
- Relació confidencial
- Privadesa
- Seguiment durant 6 mesos
- Tractament farmacològic gratuït sempre que calgui



Programa d'ajuda als treballadors fumadors

Si ets fumador i treballes en aquest Hospital, tens al teu abast atenció immediata per deixar de fumar

 Generalitat de Catalunya
Departament de Salut

 **ICO**
Institut Català d'Oncologia

 Pla Director
d'Oncologia



Programa d'ajuda als treballadors fumadors



Si ets fumador...

- Deus saber que el tabac produeix addicció física i psicològica.
- Si algun cop ja has intentat deixar de fumar, deus saber que deixar definitivament el tabac no és gens fàcil.
- Els fumadors que segueixen plans i reben suport professional aconseguen més èxit.
- Ara, al teu hospital t'ajudem amb un programa per deixar de fumar en el qual trobaràs suport personal i ajuda per superar la síndrome d'abstinència.



Ara, tens l'oportunitat de...

- Rebre ajuda especialitzada per deixar de fumar.
- Durant 6 mesos, un especialista clínic valorarà el teu cas.
- Comentareu plegats les recomanacions que cal seguir durant el procés de deshabitució.
- Si ho necessites, rebràs tractament farmacològic gratuït per superar la síndrome d'abstinència.
- Només cal que ho demanis a:

Servei _____

Telèfon _____

Aprofita l'ocasió que t'ofereix...

- Aquest Programa d'ajuda als treballadors fumadors dels Hospitals Lliures de Fum.
- Deixar el tabac és una de les decisions de més impacte per millorar la teva salut al llarg de tota la vida.
- Si abandones el consum de tabac, la teva experiència d'èxit pot suposar un estímul per als teus familiars, amics i companys fumadors, i un exemple per als teus pacients.
- Tu pots aconseguir-ho i sentir-te més sa, més lliure i més eficaç.

