

# I TU, PER QUÈ FUMES?



**M'ajuda a relaxar-me quan estic nerviós.**



**Perquè m'agrada.**



**M'ajuda a concentrar-me.**



**Per socialitzar.**



# SABIES QUE...

**KONSULTA\*M**



**Algunes persones recorren al tabac per afrontar situacions i/o emocions desagradables.**

**La nicotina és molt addictiva i pot causar estrès quan notem els efectes de la síndrome d'abstinència al cos.**



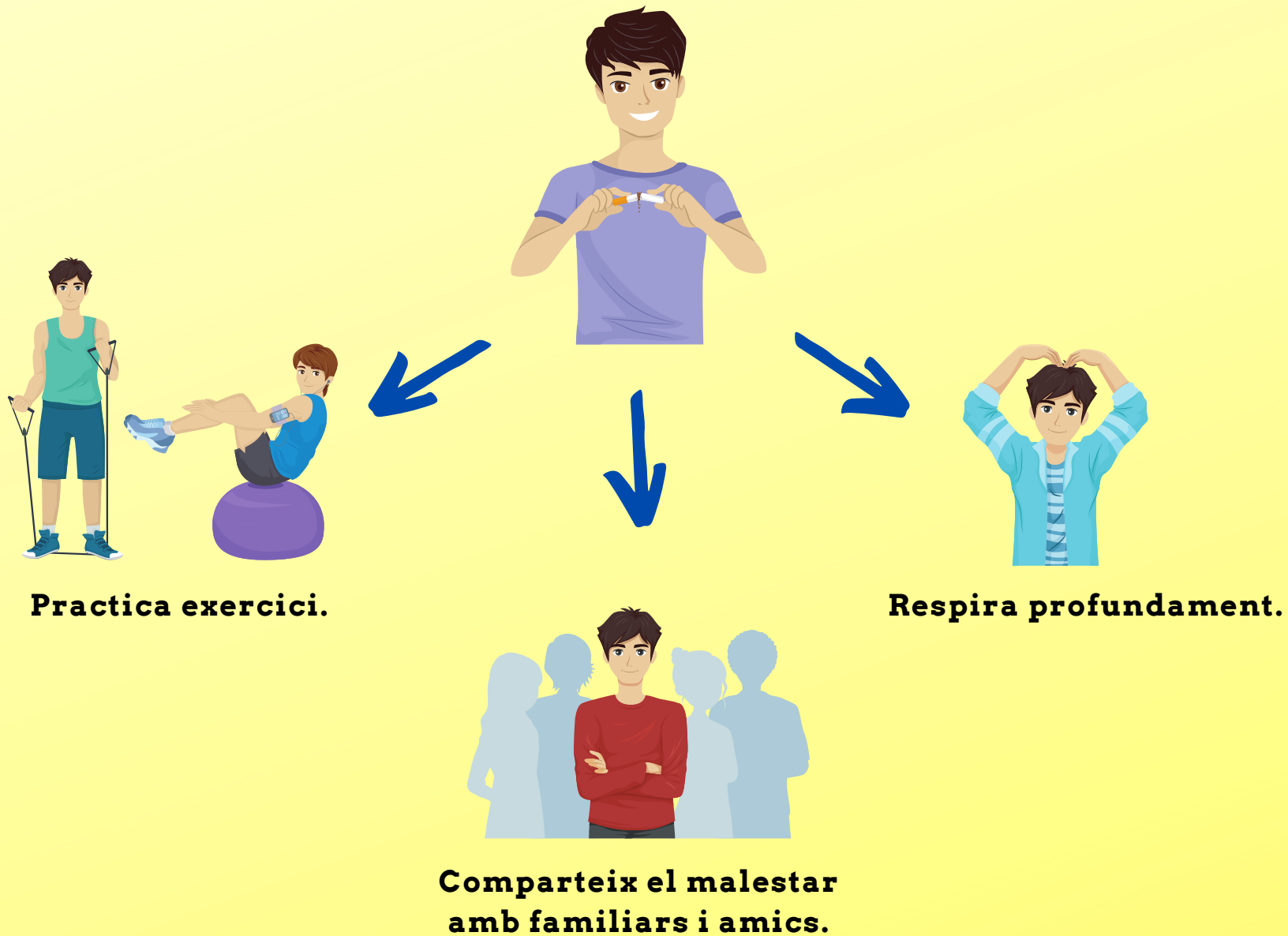
**Fumar no farà desaparèixer els teus problemes.**

**És important trobar altres maneres de manejar les situacions difícils i cuidar-se!**





## Hi ha altres maneres de gestionar l'estrès que **NO** impliquen **FUMAR!**



Si tens qualsevol dubte pots contactar amb nosaltres:

[konsultam@chmcorts.com](mailto:konsultam@chmcorts.com)  
672.64.25.73-662.02.35.84

