

Геерт и Марийн, на 24 и 19 години, решиха да спрат да пушат 17/08/2005

Белгия

Геерт започнал да пуши на 15-годишна възраст. Първата цигара Марийн запалила едва на 14. Тютюнопушенето се превърнало в ежедневен навик и за двамата. Няколко от приятелите им престанали да пушат напоследък. Марийн също успяла да се откаже. Геерт се върнал към стария навик след няколко дни, но направил втори опит с помощта на Екипа за отказване на цигарите (Tobacco Stop Team). Посъветвали го по електронната поща да използва никотинови лепенки, които ще намалят жаждата за цигара. Сега вече и Геерт е непушач повече от 6 месеца! Искате ли и