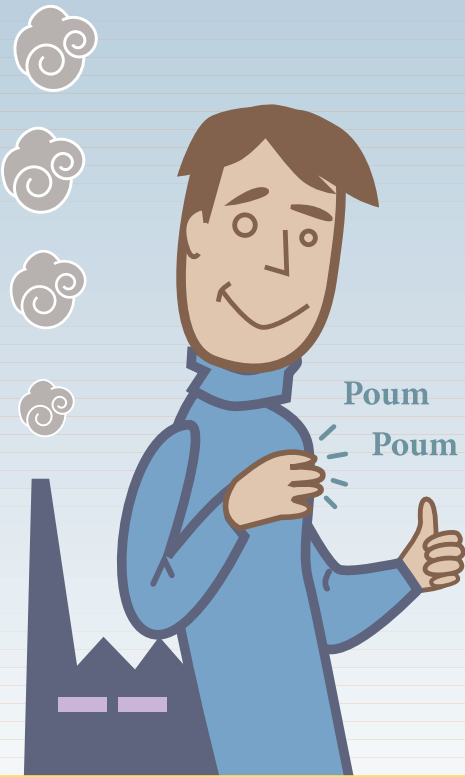


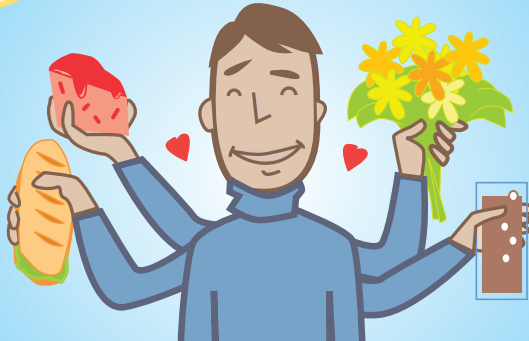
TABAC (J'ARRÊTE AUJOURD'HUI

DÈS LA FIN DU 1^{ER} JOUR



Ma tension artérielle et mon rythme cardiaque se stabilisent.

APRÈS 48 HEURES



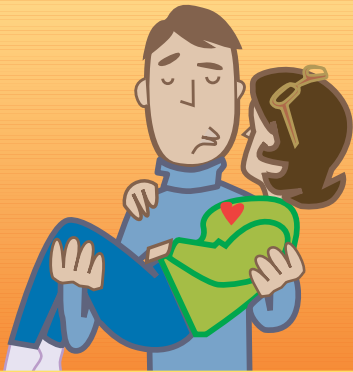
Je retrouve progressivement le goût et l'odorat.

APRÈS LES 15 PREMIERS JOURS



Mon souffle s'améliore. Je me sens plus libre et plus sûr(e) de moi.

TOUT AU LONG DU 1^{ER} MOIS



Ma toux diminue, ma voix et mon teint s'éclaircissent. Ma vitalité sexuelle s'accroît.

APRÈS 3 MOIS



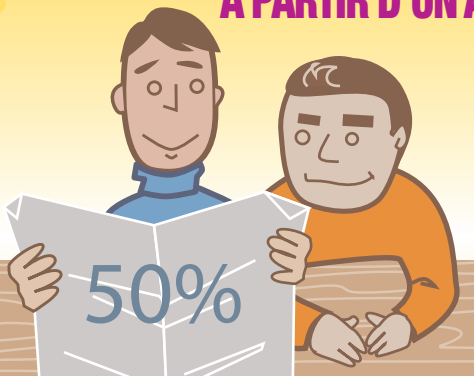
J'ai déjà économisé au moins 500 euros.

DÈS 6 MOIS



J'évite la prise de poids en pratiquant de l'exercice physique. J'ai une meilleure immunité contre les infections. Les troubles chroniques se raréfient (toux matinales).

À PARTIR D'UN AN



Le risque d'infarctus du myocarde diminue de moitié. Le risque d'accident vasculaire cérébral a rejoint celui d'un non fumeur.

APRÈS 5 ANS



Le risque d'un **CANCER DU POUMON** diminue de moitié.

APRÈS 10/15 ANS



L'espérance de vie redevient **identique** à celle des **personnes** n'ayant jamais fumé.

Le tabac provoque 80% des cancers bronchiques

POUR MIEUX VIVRE DÈS DEMAIN!