

# mais vida sem tabaco

## Pare hoje mesmo de fumar

Parar de fumar tem benefícios para si,  
mas também para os outros.

Peça apoio  
ao seu médico  
ou a outro  
profissional de saúde  
ou procure uma  
consulta de  
cessação tabágica.

Informe-se no seu Centro de  
Saúde ou ligue: 808 24 24 24