

Ik ben gestopt met roken 05/09/2005

Malta
De heer Joseph Bartolo

“14 jaar geleden ben ik met roken gestopt. Ik rookte 7 pakjes per dag (140 sigaretten) gedurende 42 jaar. Stoppen met roken is een geweldige prestatie. Ik zou nu niet meer leven als ik dat niet had gedaan. Het is mij gelukt met roken te stoppen dankzij de hulp en steun van de “Stop Smoking”-clinic die georganiseerd werd door de “Department for the Promotion of Good Health” in Malta. De video’s die werden vertoond, waren indrukwekkend en overtuigden me ervan te stoppen met roken. De eerste dagen waren moeilijk maar ik kreeg heel veel hulp van de groep, want ik stond niet alleen in deze strijd. Doordat er thuis niemand rookt, is de verleiding om te roken minder groot. Nu stel ik mijn gezin niet bloot aan rook en ik geef ook geen slecht voorbeeld.”



Une initiative de l'Union Européenne

