

DIA MUNDIAL SENSE TABAC

"Zero emissions també als teus pulmons"

“NO ET FUMIS LA SALUT!”



T'agradaria deixar de fumar i millorar la teva salut?

Vine al **Mercat de Castellbisbal** el **3 de Juny!**

Què farem?

- Mesurament del nivell de CO:** Coneix el nivell de monòxid de carboni en la teva sang i els seus efectes nocius sobre la salut.
- Test de Richmond:** Avalua la teva dependència a la nicotina i les teves motivacions per deixar de fumar.
- Test de Fagerström:** Determina la teva severitat de la dependència al tabac.
- Educació per a la salut:** Informació i consells per deixar de fumar de manera eficaç i mantenir-se lliure del tabac.
- Intercanvi de cigarretes per xupa-xups:** Substitueix un hàbit per un altre més saludable.



3 de juny de 2024



10:30 a 12:30 h



Lloc: Mercat de Castellbisbal (Entre l'avinguda Antoni Gaudí i el carrer Pompeu Fabra)



A càrrec de: Unitat del tabac del CAP Doctor Joan Planas i Comissió de Salut Comunitària

ORGANITZA:

CST ● CAP Doctor Joan Planas
Centre Universitari



AJUNTAMENT DE CASTELLBISBAL

www.cst.cat