

MES PROCHAINS RENDEZ-VOUS

Date : Heure :

Mes questions :

Date : Heure :

Mes questions :

Date : Heure :

Mes questions :

Date : Heure :

Mes questions :

E.R. J.P. Van Vooren, © FARES, rue de la Concorde 56 - 1050 Bruxelles - décembre 2009. Lay-out : N. da Costa Maya.

Date : Heure :

Mes questions :

Date : Heure :

Mes questions :

Date : Heure :

Mes questions :

Date : Heure :

Mes questions :



SE FAIRE AIDER À PROPOS DU TABAGISME ?

C'est possible pour tous !

Nom, Prénom :

Mon médecin/tabacologue :

Les consultations d'aide à l'arrêt bénéficient
désormais d'un remboursement partiel.



À propos du tabac,
MON OBJECTIF C'EST :

.....
.....

POURQUOI ? Mes raisons principales sont :

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

POUR Y ARRIVER, je prévois d'entreprendre différents changements :

Actions ?

Quand ?

.....
.....
.....
.....
.....
.....

POUR M'AIDER, je peux compter sur les personnes suivantes :

Qui ?

Comment ?

.....
.....
.....
.....
.....

MES CRAINTES, pour y faire face, j'envisage:

Lesquelles ?

Comment ?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....