

SI JA FA TEMPS QUE NO FUMES,  
**FELICITATS,**  
 HO ESTÀS ACONSEGUINT!



**Valora tot el que estàs guanyant en el teu dia a dia...**

- Respires millor?
- Tens més energia?
- Dediques més temps a altres coses?
- La teva roba fa més bona olor?
- Tens més bon olfacte?
- Has recuperat el gust dels menjars?
- Et sents més lliure perquè no depens de la cigarreta?
- Pots gastar-te els diners que dedicaves al tabac en altres coses?
- Et sents orgullós o orgullosa de tu?
- .....
- .....

CARTA DE COMIAT ADREÇADA AL TABAC



A large, vertically oriented sheet of lined paper with a scalloped top edge, intended for writing a goodbye letter to tobacco. The paper has horizontal dotted lines for writing and is held in place by orange tabs on the left and right sides.