

Po 32 letech konečně nekuřák! 13/05/2005

Německo

„Jmenuji se Karl-Heinz Evers. Bydlím v Lübecku a je mi 53 let. Po 32 let jsem kouřil 50 cigaret za den, možná víc. Mám prospěch z kampaně „Život bez kouře 2004“ (kampaň organizovaná Deutschem Krebsforschungszentrum (Centrum pro výzkum rakoviny) a Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (federální organizace pro zdravotní vzdělávání)), která ukončila mou „kuřáckou kariéru“. Prvních pár týdnů bylo pro mě těžkých – byl jsem podrážděný. Chodil jsem na dlouhé procházky a sledovat jsem svou dietu. Rada od telefonní linky pomoci kuřákům mi pomohla spolupracovat. Nyní už si nedokážu představit svůj život předtím. Zdravotní problémy, peníze, které se vykouřily, stálý kouř, kterého jsem se nemohl zbavit, ať jsem se snažil sebevíc ... to vše je minulostí.“



Une initiative de l'Union Européenne

