



Promotion santé Valais Gesundheitsförderung Wallis

Soutien



Se faire soutenir par ses proches ou un professionnel de la santé est important dans l'arrêt du tabac. Cela augmente les chances de réussite. Avertissez vos proches que vous avez prévu d'arrêter de fumer. Si vous rencontrez des difficultés, contactez un médecin ou un spécialiste pour vous accompagner dans la démarche.

[Consultez les aides à l'arrêt](#)

