

## ROBERTO

- 39 ANNI
- LIBERO  
PROFESSIONISTA
- AMA LA MONTAGNA
- È VEGETARIANO

**PERÒ FUMA  
1 PACCHETTO  
AL GIORNO**

**NO SMOKING**



**BE HAPPY**

Il progetto No Smoking be Happy  
è reso possibile grazie al contributo  
di Fondazione Pfizer  
e Pfizer Foundation

**COSA POTREBBE FARE PER SMETTERE?**

## LAVINIA

- 34 ANNI
- LAVORA  
PER UNA FONDAZIONE
- MANGIA BIOLOGICO
- USA LA BICI  
PER NON INQUINARE

PERÒ FUMA  
15 SIGARETTE  
AL GIORNO

NO SMOKING



BE HAPPY

Il progetto No Smoking be Happy  
è reso possibile grazie al contributo  
di Fondazione Pfizer e Pfizer Foundation

**COSA POTREBBE FARE PER SMETTERE?**

## MAURO

- 33 ANNI
- SI OCCUPA DI WEB.
- PRATICA SOLO SPORT ALL'ARIA APERTA
- È MOLTO ATTENTO AL PROPRIO BENESSERE

PERÒ FUMA  
QUANDO  
È NERVOSO

NO SMOKING



BE HAPPY

Il progetto No Smoking be Happy  
è reso possibile grazie al contributo  
di Fondazione Pfizer e Pfizer Foundation

**COSA POTREBBE FARE PER SMETTERE?**

## MONIKA

- 26 ANNI
- STUDENTESSA E MODELLA
- SCEGLIE  
UN'ALIMENTAZIONE SANA
- BEVE 3 LITRI  
D'ACQUA AL GIORNO  
PER DEPURARSI

PERÒ FUMA

NO SMOKING



BE HAPPY

Il progetto No Smoking be Happy  
è reso possibile grazie al contributo  
di Fondazione Pfizer e Pfizer Foundation

**COSA POTREBBE FARE PER SMETTERE?**

# DOVE CE L'HAI LA TESTA?

QUANDO TI ACCENDI  
UNA SIGARETTA  
DIMENTICHI TUTTO.

QUANTO È DANNOSO  
PER TE E PER GLI ALTRI.  
QUANTA FATICA FAI  
PER ESSERE IN FORMA  
E MIGLIORARE  
LA TUA VITA.



NO SMOKING



BE HAPPY

Il progetto No Smoking be Happy  
è reso possibile grazie al contributo  
di Fondazione Pfizer e Pfizer Foundation

**PARLANE COL TUO MEDICO DI FIDUCIA.**