

Rūkęs 32 metus sugebėjo mesti! 13/05/2005

Vokietija

„Aš –Karlas Heinzas Eversas. Gyvenu Liubeke. Man 53 metai. Rūkiu 32 metus ir per dieną surūkydavau po 50 ir dar daugiau cigarečių. Man labai padėjo kampanija „Gyvenimas be cigarečių 2004“, kurią organizavo Vokietijos vėžio ligų tyrimo institutas (vok. Deutschen Krebsforschungszentrums) ir Federalinė švietimo sveikatos klausimais organizacija (vok. Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung). Galų gale man pavyko užbaigti „rūkoriaus karjerą“. Pirmosios savaitės buvo išties sunkios –buvau labai irzlus, ilgai vaikščiodavau, nuolat laikiausi dietos. Man nepalūžti padėjo Pagalbos metantiems rūkyti telefono linijos darbuotojai. Dabar negaliu net įsivaizduoti savo ankstesnio gyvenimo. Sutrikusi sveikata, dūmais paleisti pinigai, nuolatinis tabako tvaikas, kurio neįmanoma išnaikinti kad ir kiek bevédintum –visa tai jau praityje.“



Une initiative de l'Union Européenne

