



# Het is beslist, dit jaar **STOP IK MET ROKEN!**

Waarom is het zo moeilijk om te stoppen met roken? Het kost handenvol geld en heeft een impact op uw gezondheid. Waarom vinden rokers het dan zo moeilijk om het op te geven?

Deze gids verklaart waarom roken zo verslavend is en hoe u zich kunt bevrijden van de tabak. U komt ook meer te weten over de mechanismes achter de psychologische en fysieke afhankelijkheid en de middelen die u kunnen helpen ontwennen.

Kortom, deze gids biedt veel praktische tips en technieken waarmee miljoenen ex-rokers hun tabaksverslaving hebben overwonnen.

**Waarom zou u het niet proberen?**



Ontdek in uw **Test-Aankoop** magazine van oktober hoe u deze **GRATIS** gids kunt ontvangen!