



TALLER ONLINE

## Vivir sin tabaco

Para la mayoría de los fumadores, el antojo o las ansias de fumar o consumir tabaco pueden ser irresistibles. En este taller te daremos claves para conseguirlo: comentaremos qué efectos produce el tabaco desde la primera calada en nuestro cuerpo, los beneficios de dejar de fumar, las ventajas personales de hacer el cambio y cómo podemos dejar el tabaco para siempre.

[Apúntate](#)



Miércoles 31 de mayo



A las 13:00 h

Recuerda que para la correcta visualización de los talleres es imprescindible una conexión a internet estable y de buena calidad.