

**Rzucenie palenia realnie
poprawi Twoje
samopoczucie w czasie
ciąży, jak i po porodzie.**

Porozmawiaj ze swoją położną,
pielęgniarką środowiskową lub
odwiedź stronę
smokefreesheffield.org.



Rzucenie palenia:

- Wzmacnia zdrowie Twojego ciała i wspiera równowagę psychiczną
- Poprawia nastrój oraz ogólne samopoczucie
- Pomaga odzyskać poczucie kontroli nad własnym życiem
- Sprzyja budowaniu bliskiej i bezpiecznej więzi z Twoim dzieckiem



Smokefree
Sheffield

0114 553 6296

smokefreesheffield.org