

Iwona Schymalla: Saperne di più significa smettere più facilmente
01/07/2005

Polonia

Iniziai a fumare quando frequentavo le scuole superiori. Tutti avevano l'abitudine di fumare durante l'intervallo e quindi anch'io mi accostai alle sigarette. Con il fumo ho attraversato tutte le fasi possibili: prima ho preso il vizio, ho cominciato a fumare in gruppo, in pubblico, ho smesso di fumare per il bambino, poi ho di nuovo ricominciato. Ho tentato più volte di smettere, quindi so quanto sia difficile. Alla fine ce l'ho fatta. Ho deciso che fumare è stupido e che non ne avevo affatto bisogno. Inoltre trovavo ipocrita il mio atteggiamento di cominciare programmi salutistici e poi continuare a fumare.

Credo che il fatto di sapere così tanto sugli effetti nocivi del fumo sulla salute abbia contribuito al mio distacco dalle sigarette. Ora per me è strano immaginare di accendermi una sigaretta. Il fumo è semplicemente fuori moda.



Une initiative de l'Union Européenne

