APPLIKAZZJONI

Kemm - il sigarett, sigarru, pipa eċċ., tpejjep f'ġurnata tipika:

Ipprovajt xi darba sabiex tieqaf tpejjep? Iva ☐ Le ☐

Jekk iva, fittixt xi darba għajnuna professjonali? Iva ☐ Le ☐

F'liema ċentru tas-saħħa/sptar tixtieq tattendi?

Ċentru tas-saħħa tal-Mosta	☐
Ċentru tas-saħħa tal-Furjana	☐
Ċentru tas-saħħa ta' Raħal Ġdid	☐
L-Isptar Ġenerali t'Għawdex	☐

Direttorat għall-Promozzjoni tas-Saħħa u Prevenzjoni tal-Mard

QUIT LINE
8007 3333

#sayno

www.healthpromotion.gov.mt Health Promotion and Disease Prevention Directorate HPDPmalta @HPDPmalta

℗ 2018

Direttorat għall-Promozzjoni tas-Saħħa u Prevenzjoni tal-Mard
Tel: 2326 6000, www.healthpromotion.gov.mt

UFFIĊĊJU TAD-DEPUTAT PRIM MINISTRU
MINISTERU GĦAS-SAĦĦA

Jekk inti tpejjep...

...li tieqaf hija l-aħjar ħaġa li qatt tista' tagħmel! Hemm ħafna raġunijiet tajbin sabiex tieqaf tpejjep, bħal:

- Tgawdi b'mod ġenerali saħħa aħjar
- Tnaqqas ir-riskju ta' infertilita'
- Tipproteġi l-familja u l-ħbieb tiegħek mit-tipjip indirett
- Tkun mudell eżemplari
- Tnaqqas ix-xewqa għan-nikotina, u b'hekk jkollok inqas ansjetà
- Ikollok iktar flus fil-but u b'hekk tkun tista' ssiefer iktar
- Torqod aħjar
- Ittiegħem aħjar
- Ħwejġek u n-nifs tiegħek jkollhom riħa aħjar

Kulħadd, ta' kull età jista' jibbenefika billi jieqaf ipejjep. Qatt ma hu tard sabiex tieqaf tpejjep! Anke persuni li qed jesperjenzaw problemi tas-saħħa b'konsegwenza tat-tipjip jistgħu jgawdu benefiċċji fis-saħħa.

Aħna se nipprovdulek ġurnata u ħin għal appuntament fil-lokalità mixtieqa.

Għal aktar informazzjoni, jekk jogħġbok ċempel fuq

Quitline 8007 3333

Jaf qed taħseb biex tieqaf u jaf ġa pprovajt tieqaf.

Agħmel l-ewwel pass billi tfittex għajnuna professjonali. Jingħad li għajnuna professjonali tirdoppja r-rata ta' suċċess!

Id-Direttorat għall-Promozzjoni tas-Saħħa u Prevenzjoni tal-Mard jipprovdi għajnuna professjonali sabiex wieħed jieqaf ipejjep fiċ-Ċentri tas-Saħħa tal-Mosta, tal-Furjana u ta' Raħal Ġdid. Għajnuna professjonali tiġi mogħtija wkoll fl-Isptar Ġenerali t'Għawdex. Il-professjonisti tagħna, li jaħdmu fil-qasam tat-tabakk, jistgħu jgħinuk tagħmel pjan sabiex tieqaf tpejjep u jipprovdulek l-għajnuna matul dan il-vjaġġ. Jekk inti trid tieqaf tpejjep, imla din il-applikazzjoni u ibagħta lil:

Direttorat għall-Promozzjoni tas-Saħħa u Prevenzjoni tal-Mard
5B, The Emporium
Triq C. De. Brocktorff
Msida MSD 1421

Li tieqaf huwa vjaġġ, ibda issa!

APPLIKAZZJONI

Isem ______ Kunjom ______

Indirizz ______

______

Sess ______ Numru tal-karta tal-identità ______

Età ______

Imejl ______

Telefown ______ Mowbajl ______

Data ______

Nota dwar il-protezzjoni tal-informazzjoni: L-informazzjoni rikjesta tkun proċessata skond l-Artiklu 27 (a) tal-*Public Health Act* u d-*Data Protection Act 2001*. L-informazzjoni tiegħek ser tinżamm għall-istatiska u riċerka fl-interess tas-Saħħa Pubblika.

Kompli aqra' wara