

# **Smettere di fumare: SI PUO' FARE !**

**Per un aiuto concreto ci si può rivolgere ai  
CENTRI ANTIFUMO della AUSL**

## I Centri Antifumo Offrono:

- Informazioni
- Consulenze
- Trattamenti
- Corsi intensivi di gruppo per smettere di fumare



## Centri Antifumo (C.A.F.)

### C.A.F. TERNI Distretto Terni

Sede U.O. Alcologia Terni  
Viale Trieste 46

Per appuntamento:

- ▶ Tel. 0744-204413-204460
  - ( Lun.-Mart. ore 9.00-12.00)
  - ( Lun.-Mercol.-Giov. ore 15.30-17.30)

### C.A.F. NARNI Distretto Narni-Amelia

Sede: U.O. Alcologia Narni  
Via dei Senetrari 2

Per appuntamento:

- ▶ Tel. 0744-740301
  - ( Lun.-Mar.-Mer.-Giov.-Ven. ore 9.00-12.00)
  - ( Lun.-Giov. ore 15.00-17.00)

### C.A.F. ORVIETO Distretto Orvieto

Sede: SER.T Via C. Cerretti n. 11- Orvieto  
Per appuntamento:

- ▶ Tel. 0763-341525
  - ( Lun.-Mer.-Gio.-Ven. ore 9.00-12.00)
  - ( Lun. - Merc. ore 15.00-18.00)

## Accedere ai servizi è facile:

Il primo contatto con i Centri Antifumo è gratuito, previo appuntamento telefonico.

I corsi per la disassuefazione prevedono una quota di iscrizione di 50 euro.

Il corso prevede dodici incontri di gruppo in due mesi e include tre fasi:

- la prima fase consente la preparazione necessaria ad affrontare il momento dell'abbandono dell'abitudine al fumo;
- la seconda fase è finalizzata alla sospensione completa del fumo;
- la terza fase sostiene il mantenimento della scelta di non fumare.

**Chi smette di fumare diventa migliore e realizza un importante investimento per la propria ed altrui salute.**

**Con un aiuto specialistico  
sarà più facile riuscirci!**

