

# Arrêtez de fumer ? C'est possible avec l'aide d'un « buddy »

*Difficile d'arrêter ? La Fondation contre le cancer vous propose d'y parvenir progressivement en commençant en mai.*



L'initiative « Buddy Deal » a pour but d'encourager les fumeurs à arrêter de fumer au mois de mai, et au-delà. Elle part du constat qu'une personne a 5 fois plus de chances de cesser définitivement de fumer lorsqu'elle s'arrête pendant un mois. La motivation est encore plus forte quand un membre de la famille ou un ami intervient et soutient le fumeur dans ses efforts.

C'est pourquoi la Fondation contre le Cancer appelle les fumeurs et leurs proches à s'unir pour faire du mois de mai un mois sans tabac, au cours duquel les « fumeurs » et leurs « buddies » recevront régulièrement des informations par email avec des trucs et astuces pour relever le défi ensemble.

Plus d'informations sur cette campagne à l'adresse [www.buddydeal.be](http://www.buddydeal.be)

Pour s'inscrire, c'est [ici](#).