

Buddy deal : préparez-vous au challenge !

Comme chaque année, la **Fondation contre le Cancer** organise sa campagne « Buddy deal » en mai. Cette campagne a pour but d'impliquer un maximum de personnes dans le **mois sans tabac**, soit en relevant vous-même le défi (vous êtes alors « challenger »), soit en accompagnant les personnes dans leurs efforts d'arrêt du tabac (vous êtes alors « buddy »).



Pour soutenir vos démarches, de nombreux outils gratuits sont à votre disposition, dont :

- un [calendrier](#) pour se préparer au mois sans tabac (il existe aussi version « [buddy](#)«)
- un [webinaire](#) pour vous préparer en tant que challenger ou en tant que [buddy](#)
- une foule de conseils et d'astuces pour vous aider tout au long du mois de mai.

Pour en savoir plus, consultez le site buddydeal.be

Attention, pour participer et recevoir le matériel gratuitement, [inscrivez-vous en ligne](#) avant le 1er mai !