

Help... ajuda on line!

Queres parar com o tabaco...mas por onde é que deves começar o processo de cessação e de que modo continuar sem cair na teia do apelo do cigarro?

Em www.parar.net queremos ser uma porta aberta para o outro lado da vida. Mesmo que neste momento não te pareça mais do que uma hipótese virtual verás que é possível parar e renasceres para uma vida sem tabaco. Nesta porta de entrada encontrarás ideias, ajuda, apoio e sugestões para auto-gerires o teu processo de cessação do uso do tabaco. Para usufruíres deste serviço regista-te primeiramente. Segue depois o teu caminho de libertação através dos 10 passos do método renasceres® para te auxiliar a deixar definitivamente o tabaco em www.parar.net.

não quero começar

enfrento uma recaída

quero parar quero www.parar.net já parei mas...