

## **Voit saada apua tupakoinnin lopettamiseen**

---

Tiesitkö,  
että sinulla on mahdollisuus saada apua  
tupakoinnin lopettamiseen?  
Keuhkopoliklinikan sairaanhoitaja  
auttaa sinua pääsemään irti tupakasta.

Voit saada sairaanhoitajalta  
henkilökohtaista ohjausta.  
Sairanhoitaja sopii kanssasi tapaamisia.  
Osa ohjauksesta voi tapahtua  
myös puhelimesta.  
Kysy lisää ja varaa rohkeasti aika!

### **Yhteystiedot**

Keuhkosairauksien poliklinikka  
Maanantaista perjantaihin kello 8.15-14.30  
Puhelin 02 627 7081