

Wilt u stoppen met roken?

Kijk op Rokeninfo van het Trimbos-instituut. Of ga naar de huisarts.

Misschien kunt u een verwijzing krijgen voor de Stoppen-met-roken-poli van het MST. Kijk voor meer informatie op de website.

MST stoppen met roken poli

[053 487 20 00](tel:0534872000)

www.mst.nl/stoppen-met-roken

Huisartsen Almelo

www.ikhebeenvraagalmelo.nl/huisartsen

Trimbos instituut - rokeninfo

[0900 19 95](tel:09001995) (€ 0,10 per minuut)

www.rokeninfo.nl

Wilt u hulp bij het stoppen?

Vraag uw huisarts om hulp. Of neem contact op met Luchtsignaal voor telefonische coaching of groepscoaching.

Luchtsignaal

Helder over roken, hulp bij verslaving.

[020 820 89 34](tel:0208208934)

info@luchtsignaal.nl

www.luchtsignaal.nl

Wilt u zelfstandig stoppen?

Ga naar de StopSite. Daar vindt u een online cursus.

StopSite

Stoppen met roken doe je zelf

www.destopsite.nl

Ik heb een vraag | Almelo wordt mogelijk gemaakt door de gemeente Almelo.

