



PUURROOKVRIJ.NL

Wil jij stoppen met roken? Op [puurrookvrij.nl](https://puurrookvrij.nl) ontdek je alle voordelen, wat je kunt verwachten en hoe jij PUUR rookvrij wordt op jouw manier.

### Voordelen van PUUR:

- ✓ Een onafhankelijk gevoel
- ✓ Meer energie voor leuke dingen
- ✓ Meer geld voor leuke dingen
- ✓ Mooiere huid en haren
- ✓ Een frissere adem
- ✓ Een betere gezondheid

### Ik word PUUR met...

- Hulp van een dokter of huisarts
- Hulpmiddelen zoals nicotinevervangers
- Online hulp (cursussen / apps)
- Begeleiding door een stopcoach (evt. telefonisch)
- Groepstraining
- Mijn eigen kracht



Wist je dat de meeste van deze mogelijkheden gratis zijn? Je verzekeraar vergoedt in veel gevallen de kosten.

### Kies jij voor PUUR of wil je meer informatie?



Ga naar [puurrookvrij.nl](https://puurrookvrij.nl)



Bel de gratis Stoplijn  
0800-1995



Stel je vragen via de chat op  
[www.ikstopnu.nl/chat](https://www.ikstopnu.nl/chat)



Vraag je huisarts om hulp