

► ... pour essayer d'arrêter de fumer, vous pouvez vous faire aider par un ami ou une amie grâce à une appli? La SmokeFree Buddy App permet d'arrêter la fumée avec l'aide d'une personne de son choix. Via l'appli, cette personne recevra des instructions pour apprendre à soutenir et à motiver son ami ou amie décidée à renoncer au tabac. Au lieu de messages anonymes générés par ordinateur, l'aide est personnalisée et vient d'un ami ou d'une amie.
www.smokefree.ch

Gratuite, l'application peut être téléchargée depuis l'iTunes Store ou le Google Play Store.

