



FREE FOREVER.
Clinic



Chcesz rzucić palenie?
NIE RZUCAJ BO WRÓCI

SKUTECZNIE uwolnij się od nałogu...

Być może już wielokrotnie próbowałeś rzucać palenie. Zwykle kończyło się to pewnie względnym sukcesem. Przystawałeś palić na jakiś czas, męcząc się przy tym, ciągle tęskniąc za choć jednym „machem” czy „sztachem”. Wcześniej czy później kończyłeś z papierosem w ustach. Wracał do Ciebie, niczym bumerang. Wystarczyła chwila słabości lub przekonanie, że jesteś już bezpieczny i możesz sobie pozwolić na „jednego”. I że to wcale nie oznacza, że staniesz się znów palaczem. Dlaczego tak się dzieło? Problem tkwi w metodzie.

Wybierz metodę, która umożliwi Ci trwałe rozstanie z nałogiem. Wykorzystaj niniejszy voucher na terapię behawioralno-poznawczą. Jedynie dobra znajomość rzeczywistych mechanizmów, rządzących twoim uzależnieniem i ciągłymi porażkami przy rzucaniu palenia, może sprawić, że w końcu przestaniesz potrzebować nikotyny, aby odczuwać spokój. Pomoże Ci jasna odpowiedź na pytanie dlaczego tak naprawdę sięgasz po papierosa.

Oferujemy terapię antynikotynową opartą o pozytywną psychoedukację i terapię poznawczą. Dzięki niej masz szansę pożegnać nałóg bez użycia leków, gum, plastrów, hipnozy, a nawet... bez angażowania silnej woli. Na zawsze! Na sesji terapeutycznej odpowiemy na wszystkie Twoje pytania i wątpliwości. Dowiesz się także: **1.** dlaczego nieustannie obwiniamy się za palenie, **2.** dlaczego rzucanie dostępnymi, tradycyjnymi metodami nie działa, **3.** co każe ci palić.

SKUTECZNIE. LICZNE BADANIA NAUKOWE DOWIODŁY NAJWYŻSZĄ SKUTECZNOŚĆ TERAPII BEHAVIORALNO-POZNAWCZEJ JAKO METODY NA WYJŚCIE Z UZALEŻNIENIA OD NIKOTYNY. RZUCANIE PALENIA METODĄ SILNEJ WOLI (RÓWIEŻ Z POMOCĄ TABLETEK I PŁASTRÓW) JEST ZARÓWNO NIESKUTECZNE, JAK I SILNIE STRESUJĄCE. • **DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ!** www.freeforever.pl, TEL: **570 570 900**



Skutecznie uwolnij się od nałogu...

BEZ WYSIŁKU

Wiemy, że ... bezstresowe skuteczne zerwanie z papierosami na zawsze jest prawie niemożliwe, jeżeli nie rozumiemy na czym polega nasze uzależnienie. Bo tak naprawdę tylko poznanie jego mechanizmów pozwala skutecznie nad nim zapanować. I... uwolnić się od palenia bez konsekwencji w postaci tycia, dekoncentracji, nerwowości czy frustrującego poczucia braku. Gwarantujemy, że to wiedza o sobie i specyfice nałogu tytoniowego daje instrukcję wyjścia z wieloletniej pułapki nikotynowej. Dzieje się to bez wysiłku, stresu, za to z łatwością i przyjemnością.

Dalej wyjaśnimy ci kilka podstawowych powodów, dla których bumerang wraca...

BEZ WYSIŁKU. SIADASZ WYGODNIE I SŁUCHASZ. RELAKSUJESZ SIĘ. OGLĄDASZ FILM. W PRZERWACH PALISZ. ZACZYNASZ ROZUMIEĆ JAK CIĘ ZMANIPUŁOWAŁA NIKOTYNA. CZUJESZ, ŻE JUŻ WIĘCEJ NIE BĘDZIESZ MUSIAŁ TEGO ROBIĆ. CZUJESZ SIĘ WOLNY. NIE PALISZ... W NASTĘPNYCH DNIACH SŁUCHASZ AUDIOBOOKÓW I ŚMIEJESZ SIĘ NA WIDOK INNYCH PALACZY. ROZPIERA CIĘ RADOŚĆ Z ODZYSKANEJ WOLNOŚCI ●

DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ! www.freeforever.pl

Skutecznie uwolnij się od nałogu...

BEZ STRESU

Część palaczy wraca do palenia w sytuacjach stresowych, bo istnieje przekonanie, że papieros pomaga znieść stres i odprężyć. Nie jest to prawdą! Wkrótce się o tym przekonasz. Nie paląc będziesz się mniej denerwował i łatwiej zniesiesz trudne momenty. Nasi ex-palacze są dużo spokojniejsi i pogodni. Między innymi dlatego, że nie odczuwają niezaspokojonego pożądania papierosa. Zauważysz, że w wielu trudnych sytuacjach łatwiej ci zachować zimną krew. Zniknie też krępujące uczucie podczas ważnych spotkań, które dla palacza są wyjątkowo stresujące – gdy pojawia się ochota na papierosa i nie wypada wyjść.

BEZ STRESU. NIKOTYNA NIE JEST STOSOWANA W ŻADNYM ZNANYM ŚRODKU USPOKAJAJĄCYM – PRZECIWNIE DZIAŁA NA UKŁAD NERWOWY PODRAŻNIAJĄCO. STRES ODEJDZIE WRAZ Z PALENIEM • **DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ! TEL: 570 570 900**



Skutecznie uwolnij się od nałogu...

BEZ DEKONCENTRACJI

Większość palaczy twierdzi, że papierosy pomagają się skupić. Uzależnieni od nikotyny boją się przestać palić, bo wydaje im się, że nie poradzą sobie podczas zajęć wymagających koncentracji. To kolejny mit. Przecież, gdyby tak było, to palenie stałoby się obowiązkiem w wieży kontroli lotów lub na sali operacyjnej.

Gdy chcesz się skoncentrować, musisz wyeliminować wszystko, co cię rozprasza. Czyli... napić się, jeśli chce ci się pić... zamknąć okno, gdy z podwórza dobiega hałas... zapalić, bo chce ci się palić... To głód nikotynowy pozbawia cię możliwości skoncentrowania się dopóki go nie zaspokoisz. Wystarczy go wyeliminować. Nasza metoda pomoże ci uporać się z głodem nikotynowym od pierwszego dnia abstynencji. Potrzeba zapalenia zniknie i przestanie cię rozpraszać.

BEZ DEKONCENTRACJI. NIKOTYNA PRZYJMOWANA REGULARNIE HAMUJE PRODUKCJĘ NATURALNEGO NEUROPRZEKAŹNIKA, ZATYKAJĄC RECEPTORY NIKOTYNOWE. JEDNAK - PONIEWAŻ JEST TRUCIZNĄ - ORGANIZM SZYBKO SIĘ JEJ POZBYWA. JUŻ 15 MINUT PO SKOŃCZENIU OSTATNIEGO PAPIEROSA JEJ POZIOM NA TYLE SPADA, ŻE ROZREGULOWANY UKŁAD NERWOWY NIE POZWALA CI SIĘ SKONCENTROWAĆ • **DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ!** www.freeforever.pl



Skutecznie uwolnij się od nałogu...

BEZ WYJĄTKÓW

Może obawiasz się, że jesteś szczególnym, ciężkim, nieuleczalnym przypadkiem nałogowca i że nic na ciebie nie działa...

Nie ma trudnych przypadków!

Metoda Free Forever działa na absolutnie każdego palacza. Nawet tego, który pali 100 papierosów dziennie. Nie tylko wszyscy mogą rozstać się z paleniem, ale każdy może zrobić to z łatwością. Jedynie strach, że życie bez palenia będzie nic nie warte każe nam brnąć dalej w nałóg. Wszystko jedno czy palisz papierosy czy fajkę, cygaro czy elektronicznego papierosa, robisz to od niedawna czy 20 lat. Metoda działa w każdym przypadku.

BEZ WYJĄTKÓW. PODATNOŚĆ NA UZALEŻNIENIE OD NIKOTYNY JEST ZALEŻNA OD AKTYWNOŚCI ENZYMOW METABOLIZUJĄCYCH NIKOTYNĘ. ZALEŻNIE OD TEGO JAK SZYBKO DANY ORGANIZM USUWA NIKOTYNĘ Z ORGANIZMU TAK SZYBKO I TAK SILNIE PALACZ ODCZUWA GŁÓD NIKOTYNOWY. NIE MA TO JEDNAK WIĘKSZEGO WPŁYWU NA SKUTECZNOŚĆ TERAPII BEHAVIORALNO-POZNAWCZEJ. OCENIA SIĘ, ŻE NIEZNACZNIE TRUDNIEJ POZBYĆ SIĘ NAŁOGU OSOBOM PALĄCYM OKAZJONALNIE • **DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ! TEL: 570 570 900**





Skutecznie uwolnij się od nałogu...

BEZ TYCIA

Część palaczy wraca do palenia, bo po rzuceniu zaczęli tyć. A teraz niespodzianka: nasi ex-palacze chudną! Czy wiesz, że głód nikotynowy do złudzenia przypomina ssanie w żołądku? Palacze często podjadają między posiłkami zwłaszcza, gdy muszą odmówić sobie papierosa np. w pracy. Odczuwane pożądanie nikotyny usiłują zastąpić przekąską. Okazuje się, że gdy zlikwidujesz pożądanie papierosa i przestaniesz palić, zniknie też potrzeba sublimacji, czyli zastąpienia nikotyny słodyczami czy chipsami. Nasi ex-palacze na ogół chudną, bo przestają czuć ssanie, które do złudzenia przypomina ssanie w żołądku. Nie czują napięcia wywołanego ochotą na papierosa. Odzyskują kontrolę nad życiem i stają się aktywni. Mają wysoką energię, tryskają optymizmem i często “zabierają się za siebie”. Są bardziej głodni życia, niż jedzenia, bo próbują nadrobić lata zatrute paleniem.

Ty też tak możesz i to zaraz. To naprawdę łatwe.

BEZ TYCIA. GDY SPADA STĘŻENIE NIKOTYNY W USTROJU, SPADA TEŻ POZIOM
CUKRU - PALACZE UZUPEŁNIAJĄ BRAK KOLEJNYM PAPIEROSEM LUB BATONEM ●

DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ! www.freeforever.pl

Skutecznie uwolnij się od nałogu...

NA ZAWSZE

Metody oparte o silną wolę, biorezonans, gumy czy plastry z nikotyną, tabletki bez nikotyny, które „leczą uzależnienie” mogą Ci pomóc tylko na pewien czas. Żaden z tych sposobów nie daje więcej niż kilka procent szans na trwałe rozstanie z nałogiem. W klinice Free Forever nie namawiamy do „rzucania”. Terapia poznawcza zmienia za to trwałe nastawienie do papierosów. To dzięki temu przestajesz palić i nie czujesz już potrzeby powrotu do nałogu. Metoda Free Forever pozwala zerwać z nikotyną w sposób łatwy i przyjemny.

Przestajesz palić na zawsze i bez cierpienia. Przestajesz pożądać papierosa.

Przed tobą wspaniała, niekończąca się perspektywa życia bez nałogu.

Metoda działa niezawodnie i na zawsze.

Chodź z nami

TRWAŁA SKUTECZNOŚĆ. SKUTECZNOŚĆ METOD BEHAVIORALNO-POZNAWCZYCH W PRZYPADKU NAŁOGU TYTONIOWEGO, W TYM TAKŻE METODY FREE FOREVER WYNOSI 51,4%. DLA PORÓWNIANIA SKUTECZNOŚĆ POPULARNYCH ANTYTYTONIOWYCH ŚRODKÓW FARMAKOLOGICZNYCH TO ZALEDWIE 7,10%. NIKOTYNOWA TERAPIA ZASTĘPCZA (PLASTRY, GUMY, INHALATORY) TO SKUTECZNOŚĆ NA POZIOMIE 5-6%. RZUCANIE PALENIA SIĄŁĄ WOLI KOŃCZY ZAŚ SUKCESEM ZALEWIE 3,4% PRÓBUJĄCYCH TEGO SPOSOBU PALACZY • **DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ! TEL: 570 570 900**



Czy podjąłeś decyzję, że będziesz nałogowo

PALIĆ DO KOŃCA ŻYCIA?

Gdybyś mógł teraz, nagle stać się niepalącym i odbyłoby się to bez stresu, głodu nikotynowego i lęku... to chciałbyś?

Boisz się rzucić, bo nie wiesz co Ci każe palić. Nie rozumiesz tego, więc obawiasz się, że znów ci się nie uda. Uważasz, że „coś” tobą steruje. Rozumiemy to i zapewniamy Cię, że nie ma powodu do stresu.

Dokładnie zrozumiesz, co się z Tobą dzieje i zobaczysz jak łatwo to wyłączyć. Wszyscy terapeuci kliniki Free Forever to byli palacze i szczęśliwi niepalący.

DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ! TEL: 570 570 900



FREE FOREVER.
Clinic

GDY POCZUJESZ, ŻE
CHCESZ BYĆ WOLNY

ZADZWOŃ NA NUMER:

570 570 900

lub wejdź na stronę **freeforever.pl** i

zarezerwuj termin terapii



Zadzwoń. Nasi eksperci przeprowadzą Cię przez prostą rejestrację i uzgodnią najdogodniejszy dla Ciebie termin terapii.

Eks-palacze są nie do zatrzymania!

Eks-palacze zdrowiej
wyglądają, lepiej się czują,
ładniej pachną i mają
więcej pieniędzy.





FREE FOREVER POLSKA SP. Z O.O.

UL. POSTĘPU 18, 02-676 WARSZAWA

WWW.FREEFOREVER.PL

VOUCHER@FREEFOREVER.PL

INFOLINIA: 570 570 900