

SISTEMA SANITARIO
REGIONALE

Diario del Fumatore



ASL
ROMA 1

**GRADO DI BISOGNO = IMPORTANZA
DELLA SIGARETTA IN QUEL MOMENTO**

- 1= IMPORTANTISSIMA**
- 2= PIÙ DELLA MEDIA**
- 3= NELLA MEDIA**
- 4= POCO IMPORTANTE**



Diario del Fumatore

SIGARETTA	ORA	LUOGO	CON CHI	GRADO DI BISOGNO	UMORE	ATTIVITÀ
1				1/2/3/4		
2				1/2/3/4		
3				1/2/3/4		
4				1/2/3/4		
5				1/2/3/4		
6				1/2/3/4		
7				1/2/3/4		
8				1/2/3/4		
9				1/2/3/4		
10				1/2/3/4		
11				1/2/3/4		
12				1/2/3/4		
13				1/2/3/4		
14				1/2/3/4		
15				1/2/3/4		
16				1/2/3/4		
17				1/2/3/4		
18				1/2/3/4		
19				1/2/3/4		
20				1/2/3/4		

oggi ho fumato n. sigarette / ho fumato n. sigarette meno di ieri

GRADO DI BISOGNO = IMPORTANZA
DELLA SIGARETTA IN QUEL MOMENTO

- 1= IMPORTANTISSIMA
- 2= PIÙ DELLA MEDIA
- 3= NELLA MEDIA
- 4= POCO IMPORTANTE



Diario del Fumatore

SIGARETTA	ORA	LUOGO	CON CHI	GRADO DI BISOGNO	UMORE	ATTIVITÀ
1				1/2/3/4		
2				1/2/3/4		
3				1/2/3/4		
4				1/2/3/4		
5				1/2/3/4		
6				1/2/3/4		
7				1/2/3/4		
8				1/2/3/4		
9				1/2/3/4		
10				1/2/3/4		
11				1/2/3/4		
12				1/2/3/4		
13				1/2/3/4		
14				1/2/3/4		
15				1/2/3/4		
16				1/2/3/4		
17				1/2/3/4		
18				1/2/3/4		
19				1/2/3/4		
20				1/2/3/4		

oggi ho fumato n. sigarette / ho fumato n. sigarette meno di ieri

Appunti



A series of 20 horizontal dotted lines for writing notes.