

ALLES KOPFSACHE?

Rauchstoppkurse 2023

Online &
vor Ort



krebsliga zürich

drehscheibe für krebsthemen

EIN RAUCHSTOPP IST MÖGLICH. WIR HELFEN DIR DABEI.

Investiere in einen gesunden Lebensstil.
Es lohnt sich. Mit unseren Kursen kannst
du es schaffen.

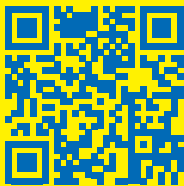
In der Gruppe

- › analysierst du dein Rauchverhalten und lernst, wie du es ändern kannst.
- › spürst du, was es bedeutet mit dem Rauchen aufzuhören und wie sich dieses neue Lebensgefühl anfühlt.
- › bekommst du konkrete Tipps, um nicht rückfällig zu werden.

Startdaten 2023

Zürich	25. Januar 25. Mai 21. September 7. November
Winterthur	30. Januar
Online	27. Februar 21. August
Wetzikon	18. Oktober

- › **Zeiten:** jeweils 6 Abende, je 90 Minuten, 18.30–20 Uhr
- › **Gruppen:** 6 bis 12 Personen
- › **Kosten:** 350 Franken, bei lückenlosem Besuch werden 150 Franken rückerstattet.



Noch Fragen?

Pack den Rauchstopp jetzt an:

www.krebsligazuerich.ch/rauchstopp

Tel. 044 388 55 00