

# Rauchfrei in die Zukunft

Haben Sie den Wunsch ein rauchfreies Leben zu führen? Dann sind Sie bei unserem Workshop genau richtig. Mit einfachen und überzeugenden Methoden können Sie Ihr Ziel erreichen.

## Inhalte des Workshops:

- Sie setzen sich mit dem Thema Rauchstopp in der Gruppe und auch einzeln auseinander.
- Sie lernen sich selbst besser kennen und können Ihren Tabakkonsum und die Zusammenhänge in Ihrem Alltag besser verstehen.
- Sie lernen einfache Methoden aus der hypnotischen Kommunikation kennen, die Sie auf Ihrem Weg in die Rauchfreiheit unterstützen.



## Ort

Lungenliga Glarus, Spielhof 14A,  
Glarus

## Daten

Dienstag, 5./12./26. November und  
10./17. Dezember 2024  
18.00 - 20.00 Uhr

## Kosten

5 Lektionen à 2 Stunden  
CHF 250.00

Haben wir Ihr Interesse geweckt?  
Wir freuen uns über Ihre Anmeldung.

## Informationen und Anmeldung

**LUNGENLIGA GLARUS**

Spielhof 14A

8750 Glarus

Tel. 055 640 50 15

info@llgl.ch

www.lungenliga-gl.ch

Spendenkonto CH72 0900 0000 8732 7229 3



**LUNGENLIGA GLARUS**