

Røgfri fremtid

✦ Stærkere sammen. Investér seks måneder af dit liv og bliv røgfri for altid!



**Gentofte
Kommune**

Vil du være 100 procent røgfri?

Så deltag i en rygestop-gruppe, hvor I støtter hinanden i ønsket om, at I ALLE kommer i mål.

De første to måneder (otte mødegange) mødes du med rygestopkonsulenterne, og herefter mødes du i rygestopgruppen i fire måneder, tre gange om måneden.

Derudover vil der også være 'Fastholdelsescafé' med rygestopkonsulenterne.

I gruppen vil der være opbakning fra ligestillede.

Forløbet

1. Røgfri fremtid:

Otte mødegange
Start torsdag 11. august 2022
til og med 29. september
2022
kl. 16.00-18.00
på Tranehaven
Schioldannsvej 31
2920 Charlottenlund

2. Rygestopgruppe:

Start 6. oktober 2022 til og
med 26. januar 2023
kl. 16.00-17.30 i
Byens Hus
Hellerupvej 24, 1. sal
Lokale: 'Hyrdinden'
2900 Hellerup

3. 'Fastholdelsescafé':

3.11, 1.12.2022 og 5.01.2023
kl. 16.00-17.30
på Tranehaven.

4. Sidste gang:

Torsdag 2. februar 2023 kl.

16.00-17.30 på

Tranehaven, hvor vi fejrer

'Fælles rygestop for alle!'



**Holdstart
11. august
2022**

Sådan tilmelder du dig

Send en mail til:

Forebyggelsesafd.th@gentofte.dk med:

- Overskriften:
Rygestop tilbud
- Navn
- Telefonnummer

Eller kontakt en af
rygestopkonsulenterne:

Rikke M. Baun

Mobil 40 12 92 72

rmb@gentofte.dk

Anemone Sommer

Mobil 24 67 15 18

asls@gentofte.dk

Rehabiliteringsområdet Afdeling for Forebyggelse

Schioldannsvej 31

2920 Charlottenlund

forebyggelsesafd.th@gentofte.dk

Tranehaven.gentofte.dk

