
PRESSEMITTEILUNG

Neue Selbsthilfegruppe Rauchfrei leben

Die Selbsthilfegruppe „Rauchfrei leben“ lädt ein zu einem ersten Gründungstreffen am

**Freitag, 08.10.2021 von 17.00-19.00 Uhr in die Selbsthilfe-Kontaktstelle,
Bahnhofstr. 4, 59065 Hamm, 1. Etage.**

Es ist nicht leicht, das Rauchen aufzugeben. Ein ehemaliger Raucher hat es jetzt geschafft. Zunächst hat er das Rauchen alleine reduziert und mit einem Raucherentwöhnungskurs hat er ganz mit dem Rauchen aufgehört.

Aber die Sucht ist noch nicht ganz weg und ab und zu meldet sich das Verlangen nach einer Zigarette. „Dann meldet sich das kleine Teufelchen und ich weiß nicht, wie ich dem Verlangen auf Dauer widerstehen kann“ erzählt der Ex-Raucher.

Deshalb sucht er in Hamm Männer und Frauen, die wie er mit dem Rauchen aufgehört haben und das auch dauerhaft durchhalten wollen. Das Motto der Gruppe lautet: Rauchfrei bleiben - gemeinsam ist es einfacher!

Für den 15.10. und 22.10.21 sind weitere Treffen geplant.

Alle Teilnehmer müssen nachweisen, dass sie genesen, geimpft oder getestet sind.

Interessierte können sich bei Monika Dirks, Der Paritätische Selbsthilfe-Kontaktstelle Hamm, Tel.: 02381 12028, E-Mail: selbsthilfe-hamm@paritaet-nrw.org melden.