

# Bliv røgfri i naturen



**Kunne du tænke dig at blive røgfri på en ny og anderledes måde, så er dette kursus noget for dig.**

**Kurset foregår i det fri, hvor vi mødes 6 gange af hver 1,5 times varighed.**

**Gode snakke, erfaringsudveksling, varm kaffe og et godt grin vil blive vægtet højt.**

**Du skal kunne gå 30min i moderat tempo for at deltage, og alt foregår ude så klæd dig på efter vejret!**

**Forløbet er gratis, og du tilbydes GRATIS NIKOTINPRODUKTER fra din stopdato og 6 uger frem!**

**Kontakt rygestopkoordinator Morten Justesen for tilmelding:  
tlf.:29 36 39 18 eller [moj@silkeborg.dk](mailto:moj@silkeborg.dk)**

**Mødested: Lunden, Vestergade 74, 8600 Silkeborg - ved den lille pavillon.**

**Næste holdstart: Torsdag d. 22. marts kl.10.00-11.30**