

## **Tarnów: „Rzuć palenie w 5 dni” - bezpłatny kurs odwykowy**



### **Zrealizuj swoje noworoczne postanowienia dla zdrowia.**

Tarnowska filia Chrześcijańskiej Służby Charytatywnej (ChSCh) Oddział Małopolski zaprasza na bezpłatny kurs odwykowy dla osób pragnących zerwać z paleniem papierosów.

Jak wskazują statystyki, palenie zabija rocznie około 7 mln ludzi na świecie i 60 tysięcy w Polsce. Najważniejsze powikłania i choroby związane z paleniem tytoniu to między innymi rak płuc czy choroba niedokrwienna serca.

„Program będzie prowadzony według metody opracowanej i stosowanej od wielu lat w USA. Dzięki niej tysiące osób na całym świecie zerwało z uzależnieniem” – mówi Andrzej Wierzchowski, wolontariusz ChSCh i współorganizator spotkań.

#### **TERMIN:**

Początek pięciodniowego programu: 21 stycznia 2018. Cykl wykładów „W ciągu 5 dni rzucisz palenie” odbywać się będzie codziennie od 21 do 25 stycznia, o godz. 17:00 w siedzibie filii ChSCh w Tarnowie, przy ul. Sokoła 11.

Organizatorzy zapraszają każdego, kto pragnie uwolnić się od nałogu, oraz wszystkich zainteresowanych programem. Wstęp wolny.

Czytaj więcej o pomocy zdrowotnej: [www.zdrowie.chsch.pl](http://www.zdrowie.chsch.pl)