**QUERES DEIXAR DE FUMAR? PROGRAMA DE DESHABITUACIÓN TABÁQUICA 18/19.**

DESTINATARIOS: Maiores de 18 anos

DURACIÓN: 7 sesións en semanas continuadas e 3 de recordo espaciadas.

PREINSCRICIÓNS: ata 22 de outubro

DESCRICIÓN:

Un ano máis o Servizo de Prevención aposta pola saúde da cidadanía a través do Programa de Deshabituación Tabáquica, coordinado polo Servizo de Prevención e dirixido pola Psicóloga da AECC de Lugo Roza Marina Zas Castro. O programa ofrece apoio terapéutico e diferentes vías de asesoramento ao longo de 7 sesións en semanas consecutivas e 3 a maiores de recordo para alcanzar e consolidar o obxectivo común: abandonar a súa adición ó tabaco.

Este logro persoal maniféstase xa no día a día dos ex-fumadores de terapias anteriores, nos que a mellora na calidade de vida, na superación persoal e no manexo emocional é unha realidade

Os interesados en recibir máis información deberán dirixirse á Coordinadora do Servizo de Prevención Beatriz Traveso, á web [www.prevenciondedrogas.es](http://www.prevenciondedrogas.es) , a través do correo electrónico [prevenciondrogas@rabade.org](mailto:prevenciondrogas@rabade.org) ou por contacto telefónico:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| * Luns * Martes * Mércores * Xoves * Venres | Concello de Outeiro de Rei  Concello de Friol  Concello de Begonte  Concello de Castro de Rei  Concello de Rábade | 982.393.281  982.375.001  982.396.012  982.314.034  982.390.062 |

**\*O lugar, horario e número de grupos de cada actividade fixarase en función das inscricións recibidas en cada concello da agrupación.**