

Datum: 16.12.25 19:06 (GMT+01:00)

An: Anne <anne.nacke@nhp-nacke.de>

Betreff: Re: Erstes Update nach 14 Tage rauchfrei

Hallo Frau Nacke,

heute bin ich seit 3 Monate rauchfrei. Am 16.09. war ich bei Ihnen und hab die Mesotherapie gemacht.

Das Verlangen nach einer Zigarette habe ich hin und wieder immer noch, aber genauso schnell geht der Gedanke auch wieder weg, wie er gekommen ist.

Ich hätte wirklich niemals damit gerechnet, dass mir das Nichtrauchen so leicht fällt. Aus meinem Freundeskreis(alle Raucher) bekomme ich großen Lob, weil niemand damit gerechnet hat, dass ich das so durchziehe. Meine Eltern sind auch stolz auf mich, da ich der einzige Raucher in der Familie war.

Nur meine Verlobte möchte noch weiter hin zum Glimmstengel greifen.

Mit freundlichen Grüßen

Christian xxxxxx