

Betreff: Re: Danke, bin immer noch rauchfrei!!!!
Am 10.09.2024 14:14 schrieb FS <friedhelm.s.....>:

Hallo Anne,
es wird von Tag zu Tag leichter und ich bin sicher ich werde es jetzt auch
dauerhaft schaffen-:)

Das mit dem Gewicht hat nicht so gut geklappt (habe 5 kg zugenommen) kämpfe aber mit
mehr Sport und Ernährungsumstellung dagegen an.....

Vielen Dank nochmal für Deine Hilfe und alles Gute für Euch!!!!

Liebe Grüße aus Herzebrock-Clarholz