

## **Online trainingen voor mensen die leven met kanker en die willen minderen/stoppen met roken of alcoholgebruik**

Het Trimbos-instituut heeft in samenwerking met deskundigen en (voormalig) kankerpatiënten nieuwe online trainingen ontwikkeld. Deze online trainingen ondersteunen mensen die kanker hebben of hebben gehad op een eenvoudige manier bij het stoppen met roken of minder alcohol drinken. MijnKoers trainingen zijn gebaseerd op de laatste wetenschappelijke inzichten en thuis te volgen. Geïnteresseerden kunnen de gratis online trainingen bekijken en zich aanmelden via de websites: [www.MijnKoersAlcohol.nl](http://www.MijnKoersAlcohol.nl) en [www.MijnKoersRoken.nl](http://www.MijnKoersRoken.nl).