

# Durch Bildung zum Erfolg



## Das Rauchfrei Kompaktprogramm

Ein Tabakentwöhnungsprogramm, das aufhörwilligen Rauchern professionelle Unterstützung dabei bietet, ein rauchfreies Leben zu beginnen.

Kurs-Nr.:	10/89 A 10/89 B	
Termin A:	ab 25.01.2010 3 Termine	jeweils 18:00—21:00 Uhr
Termin B:	ab 19.04.2010 3 Termine	
Termin C:	individuell als Inhouseseminar für Firmen	
Kursinhalt/-ziel:	Rauchern kann heute eine zeitgemäße und erfolgreiche Unterstützung angeboten werden, um erfolgreich und langfristig den Tabakkonsum zu beenden und zufrieden rauchfrei zu leben.	

Diese professionelle Unterstützung gewährleistet das Rauchfrei-Kompaktprogramm.

Das Kursangebot entspricht den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen und zählt als verhaltenstherapeutische Kombinationsprogramm mit wirksamen Methoden auf nachhaltige Erfolge.

Auf der Basis von über 30 Jahren wissenschaftlicher Arbeit und Erfahrung mit Tabakentwöhnungsprogrammen wurde das Rauchfrei-Kompaktprogramm von Wissenschaftlern und Praktikern entwickelt und überprüft.

Die Inhalte des Programms sind evidenzbasiert, d. h. die eingesetzten Methoden haben sich in klinischen Studien als wirksam erwiesen.

Sie entsprechen somit den Leitlinien der wissenschaftlichen Fachgesellschaften und Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation (WHO Europe) zur Behandlung der Tabakabhängigkeit.

Das **Kompaktprogramm** umfasst 3 Kurstermine à 180 min und zwei Telefontermine.

Es kann somit in einem Zeitraum von 3 Wochen (3 Kurstermine innerhalb von 14 Tagen, Gesamtkurs mit Telefonterminen innerhalb von 21 Tagen) durchgeführt werden.



# Durch Bildung zum Erfolg



Im Folgenden ist beispielhaft ein Kursverlauf dargestellt

1. Kurstermin / Montag Dauer: 180 Min.
2. Kurstermin / Montag Dauer: 180 Min.  
Incl. Rauchstopp
1. Telefontermin / 3 Tage nach dem Rauchstopp  
Dauer pro Teilnehmer: 10 Min.
3. Kurstermin / Montag Dauer: 180 Min.
2. Telefontermin / Montag  
Dauer pro Teilnehmer: 10 Min

Kursleitung:	Angela Prattke, anerkannte Nikotintherapeutin
Information:	Angela Prattke Durchwahl: 05241 70823-70 Zentrale: 05241 70823-0 E-Mail: <a href="mailto:prattke@zab-gesundheitsberufe.de">prattke@zab-gesundheitsberufe.de</a>
Teilnehmerzahl:	Max. 12 Teilnehmer/-innen
Kosten:	135,00 € incl. Seminarunterlagen

**Die Krankenkassen unterstützen diese Kurse finanziell.**

**Für Versicherte der BKK-Westfalen-Lippe ist der Kurs kostenfrei.**

**Andere Krankenkassen beteiligen sich finanziell  
in unterschiedlicher Höhe.**

Veranstaltungsort:	ZAB GmbH, Haus 21, Hermann-Simon-Str. 7, 33334 Gütersloh bei Inhouseseminaren der jeweilige Firmensitz
Anmeldeschluss:	jeweils 1 Woche vor Kursbeginn

