

Durch Bildung zum Erfolg



Das Rauchfrei Programm

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

Kurs-Nr.:	10/90 A—D
Termin A:	ab 20.01.2010 8 Termine 08:00-09:30 Uhr oder 19:30-21:00 Uhr
Termin B:	ab 14.04.2010 8 Termine 08:00-09:30 Uhr oder 19:30-21:00 Uhr
Termin C:	ab 08.09.2010 8 Termine 08:00-09:30 Uhr oder 19:30-21:00 Uhr
Termin D:	ab 03.11.2010 8 Termine 08:00-09:30 Uhr oder 19:30-21:00 Uhr
Kursinhalt/-ziel:	<p>Ein Gruppenprogramm, dass im Auftrag der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) auf der Grundlage aktueller Untersuchungen entwickelt wurde.</p> <p>Das Programm bietet ein auf die individuelle Situation der Raucher/-innen bezogenes Vorgehen.</p> <p>In den ersten vier Kurstunden wird der Teilnehmer intensiv auf den Rauchstopp vorbereitet.</p> <p>Drei weitere Kursstunden sowie eine dazwischen stattfindende intensive und individuell zugeschnittene telefonische Unterstützung dienen dazu, das rauchfreie Verhalten zu stabilisieren.</p>
Kursleitung:	Angela Prattke, anerkannte Nikotintherapeutin
Information:	Angela Prattke Durchwahl: 05241 70823-70 Zentrale: 05241 70823-0 E-Mail: prattke@zab-gesundheitsberufe.de
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
Anmeldeschluss:	jeweils 1 Woche vor Kursbeginn

