

ONLINEKURS



Rauchfrei....

Ja, das schaffe ich und bleibe es auch.

Wir unterstützen Sie gern!

Die individuelle Vorbereitung in den ersten 4 Gruppensitzungen erhöht die Wahrscheinlichkeit um ein Vielfaches, dass Ihr Rauchstopp gelingt. In weiteren 3 Sitzungen und 2 Telefonsprechstunden, steht die Aufrechterhaltung Ihres rauchfreien Lebens im Vordergrund. Hierbei ist Platz für den Erfahrungsaustausch mit der Gruppe und Gespräche über die Bewältigung von Rückfallrisikosituationen.

Infoveranstaltung: 13.04.2021, 17:30 - 18:15 Uhr
unverbindlich und kostenlos

Kursbeginn: 20.04.2021, 17:30 Uhr

Sitzungsdauer: 90 Minuten

Kursdauer: 7 Sitzungen + 2 Telefonsprechstunden

Kosten für das Teilnehmerhandbuch: 180,- Euro inkl. Teilnehmerhandbuch
Krankenkassen übernehmen die Kursgebühr anteilig. Bitte wenden Sie sich an ihre Krankenkasse.

Ansprechpartnerin: Verena Freynik
Sucht- und Sozialtherapeutin, Rauchfrei-Trainerin (IFT)

Bitte melden Sie sich bei Interesse im Vorfeld per E-Mail oder Telefon, damit Ihnen der Zugang zur Videokonferenz ermöglicht werden kann.