

<b>Abenteuer Nichtraucher</b> <b>(Handlungsfeld Raucherentwöhnung)</b>	
Beginn	Nach Absprache Nach Erreichen der Mindestteilnehmer
Dauer	8 x à 90 Minuten
Teilnehmer	Mindestens 8; maximal 12 Personen
Uhrzeit	Nach Absprache
Tag	Nach Absprache
Ort	Räumlichkeiten vor Ort
Ausstattung	Seminarbestuhlung, Flipchart
Inhalte	<p>Das Rauchen einzuschränken oder ganz und gar aufzugeben ist besonders schwer. Denn neben dem Verzicht auf die lieb gewordenen Gewohnheit, spielt auch die körperliche Abhängigkeit vom Nikotin eine wichtige Rolle.</p> <p>In diesem Kurs, der mit der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) und dem Institut für Therapieforschung (IFT) entwickelt wurde, wird aufgezeigt, wie Situationen beherrschbar werden, in denen man bisher geradezu automatisch zur Zigarette griff.</p> <p>Durch schrittweise Verhaltensänderung wird das Rauchen wieder „verlernt“, und es werden Hilfen entwickelt, um dauerhaft rauchfrei zu bleiben.</p>
Kosten	163,00 € pro Person inkl. umfangreicher Arbeitsmappe (bis zu 80% Erstattung durch die Krankenkasse gem. § 20 SGB)
Abrechnung	Jeder Teilnehmer erhält eine Rechnung, die er bei seiner zuständigen Krankenkasse zwecks Erstattung des Bezuschussungsbetrages einreichen kann
Anmeldung	Nach Absprache z.B. <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Intranet, oder</li> <li>▪ Gesundheitsbeauftragter, oder</li> <li>▪ Eingangsbereich Empfang</li> </ul>