

Pressemitteilung

Nichtraucherkurs in der Suchtberatungsstelle Gera

Sie möchten langfristig rauchfrei leben und wünschen sich professionelle Unterstützung bei der konkreten Umsetzung Ihres Vorhabens? Die Suchtberatungsstelle Gera bietet für Aufhörwillige einen Kurs an.

Am **07. Mai 2018** beginnt der neue Raucherfrei-Kurs. Der Kurs erstreckt sich über drei Wochen und wird jeweils an einem Tag pro Woche mit je 180 Minuten Dauer durchgeführt. Die Kosten betragen 100 Euro und werden zu einem Großteil von den Krankenkassen übernommen. Dafür ist es notwendig, dass sich Interessierte mit Ihrer Krankenkasse in Verbindung setzen. Die Mindestteilnehmerzahl sind acht Personen.

Termine im Überblick:

Wann: 07.05. / 14.05. und 23.05.2018 jeweils von 09:00 bis 12:00 Uhr

Wo: Suchtberatungsstelle Gera, Ludwig-Jahn Straße 3-5

Dieses Rauchfrei-Programm beinhaltet neueste wissenschaftliche Erkenntnisse und arbeitet nach verhaltenstherapeutischen Techniken. Es wurde vom Institut für Therapieforschung (IFT) in Zusammenarbeit mit der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) entwickelt. Das Programm entspricht den Anforderungen der Krankenkassen und der Gesundheitsverbände.

Die Suchtberatungsstelle Gera unterstützt Menschen bei Problemen mit Sucht, wie Alkohol, Medikamenten, Nikotin, illegalisierte Drogen, Glücksspiel, Essstörungen oder Mediensüchten.

Weitere Informationen: Annett Wetterau, Leiterin Suchtberatungsstelle Gera, Telefon 0365 - 52744