

SALZBURG RAUCHFREI Kurs

Inhalte des Rauchfrei Kurses:

In 6 Terminen werden Sie Schritt für Schritt vorbereitet und unterstützt mit dem Rauchen aufzuhören. Im Kurs werden individuelle Verhaltensmöglichkeiten erarbeitet wie Sie Rückfälle vermeiden bzw. richtig damit umgehen können. Außerdem wird über Nikotinersatzpräparate sowie die Verwendung von Medikamenten zur Unterstützung des Rauchstopps aufgeklärt.

Organisation des Kurses

6 Module mit jeweils 1,5 Stunden über einen Zeitraum von 6 Wochen. Die Module werden durch eine speziell ausgebildete Psychologin durchgeführt.

Gruppengröße: mindestens 6 bis maximal 12 TeilnehmerInnen

Termine und Ort:

5201 Seekirchen Bahnhofstraße 5 (AVOS Außenstelle)	AVOS-Salzburg Elisabethstraße 1 5020 Salzburg (ZENTRALE)	5700 Zell am See Hafnergasse 1-3 (AVOS Außenstelle)
Zeit: 19:00-20:30 Uhr	Zeit: 16:00-17:30 Uhr	Zeit: 18:30-20:00 Uhr
Mo 29.01.18	Di 30.01.18	Do 01.02.18
Mo 05.02.18	Di 06.02.18	Do 08.02.18
Mo 12.02.18	Di 13.02.18	Do 15.02.18
Mo 19.02.18	Di 20.02.18	Do 22.02.18
Mo 26.02.18	Di 27.02.18	Do 01.03.18
Mo 05.03.18	Di 06.03.18	Do 08.03.18

Anmeldung und nähere Infos:

AVOS: 0662/887588-0 oder avos@avos.at

Kurskosten: 150 Euro sind vor Kursbeginn zu bezahlen.

Kostenrückerstattung der Salzburger Gebietskrankenkasse nach Kursende:

In Höhe von	Voraussetzungen
75 Euro	Teilnahme an 4 von 6 Terminen
120 Euro	Teilnahme an 4 von 6 Terminen und
	Schwangerschaft oder Eltern eines Kindes von bis zu 3 Jahren oder Einkommen bis zur Höhe der bedarfsorientierten Mindestsicherung (Einkommensnachweis erforderlich) oder Alter bis 25 Jahre