



Rauchfrei in den Sommer

Voranmeldung erbeten an:

Lungenklinik Ballenstedt/Harz gGmbH
Frau Christiane Dieskau
Robert-Koch-Str.26/27
06493 Ballenstedt

Telefon: 039483/70 540

E-Mail: rauchfrei@lungenklinik-ballenstedt.de

Internet: www.lungenklinik-ballenstedt.de

Da pro Kurs nur 12 Teilnehmer möglich sind,
empfeht sich eine rechtzeitige Anmeldung.



Lungenklinik Ballenstedt

**Nur noch drei
Kurstermine bis zur
Rauchfreiheit!**

**Die neue
Kompaktversion**



Raucherentwöhnung

Infoveranstaltung: 30. Mai 2013

Lungenklinik Ballenstedt Harz

Liebe Noch-Raucherin!

Lieber Noch-Raucher!

Wollten Sie nicht schon lange mit dem Rauchen aufhören? Endlich kein schlechtes Gewissen mehr. Frei durchatmen, kein unangenehmer Geruch... .

Sie verschieben es aber immer wieder. Ihre Erfolgchancen erhöhen sich um ein Vielfaches, wenn Sie sich von Experten unterstützen lassen.

Am 05. Juni 2013 beginnt das nächste

Raucherentwöhnungsseminar in der Lungenklinik Ballenstedt!

Das Programm vereint neueste Konzepte der Motivationsforschung und Verhaltenstherapie. Der Kurs findet in einer Gruppe von maximal 12 Personen statt.

Informationsveranstaltung:

Wann: 30. Mai 2013, 18.00 Uhr

**Wo: Lungenklinik Ballenstedt
Beratungsraum**

Kursleiterin

Frau **Christiane Dieskau**

Kinderkrankenschwester/ Sozialarbeiterin,
zertifizierte Kursleiterin für das
„Rauchfrei-Programm“

Achtung:

veränderte Kursstruktur!

Die neue Kompaktversion des Rauchfrei-Programms findet in nur drei Kurseinheiten statt.
Dauer einer Kurseinheit nun 180 Minuten.

Vorteil:

Weniger Kurstreffen in einem kürzeren Zeitraum

Kurstermine:

05.Juni/ 19. Juni/ 26.Juni 2013

17.00 - 20.00 Uhr

sowie ein bis zwei individuelle
Telefonberatungen

Kursgebühr: 135,- €

zzgl. 25,- € für Kursmaterialien

Die Krankenkassen erstatten bis zu 80,- € nach Absolvierung, unabhängig vom Erfolg des Kurses. Bitte erkundigen Sie sich bei ihrer Krankenkasse!

Raucherentwöhnungsseminar



Ihre Vorteile:

- ⊙ Gesundheit und körperliches Wohlbefinden
- ⊙ weniger Husten und bronchitische Beschwerden, weniger Infekte, mehr Luft zum Atmen
- ⊙ kein erhöhtes Krebsrisiko mehr
- ⊙ verfeinerter Geschmacks- und Geruchssinn
- ⊙ besser durchblutete Haut
- ⊙ frischer Atem, hellere Zähne
- ⊙ frische Luft in Wohnung und Auto
- ⊙ weniger Stresssymptome
- ⊙ viel Geld gespart
- ⊙ positives und attraktives Selbstbild
- ⊙ Kinder haben ein rauchfreies Zuhause
- ⊙ keine Abhängigkeit mehr