ANMELDUNG

Hiermit melde ich mich verbindlich für den Tabakentwöhnungskurs "Nichtrauchen! Erfolgreich aussteigen in sechs Schritten" an.

Die Teilnahme des Kurses ist nur bei vorheriger Entrichtung der Kursgebühren möglich. Die Kosten zahle ich:

□ per Banküberweisung

 \square in bar

BANKDATEN DES CARITASVERBANDES:

Caritasverband für die Stadt Recklinghausen e.V.

DKM Darlehnskasse Münster DE35 4006 0265 0004 0141 00

GENODEM1DKM

Verwendungszweck: Raucherentwöhnung

Name

Straße

PLZ/Ort

Telefon

Datum

Unterschrift

CARITASVERBAND FÜR DIE STADT RECKLINGHAUSEN E.V.

Mühlenstraße 27 45659 Recklinghausen

02361 5890-0

info@caritas-recklinghausen.de

www.caritas-recklinghausen.de



DAS ANGEBOT

Unser Angebot richtet sich an Menschen, die mit dem Rauchen aufhören wollen – für ein zufriedenes, rauchfreies Leben mithilfe professioneller Unterstützung.

1. INFORMATIONSGESPRÄCH

Vor Beginn des Kurses ist ein individuelles Informationsgespräch geplant. Bitte vereinbaren Sie hierzu telefonisch einen Termin.

2. GRUPPENANGEBOT

Das Gruppenangebot wird in sechs Sitzungen á 90-120 Minuten mit bis zu zwölf Teilnehmer/innen durchgeführt.

3. RAUCHSTOPP

Sie lernen die Grundlagen ihrer Tabakabhängigkeit kennen und bereiten ihren Rauchstopp systematisch vor. Es werden bewährte verhaltenstherapeutische Strategien vermittelt, um das Nichtrauchen zu stabilisieren und rückfallkritische Situation zu bewältigen.

4. MEDIKAMENTÖSE UNTERSTÜTZUNG

Begleitend wird in der Regel individuell angepasste medikamentöse Unterstützung empfohlen.

TERMINE & KURSKOSTEN

Die aktuellen Termine & Kosten entnehmen Sie bitte unserer Website. Das Programm ist von den Krankenkassen anerkannt und von diesen bezuschusst. Wie hoch Ihr individueller Kostenbeitrag sein wird, erfahren Sie bei Ihrer Krankenkasse.

KONTAKT

CARITASVERBAND FÜR DIE STADT RECKLINGHAUSEN E.V.

ALEXANDRA REMUS

Dipl.- Sozialarbeiterin, Suchttherapeutin

02361 5890-370

a.remus@caritas-recklinghausen.de



HAUS DER CARITAS

Mühlenstraße 27, 45659 Recklinghausen Sie erreichen uns mit der Buslinie 239, Haltestelle Prosper-Hospital.