

Pressemitteilung

11. Februar 2010

Seminar zur Raucherentwöhnung

Am Samstag, 27. Februar, gilt das Ziel „Nichtraucher in fünf Stunden“. Zu diesem Seminar lädt die BERGISCHE Krankenkasse alle Interessenten in ihr Kundenzentrum an der Schloßbleiche 22 ein. Zeit: 13:45 bis 19:30 Uhr.

Wuppertal. Medikamente, Nikotinpflaster, Hypnose – diese Hilfsmittel braucht es nicht beim Kurs „Nichtraucher in fünf Stunden. Seine Inhalte basieren vielmehr auf der sogenannten Schlusspunkt-Methode und haben einen kognitiv-verhaltenstherapeutischen Schwerpunkt. In fünf Mal 45 Minuten erfährt der Raucher Wissenswertes zu Suchtverhalten, Auswirkungen des Rauchens auf die Gesundheit, Nikotinabhängigkeit, Zigarettenmarketing und individueller Motivation. Ziel: dem Glimmstängel aus eigenem Willen dauerhaft zu entsagen.

Kostenzuschuss und Geld-zurück-Garantie

Wer sich zu dem Kurs anmeldet, geht kein Risiko ein. Laut Analysen der Deutschen Sporthochschule Köln und der Berliner Charité beträgt die Erfolgsquote nach zwölf Monaten zwischen 50 und 60 Prozent. Stellt sich der erwartete Triumph nicht ein, werden kostenfreie, intensive Aufbau-Seminare angeboten. Führen die ebenfalls nicht zum Ziel, gibt es die kompletten Kursgebühren zurück (199 Euro). Gesetzlich Versicherte bekommen einen Zuschuss von ihrer Krankenkasse – bei der BERGISCHEN etwa sind das 150 Euro pro Jahr.

Anmeldung bis zum 12. Februar

Organisatoren des Kurses „Nichtraucher in fünf Stunden“ in Wuppertal sind die BERGISCHE sowie Pigdog Consulting. Weitere Informationen und Anmeldungen – bis Freitag, 12. Februar – unter der Telefonnummer 0212 2262-140.

Für Rückfragen der Redaktion:

DIE BERGISCHE Krankenkasse
Silvia Kramarz
Schloßbleiche 22
42103 Wuppertal

Tel.: 0202 747479-8
Fax: 0212 2262-5058
Mobil: 0212 2262 5058
E-Mail: silvia.kramarz@die-bergische-kk.de

Zeichenzahl: 1.367 (ohne Leerzeichen)

**Zur Veröffentlichung freigegeben bis einschließlich
27. Februar 2010**