

Pressemitteilung

14. Oktober 2010

Seminar: Persönlicher Weg zum Nichtraucher

Zusammen mit der Bergischen Diakonie Aprath bietet die BERGISCHE ein zweimonatiges „Rauchfrei-Programm“ an. Beginn ist am 26. Oktober.

Wuppertal/Wülfrath. Wer mit dem Rauchen aufhören möchte, bekommt mit dem „**Rauchfrei Programm**“ individuelle Unterstützung. Die Entwöhnung umfasst eine erste Analyse der persönlichen Beweggründe, den Start zum Tabak-Verzicht, aber auch die dauerhafte Umsetzung sowie – mit Blick auf Nikotinsucht – pharmakologische Betreuung. Entwickelt hat das Programm das Institut für Therapieforschung (IFT) in Zusammenarbeit mit der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).

Der Kurs dauert sechs bis acht Wochen und enthält sieben Kurs- sowie zwei Telefonstunden. **Start** ist am **Dienstag, 26. Oktober**. Weitere Termine: 2., 9., 11., 16., 23. und 30. November, immer dienstags, einmal donnerstags, jeweils **18:00 bis 19:30 Uhr**. Treffpunkt ist das **Bildungszentrum der Bergischen Diakonie Aprath**, Schiewind C, **Diakonissenweg 28 in Wülfrath**. Bis zu zwölf Teilnehmer pro Kurs sind möglich. Die Kosten betragen 150 Euro, für die Unterlagen fallen zusätzlich 21 Euro an. Die BERGISCHE übernimmt die vollen Kursgebühren – Mitglieder anderer Krankenkassen erfragen eine mögliche Erstattung bei ihren Ansprechpartnern.

Die Diakonie bittet um **Anmeldung** unter der Rufnummer 27 29-461.

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: 1.163 (ohne Leerzeichen)

**Zur Veröffentlichung freigegeben bis einschließlich
21. Oktober 2010**