



GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT

Einladung

Rauchfrei – Kompaktkurs online

Sie möchten mit dem Rauchen aufhören?

Dann lassen Sie sich durch Expert*innen hierbei unterstützen und nehmen an unserem Rauchentwöhnungskurs „Rauchfrei – Kompaktkurs online“ teil.

In drei Online-Sitzungen erhalten Sie Unterstützung in der Motivation zum Rauchstopp durch anerkannte und wissenschaftlich bewährte Methoden. Gemeinsam in der Gruppe erfolgt eine gute Planung und Vorbereitung des Rauchstopps und der Tabakreduktion.

Die erfahrene Rauchfrei-Kursleitung gibt zudem wertvolle Tipps und Tricks, wie man seine Gewohnheiten und sein Verhalten langfristig ändern kann, damit es endlich mit dem Aufhören klappt.

Sie sind interessiert und möchten mehr zum Kurs erfahren?

Dann nehmen Sie ganz ohne Anmeldung an unserer Informationsveranstaltung online via Zoom am 3. Juni 2025 von 11.15 bis 12.15 Uhr teil.

Zugangslink auf unserer Webseite: <https://lzg-rlp.de/de/rauchfrei-kompaktkurs-online.html>

Kurs-Termine | jeweils mittwochs von 10.00 bis 11.30 Uhr

11. Juni | 18. Juni | 25. Juni 2025

Ort

Online via Zoom

Zugangsdaten erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung

Weitere Informationen und Online-Anmeldung:

<https://lzg-rlp.de/de/rauchfrei-kompaktkurs-online.html>

Anmeldeschluss: 5. Juni 2025



Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.

