



## Den Grundstein legen für ein rauchfreies und gesundes Leben mit dem Tabakentwöhnungskurs:

### Das Rauchfrei-Programm:

- 7 Gruppentreffen mit max. 12 Teilnehmern
- 2 individuelle Telefonberatungen
- Optimale Vorbereitung auf den Rauchstopp
- Professionelle Unterstützung nach dem Rauchstopp
- Basierend auf neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen
- Für AOK-Versicherte – bis auf Materialkosten von 23,- € – kostenfrei
- Bezuschussung durch andere Krankenkassen möglich
- Informationen zum Programm unter [www.rauchfrei-programm.de](http://www.rauchfrei-programm.de)



### Nächster Kurs:

**28.01. – 25.03.2019, jeweils montags von 18 – 20 Uhr**

PSB Backnang, Albertstr. 8, 71522 Backnang, Gruppenraum (2. OG)

**Leitung:** Ute Reiser, Dipl.-Sozialpädagogin (BA), Sozialtherapeutin (GVS),  
zertifizierte Rauchfrei-Trainerin

**Information unter:** [reiser@caritas-ludwigsburg-waiblingen-enz.de](mailto:reiser@caritas-ludwigsburg-waiblingen-enz.de)

### Anmeldung unter:

AOK-Gesundheitszentrum Waiblingen

Frau Lyhr oder Frau Krammer

Schorndorfer Str. 32

71322 Waiblingen

Tel.: 07151-139-300

[Sigrid.Lyhr@bw.aok.de](mailto:Sigrid.Lyhr@bw.aok.de), [Elke.Krammer@bw.aok.de](mailto:Elke.Krammer@bw.aok.de)



**Caritas Ludwigsburg-Waiblingen-Enz**

Not sehen und handeln.

**C a r i t a s**

