

Kontakt

Bei Interesse an einem Rauchfrei - Kurs in Ihrem Unternehmen kontaktieren Sie mich bitte. Ich beantworte gerne Ihre Fragen und wir erarbeiten gemeinsam das für Sie passende Kurskonzept..

Anfragen unter

Tel.: 08465 / 173 3919

mail@gn-psychotherapie.de

www.gn-psychotherapie.de

Rauchfrei-Kurse

Neben meiner Tätigkeit als psychologischer Psychotherapeut biete ich als zertifizierter Kursleiter Raucherentwöhnungskurse für Unternehmen an.

Die Kurse richten sich nach dem *Rauchfrei - Programm* des Instituts für Therapieforschung (IFT).

Webadresse des Rauchfrei - Programms:
<https://www.rauchfrei-programm.de>

Die Kurse werden in Gruppen mit bis zu 12 Teilnehmerinnen und Teilnehmern durchgeführt. Dies ermöglicht ein individuelles Einbeziehen jedes Teilnehmers.

Es sind drei Formen möglich:

- ❖ Basisprogramm
- ❖ Kompaktpogramm
- ❖ Tageskurs

Entwickelt vom IFT Institut für Therapieforschung in Zusammenarbeit mit der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).



Dipl.-Psych. Dr. Günter Neumann

Psychologischer Psychotherapeut
Klinischer Neuropsychologe (GNP)

Fachkunde in Verhaltenstherapie und
Neuropsychologie



Rauchfrei-Kurse für Unternehmen

Arztregister KV Bayern / Oberbayern
LANR 0132994



„Mit dem Rauchen aufzuhören, ist die einfachste Sache der Welt. Ich habe es schon 100mal ausprobiert!“

Marc Twain (1835-1910)

Dr. Günter Neumann
 Praxis für Verhaltenstherapie &
 Neuropsychologie
 BSNR 646965200

Konrad-Regler-Straße 1
 85110 Kipfenberg

Tel.: 08465 / 173 3919
 Fax: 08465 / 173 5248

mail@gn-psychotherapie.de
 www.gn-psychotherapie.de

DAS RAUCHFREI PROGRAMM

Bei dem *Rauchfrei Programm* handelt es sich um ein modernes Tabakentwöhnungsprogramm. Es wurde nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen und unter Einbezug neuester therapeutischer Techniken erarbeitet und wird kontinuierlich weiterentwickelt. Verantwortlich für die Entwicklung sind das Institut für Therapieforschung (IFT) in Zusammenarbeit mit der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). Das Programm entspricht den Anforderungen der Krankenkassen und der Gesundheitsverbände. Es bietet in Kursen eine langfristige und erfolgreiche Unterstützung auf dem Weg in ein rauchfreies Leben.

Aufbau des Rauchfrei Programms - drei Varianten

	BASIS (8 Wochen)	KOMPAKT (3 Wochen)	TAGESKURS	THEMEN
Vorbereitung	Infoveranstaltung	1. Gruppentreffen	Vormittag	Informationen zum Rauchen und rauchfreien Leben Ambivalenz des Rauchers Denkfehler und Alternativen Der Rauchstopp
	1. Gruppentreffen			
	2. Gruppentreffen	2. Gruppentreffen		
	3. Gruppentreffen			
Stabilisierung	1. Telefontermin	1. Telefontermin	Nachmittag	Individuelle Beratung Umgang mit Risiken Identität als rauchfreie Person Zukunftsplanung
	4. Gruppentreffen	3. Gruppentreffen		
	5. Gruppentreffen			
	6. Gruppentreffen			
	2. Telefontermin	2. Telefontermin	Individuelle Nachbesprechung	Individuelle Beratung