

12. Dezember 2023 | JJ e.V. - Zentrum für Jugendberatung und Suchthilfe für den Hochtaunuskreis

Ohne Zigaretten das neue Jahr 2024 beginnen!

Sie wollen endlich mit dem Rauchen aufhören? Haben es vielleicht schon alleine probiert?
Eine Zukunft ohne Rauch mit mehr Freiheit und Lebensqualität können Sie jetzt beginnen.



Am **Montag, den 08.01.2024, von 18:00 – 19:30 Uhr**, starten wir mit einer **kostenfreien Einführungsveranstaltung** in unserer Beratungsstelle in der Louisenstraße 9, in Bad Homburg.

Wir stellen **Das Rauchfrei Programm** vor, ein modernes Tabakentwöhnungsprogramm für Erwachsene. Es wurde vom Institut für Therapieforchung (IFT-Gesundheitsförderung) in Zusammenarbeit mit der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) entwickelt, wird von anerkannten Fachkräften durchgeführt und bietet eine seriöse, erfolgreiche Unterstützung auf dem Weg in ein rauchfreies Leben.

Das Zentrum für Jugendberatung und Suchthilfe bietet das Rauchfrei Programm in einer kleinen Gruppe an und wird von Frau Sabine Langner (Dipl.Pädagogin) geleitet. Die **Kursgebühren** betragen inklusive Arbeitsmaterial **150,00 pro Person**. Der Kurs ist bei den **gesetzlichen Krankenkassen als Präventionsmaßnahme anerkannt** und kann nach Beendigung bezuschusst werden. Der Kurs umfasst eine Einführungsveranstaltung, drei Kompakteinheiten sowie zwei telefonische Einzelberatungen.

Start: Einführungsveranstaltung 08.01.2024 von 18:00 -19:30 Uhr

Die darauffolgenden Kurstermine sind:

Jeweils Samstag 20.01.24, 27.01.24 und 03.02.24 von 10.00-13.00 Uhr

Zwei Telefontermine nach Absprache

Fragen und Anmeldungen richten Sie bitte an das

Zentrum für Jugendberatung und Suchthilfe für den Hochtaunuskreis

Louisenstraße 9

61348 Bad Homburg

Fon 06172 6008 -0

E-Mail zshtk@jj-ev.de