

WER WIR SIND

Wir, der Gesunde Schwalm-Eder-Kreis+, sind Ihr regionaler Kümmerer vor Ort. Unser Ziel ist ein abgestimmtes Gesundheits- und Versorgungsmanagement und der Aufbau neuer innovativer Angebote. Dabei setzen wir auf Prävention, Gesundheitsförderung, Kooperationen und digitale Unterstützung.

Wir beraten Sie ganz individuell zur Förderung, Erhaltung und Wiederherstellung Ihrer Gesundheit.

Auch über das Rauchfrei-Programm hinaus unterstützen wir Sie mit verschiedenen attraktiven Gesundheits- und Präventionsangeboten, aktiv zu sein und zu bleiben. Wir beraten Sie rund um das Thema Gesundheit und begleiten Sie auch in Zeiten, in denen es Ihnen oder Ihren Angehörigen gesundheitlich nicht gut geht.



Gesunder Schwalm-Eder-Kreis+ GmbH
Sandstraße 9
34212 Melsungen

Telefon: 05661/9050290
www.gesunder-sek-plus.de

Kurs-Leitung:
Harald Nolte

Rauchfrei Werra-Meißner
www.rauchfrei-werra-meissner.de

Telefon: 015773550692
E-Mail: kontakt@rauchfrei-werra-meissner.de



RAUCHFREI IN 6 STUNDEN

Kurs zum Weltnichtrauchertag



In Kooperation mit:



RAUCHFREI IN 6 STUNDEN

Geht das? Geht das mit rechten Dingen zu?

Absolut.

In dem Kurs treffen sich Gleichgesinnte, die mit ähnlichen Schwierigkeiten zu kämpfen haben.

Die Erfolge der anderen spornen an, Probleme können in der Gruppe besprochen und gemeinsam gelöst werden.

Unser Gruppenangebot hat eine verhaltenstherapeutische Grundlage.

Elemente, die sich aus diesem Ansatz ableiten, sind beispielsweise Selbstbeobachtung, die Analyse des Rauchverhaltens oder das Erlernen von Alternativen zum Rauchen.

NÄCHSTER TAGESKURS

Weltnichtrauchertag

Samstag, 31.05.2025

9.30 bis 15.30 Uhr

Gesunder Schwalm-Kreis-Kreis+
Sandstr. 9
34212 Melsungen

DAS SAGEN TEILNEHMER:INNEN



Mein Rauchfreikurs war die Initialzündung, endlich mit dem Rauchen aufzuhören. Der Austausch in und mit der Gruppe hat vieles einfacher gemacht. Man ist einfach nicht allein mit seinen Problemen und Schwierigkeiten. Nach jetzt neun Monaten Rauchfreiheit ist das Schönste, nicht mehr ständig an das Rauchen denken zu müssen. Es ist einfach vorbei.

Mario Zinngrebe

WAS KOSTET DER KURS?

Die Investition in Ihre Gesundheit beträgt 240 Euro. Für Mitglieder von Gesunder Schwalm-Eder-Kreis+ ist die Teilnahme vergünstigt und kostet 200 Euro.

Der Kurs ist von der Zentralen Prüfstelle Prävention zertifiziert. Krankenkassen erstatten nach Vorlage einer Teilnahmebescheinigung bis zu 80 Prozent der Kosten.

TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Ihre Kurs-Anmeldung ist verbindlich. Sie erhalten eine Benachrichtigung, ob Sie einen Platz im Kurs erhalten haben oder auf die Warteliste aufgenommen wurden.

Bei Überbuchungen informieren wir Sie bei einem freiwerdenden Platz ggf. kurzfristig über eine mögliche Teilnahme. Ungefähr eine Woche vor Veranstaltungsbeginn erhalten Sie eine Mail mit ausführlichen Informationen.

Die Zahlung ist bis 7 Tage nach Ende der Rechnungsstellung fällig oder in bar am Kurstag. Abmeldungen können bis spätestens eine Woche vor Kursbeginn kostenfrei erfolgen.

Nach Verstreichen der Abmeldefrist ist keine kostenfreie Stornierung Ihrer Teilnahme mehr möglich. Es werden dann 40 Prozent der Kursgebühr fällig. Wenn Sie am nächstmöglichen Kurs von Rauchfrei Werra-Meißner innerhalb eines halben Jahres teilnehmen, werden Ihnen nur die verbleibenden 60 Prozent berechnet.

Anmeldung

Telefon: 0176/704 17 53 E-Mail:
t.conradi@gesunder-sek-plus.de