

„Kick den Tschick“

Mehr Luft zum Leben – Endlich rauchfrei!

Sie werden in einer Gruppe von der speziell ausgebildeten Psychologin Mag.^a Dr.ⁱⁿ Simone Gadocha-Gangl Schritt für Schritt auf den Rauchausstieg vorbereitet und in speziellen Verhaltensstrategien, der Bewältigung von Rauchverlangen, Entspannungstechniken, Vermeidung von Rückfällen etc. geschult.



Musikraum Mittelschule (seitlicher Eingang)
Ebner-Eschenbachstraße 2, 5340 St. Gilgen



6 Module à 1,5 Stunden
jeweils montags 18:00 – 19:30 Uhr
27.2./ 6.3./ 13.3./ 20.3./ 27.3./ 3.4.2023



Euro 30,-- für den gesamten Kurs
(bei Teilnahme von mind. 4 Modulen)



6-12 Personen

Anmeldung und nähere Informationen bei AVOS:

Website: <https://www.gesundessalzburg.at/avos/was-wir-tun/schulungen/rauchfreischulungen/>

Tel. 0662 88 75 88 0

E-Mail: avos@avos.at

