



**Das Gruppenprogramm der BS-biK
für alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die**

- ✔ langfristig rauchfrei leben wollen
- ✔ sich professionelle Unterstützung wünschen

Info:

**Innerhalb von 14 Tagen Rauchfrei!
Das Programmangebot gliedert sich in zwei Teile:**

- ✔ Teil 1 beschäftigt sich in zwei Sitzungen mit Stärkung und Stabilisierung der Motivation der Teilnehmerinnen und Teilnehmer sowie der Vorbereitung auf die ersten Tage des Nichtrauchens.
- ✔ Teil 2 dient der Stabilisierung und Erhaltung der Motivation für die erste Zeit als Nichtraucher.
- ✔ Zur besonderen Unterstützung wird eine Ohrakupunktur nach dem NADA-Protokoll angeboten.

Kosten: je Termin 10,- Euro (Bereitstellung von Broschüren und Fragebogen, Materialkosten Akupunktur).

Weitere Informationen und Anmeldeunterlagen erhalten Sie bei:

Johannes Abeler

**Tel: 6479 5119
Mail: bs-bik@abeler-hamburg
Web: www.bs-bik.de**