

Anmeldung

Ich melde mich für folgenden Kurs an:

Kurse 2024

- ab 5. August 2024**
6 Montagstermine, ab 10:00 Uhr
- ab 12. August 2024**
6 Montagstermine, ab 17:15 Uhr
- ab 3. September 2024**
6 Dienstagstermine, ab 17:00 Uhr
- ab 23. Oktober 2024**
6 Mittwochstermine, ab 16:30 Uhr
- ab 7. November 2024**
6 Donnerstagstermine, ab 17:30 Uhr

Kurse 2025

- ab 6. Januar 2025**
6 Montagstermine, ab 10:00 Uhr
- ab 15. Januar 2025**
6 Mittwochstermine, ab 17:15 Uhr

Sie können uns das ausgefüllte Formular im Briefumschlag zusenden oder es direkt im Klinikum beim Pförtner oder im Infocenter des Herzzentrums abgeben. Gern können Sie sich natürlich auch persönlich oder ganz einfach telefonisch, online oder per Briefpost bei uns anmelden.

Aktuelle Kurstermine, Infos und Anmeldung: go.umg.eu/rauchfrei



LungenTumorZentrum
Universität Göttingen **LTZ**
Göttingen ■ Immenhausen ■ Weende

UNIVERSITÄTSMEDIZIN GÖTTINGEN **UMG**



Kontakt

Kursleitung

Dr. Maike Johannsen
Raucherentwöhnungsambulanz
Raum 593 (Fahrstuhl B2, Ebene 3, Flur 11)
Telefon: 0551 39-67322
Fax: 0551 130 65044
E-Mail: rauchfrei@med.uni-goettingen.de
go.umg.eu/rauchfrei

Ärztliche Betreuung

Dr. Cordula Buck, Oberärztin
Klinik für Kardiologie und Pneumologie
Prof. Dr. Tobias Raupach, Oberarzt
Klinik für Kardiologie und Pneumologie

Infos | Kostenlose Beratung | Kurse

Rauchfrei - Ich schaffe es!

Neue Kurse 2024/2025
Universitätsmedizin Göttingen



Unser Angebot

Sie wollen es schaffen?

Sie erhalten spezielle Unterstützung

Mit unserem ganz auf Ihre Person zugeschnittenen Angebot bieten wir Ihnen die notwendige psychologische Unterstützung auf medizinischer Basis an. Unser Programm beruht immer auf den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen und läuft bereits seit vielen Jahren mit großem Erfolg.

Wir haben mehr Erfolg

In einem Vorgespräch empfehlen wir Ihnen die für Sie geeignete medizinische Ersatztherapie. Gleichzeitig können Sie dann möglichst stressfrei in der Gruppe Ihr Ziel verfolgen. Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass diese Kombination am erfolgreichsten ist, wenn Sie das Rauchen für immer hinter sich lassen wollen.

Festigung der Rauchfreiheit

Um den Kurserfolg zu halten, bieten wir eine Nachbetreuung an: Nach Beendigung des Kurses haben Sie weiterhin die Möglichkeit, sich einmal im Monat mit anderem Kursteilnehmenden auszutauschen und Ihre Rauchfreiheit zu stärken.

Organisation

Kursdauer und Ort

Die sechs Kurstermine finden im wöchentlichen Abstand im Göttinger Klinikum statt und dauern jeweils 90-120 Minuten.

Kosten

Der Kurs kostet 150 Euro. Im Allgemeinen erstatten die gesetzlichen Krankenkassen mindestens 75 Euro.

Sie können es schaffen!

→ Schritt 1

Melden Sie sich einfach bei uns - per Anruf, online oder per Briefpost. Wir beraten Sie kostenlos, auch wenn Sie keinen Kurs besuchen möchten.

→ Schritt 2

Wenn Sie sich entschieden haben, einen Kurs zu besuchen, laden wir Sie zu einem Vorgespräch (ca. 30 Minuten) ein.

Hier besprechen wir Ihre persönliche Rauchgeschichte und geben bereits erste Empfehlungen, damit Sie gut vorbereitet starten können.

→ Schritt 3

Anschließend folgen in wöchentlichen Abständen sechs Kursabende. In einer angeleiteten Gruppe helfen und motivieren Sie sich gegenseitig.



Prof. Dr. Tobias Raupach und Dr. Maike Johannsen

Wir sind immer für Sie da.

Sollten Sie nach Ende des Kurses zusätzliche Unterstützung von uns wünschen, können Sie sich selbstverständlich gerne weiterhin an uns wenden.

Anmeldung

Name

Vorname

Straße

PLZ Ort

Telefon

E-Mail

Ort, Datum

Unterschrift

Die/der Teilnehmende erhält eine Rechnung der Universitätsmedizin über 150 Euro. Wenn die/der Teilnehmende sich für eine Nikotinersatztherapie entscheiden sollte - dies wird im Einzelnen empfohlen - sind die Ausgaben für die Präparate selbst zu tragen.*

Die Anmeldung ist verbindlich. Die Kosten sind in vollem Umfang zu tragen, auch wenn der Kurs nicht angetreten oder abgebrochen wird.

* Für UMG-Mitarbeiter*innen gilt eine besondere Regelung.