

Schön, dass Sie dabei seien wollen.  
Machen Sie den ersten Schritt  
und melden sich an unter:

### **Pneumokolleg**

Karl-Marx-Str. 80 in 12043 Berlin  
Telefon: 030/627 33 77 54

[www.pneumokolleg.de](http://www.pneumokolleg.de)  
[info@pneumokolleg.de](mailto:info@pneumokolleg.de)

### **Praxis Dr. Gebhardt**

Karl-Marx-Str. 80 in 12043 Berlin  
Telefon: 030/627 33 77 52

[www.atemwegszentrum.de](http://www.atemwegszentrum.de)  
[info@atemwegszentrum.de](mailto:info@atemwegszentrum.de)

### **Fit-in-Form Gesundheitsberatung**

Karl-Marx-Str. 80 in 12043 Berlin  
Telefon: 030/627 33 77 53

[www.fit-in-form-gesundheitsberatung.de](http://www.fit-in-form-gesundheitsberatung.de)  
[gabi.gebhardt@mac.com](mailto:gabi.gebhardt@mac.com)

**Bitte beachten Sie, dass die Anmeldung verbindlich  
und die Teilnahmegebühr zu entrichten ist**

## Termine Schnupperkurs

### **Wann haben Sie Zeit?**

**Wir bieten monatlich unseren Informationsabend an.  
Planen Sie bitte 2 Stunden ein, damit wir auch alle Ihrer  
Fragen beantworten können.**

**17.01.2011**

**14.02.2011**

**07.03.2011**

**02.05.2011**

**06.06.2011**

**04.07.2011**

**Ort: Praxis Dr. Gebhardt**

**Kursbeginn: 18 Uhr**

**Teilnahmegebühr: 10 Euro**

# **PNEUMOKOLLEG**

Gesundheit und mehr...



**RAUCHFREI!**

**SCHNUPPERKURS**

### **Pneumokolleg**

Karl-Marx-Str. 80 in 12043 Berlin  
Telefon: 030/627 33 77 54    [www.pneumokolleg.de](http://www.pneumokolleg.de)



## **Es gibt auch andere Wege zum Ziel**

Machen Sie mit uns den ersten Schritt  
in ein **rauchfreies Leben!**

**Wir bieten Ihnen einen Informationskurs zum Thema Nicotinentwöhnung an. Einen sogenannten „Schnupperkurs“. Wir informieren Sie wie leicht Sie in ein rauchfreies Leben gehen können. Lernen Sie das Programm kennen und lassen Sie sich überzeugen.**

### **Sie sind genau richtig bei uns:**

- wenn Sie Ihre grauen Gardinen und vergilbten Wände leid sind
- wenn Sie finden, dass Rauchen stinkt
- wenn Sie aufhören wollen, aber nicht wissen, wie es am Besten geht
- wenn Sie gut geschulte Begleitung wünschen

**Sagen Sie JA zu einem rauchfreien Leben und melden Sie sich an.**

**Wir freuen uns auf Sie!**



Das Rauchfrei Programm ist ein vollkommen neu entwickeltes Programm, das mit seinen Inhalten und Zielen den Anforderungen einer modernen Tabakentwöhnung entspricht. Es wurde auf Grundlage langjähriger Erfahrungen des IFT Institut für Therapieforschung in München und der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) in der Tabakentwöhnung und Tabakabhängigkeit entwickelt.

**Unsere Kurse entsprechen den Präventionsleistungen und werden daher von den Krankenkassen gefördert.**

Der Rauchfrei!-Kurs wird in kleinen Gruppen durchgeführt. So können wir individuell auf jeden Einzelnen eingehen. Sie werden sehen, Sie sind nicht alleine. Gemeinsam machen Sie den Rauchstopp und werden auch danach von uns unterstützt. Schon bald können Sie ein zufriedenes Leben ohne Zigarette führen.

**Viele haben es schon geschafft, Sie schaffen es auch!**

Noch viele Fragen?

**Nutzen Sie unsere Informationsveranstaltung, lassen Sie sich überzeugen!**

# **PneumoKolleg**

**Gesundheit und mehr...**

## **Vorsorge- und Service-Medizin**

unsere Informationsangebote rund um Ihre Gesundheit:

**Schnupperkurs Ernährung**

**Schnupperkurs Entspannung**

**Schnupperkurs Gesundheitsförderung**

Lernen Sie uns und unsere Arbeit kennen. Nutzen Sie die Informationsveranstaltungen. Damit Sie nicht gleich ins kalte Wasser springen müssen.

Wir beraten Sie gerne und wählen individuell das beste Programm für Sie aus.

## **Tun Sie etwas für sich und Ihre Gesundheit.**

Nutzen Sie die individuellen Gesundheitsleistungen, die wir als erweiterndes Angebot im Rahmen der normalen Kassenleistungen anbieten.

Wir beraten Sie gerne und freuen uns auf Sie!

Ihr Team

Dr. Rainer Gebhardt

Beate Pritz

Gabriela Gebhardt