

Nikotinlos Glücklich Online



**Der bewährte Rauchfrei-Kurs
digital, kostenfrei und freiwillig**

**Als Kund:in eines teilnehmenden
Jobcenters oder einer teilnehmenden
Agentur für Arbeit können Sie
kostenfrei teilnehmen!**

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.

Inhalte:

- Positive und negative Aspekte des Rauchens
- Rauchfrei werden und ein rauchfreies Leben führen
- Denkfehler und Alternativen zum Rauchen
- Rauchstopp
- Umgang mit Risiken
- Zukunftsplanung

Termine:

11:00-12:30 Uhr
Freitags 20.11. bis 04.12.2026
und Donnerstag 10.12.
Technik: Microsoft Teams

Anmeldung:

Bitte bis zum 13.11.26 an:
aig@teamgesundheits.de
(mit Name und Anschrift,
zum Erhalt der
Kursunterlagen)

Das Angebot ist für Sie kostenfrei!



Zugang per QR Code oder hier:



<https://teams.microsoft.com/meet/31212635562879?p=207jPnhqMR3lptO3zN>

Besprechungs-ID: 312 126 355 628 79
Passcode: LS6zt6Bj

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.