

Liebe Gemeindebürgerinnen, liebe Gemeindebürger!



Gemeinde
Wiesing

GESUNDHEIT IST WOHL UNSER WICHTIGSTES GUT!

Leider wird uns das oft erst dann bewusst, wenn sie uns – egal in welcher Form – abhanden gekommen ist. Deshalb sollte man nach Möglichkeit sehr gut auf sie achten und zum Erhalt auch etwas beitragen.

ZUM BEISPIEL, WENN MAN RAUCHERIN IST – ZUM RAUCHEN AUFHÖREN!?

Und wenn es schwer fällt, gibt es dazu Hilfestellungen. So zum Beispiel durch die Gesundheits-Initiative „well & active“, die alle Bürgerinnen und Bürger, sowie Betriebe im Gemeindebezirk zum Nichtraucher-Seminar einlädt!



Bürgermeister
Alois Aschberger

WICHTIG IST: MAN MUSS ES SELBST WOLLEN!

Das Thema „rauchfrei“ ist aktueller denn je. Auch Sie werden es schaffen – Sie werden das Rauchen mit anderen Augen sehen, Ihren inneren Schweinehund überwinden und dann ganz leicht mit dem Rauchen aufhören.

GRATISAKTION

für Frauen in der Schwangerschaft, Menschen mit Gefäß- und Atemwegserkrankungen, Lehrlinge und Jugendliche bis zum 18. Lebensjahr.

SIE KÖNNEN NUR GEWINNEN: eine höhere Lebensqualität, mehr Gesundheit, mehr Energie, ein bis zu 9 Jahre längeres Leben und Sie sparen eine Menge Geld. Auch wenn Sie nicht zu dieser Zielgruppe zählen, können Sie an der Aktion teilnehmen. Das Seminar, das normalerweise € 240,- kostet, wird für nur € 99,- angeboten. Sollten Sie am Seminarende weiterrauchen wollen, erhalten Sie die Seminargebühr rückerstattet (Geld-zurück-Garantie).

INFOS & ANMELDUNG

Datum: Samstag, den 16.02.2008, Beginn 10.00 Uhr
Ort: Wirtschaftskammer Schwaz, Bahnhofstr. 11
6130 Schwaz

Anmeldung unter Tel.: 0662-6686210
oder Internet: www.oesterreich.wird-rauchfrei.at

Gutscheinnummer: **Wiesing1133** (GRATIS)

- für werdende Mütter
- Menschen mit Gefäß- und Atemwegserkrankungen (ärztliches Attest)
- Lehrlinge und Jugendliche bis zum 18. Lebensjahr (Ausweis)

Gutscheinnummer: **Wiesing** (99,00)
für alle anderen RaucherInnen

SCHWERPUNKTE DES NICHTRAUCHERSEMINARS

Ohne Hilfsmittel in fünf Stunden zum glücklichen Nichtraucher, ohne jegliche Entzugserscheinungen. Auf diesem Seminar erfahren Sie alles wichtige übers Rauchen



- Warum rauchen Sie?
- Wie beeinflusst Nikotin die Gedanken und das Verhalten?
- Wie werden Raucher manipuliert?
- Wie können Sie sich vom Rauchen befreien?
- Wie halten Sie dabei die Figur?
- Wie bleiben Sie Nichtraucher?

WELL & ACTIVE
DIE GESUNDHEITS-INITIATIVE

NICHTRAUCHER IN
5 STUNDEN

