



AZIENDA SANITARIA
USL 2 DELL'UMBRIA



COMUNE DI PACIANO



UNITÀ ANTIFUMO

L'UNITA' ANTIFUMO ASL2 organizza

A PACIANO

CORSO STOP AL FUMO

Come Funziona

Il programma dei corsi prevede **10 incontri di gruppo** condotti da un operatore specificamente formato e utilizza il metodo della riduzione graduale che si articola in **3 fasi**:

1° fase- consente la preparazione necessaria ad affrontare il momento dell'abbandono dell'abitudine al fumo, rafforzando le motivazioni che aiutano a vincere la dipendenza;

2° fase- è finalizzata alla sospensione completa del fumo, adottando un metodo di riduzione graduale delle sigarette;

3° fase- sostiene il mantenimento della scelta di non fumare anche con l'aiuto di vecchi partecipanti al corso che si scambiano esperienze e si aiutano reciprocamente.

Costo del corso: € 60,00

(la spesa di pochi pacchetti di sigarette che non si fumeranno più!)

Il corso comincerà al raggiungimento di dieci persone iscritte.

Il Calendario verrà fornito al primo incontro.

CHI E' INTERESSATO PUO' CONTATTARCI AL:

3299040717

AMILCARE BIANCARELLI

075/8477831

C/O SERT GOAT MAGIONE