



# Wohlfühlweg zum Nichtraucher

Sucht überwinden

Lebensqualität steigern

Gesundheit erhalten

Im oftmals stressigen Alltag greifen viele Menschen gerne und aus Gewohnheit zur Zigarette. Sie hilft vermeintlich dabei, sich zu beruhigen und Stress abzubauen. Doch tatsächlich birgt das Rauchen große Gesundheitsgefahren.

Als Arbeitgeber zeigen Sie mit Ihrer Unterstützung, dass Ihnen die Mitarbeiter und deren Gesundheit wichtig sind.

Durch Tabakrauch verursachte Erkrankungen nehmen im Rahmen betrieblicher Arbeitsunfähigkeitszeiten einen beachtlichen Stellenwert ein, sodass ein Engagement des Unternehmens zur Reduzierung der Raucherquote auch unter diesem Gesichtspunkt von zunehmender Bedeutung ist.

## Gesunde Mitarbeiter – gesundes Unternehmen Rauchfrei in vier Stunden

Unsere Raucherentwöhnungsseminare bieten Ihren Mitarbeitern auf einfachem Wege die Möglichkeit, langfristig mit dem Rauchen aufzuhören. Sie erfahren, aus welchen Beweggründen wir zur Zigarette greifen und wie genau das Rauchverhalten funktioniert. Erst wenn diese Zusammenhänge verstanden werden, kann es gelingen, mit dem Rauchen aufzuhören und den Zigaretten nicht nachzutruern.

Unser Angebot

- unterstützt Mitarbeiter Schritt für Schritt beim Ablegen negativer Gewohnheiten
- stärkt die Mitarbeitergesundheit
- reduziert Krankheitsrisiken und Arbeitsunfähigkeitszeiten
- erhöht die Lebensqualität

### Ihre Möglichkeiten

Um Ihnen als Arbeitgeber maßgeschneiderte Lösungen bieten zu können, setzen wir auf bedarfsgerechte Angebote. Sie können daher frei entscheiden, ob das Angebot in Präsenz, online oder hybrid umgesetzt werden soll. Das Seminar kann wahlweise unternehmensübergreifend, aber auch als unternehmensinterne Veranstaltung, exklusiv für Ihre Mitarbeiter, durchgeführt werden.

Zur Sicherung der Nachhaltigkeit bieten wir, neben dem vierstündigen Basisseminar, auch ein zweistündiges Aufbauseminar an.

IKK Südwest  
66098 Saarbrücken  
Telefon: 06 81/38 76-1000  
E-Mail: [service@ikk-sw.de](mailto:service@ikk-sw.de)  
[www.ikk-suedwest.de](http://www.ikk-suedwest.de)

Die gewählte männliche Form bezieht sich immer zugleich auf weibliche, männliche und diverse Personen. Auf eine Mehrfachbezeichnung wurde zugunsten einer besseren Lesbarkeit verzichtet.

  
IKK  
Südwest

  
JOBaktiv  
Gesund arbeiten