

Pressemitteilung

Suchtberatungsstelle in Gera: Selbsthilfegruppen und Kurse zur Raucherentwöhnung sowie MPU-Vorbereitung starten wieder

Gut vorbereitet zur Medizinisch Psychologischen Untersuchung (MPU)

Haben Sie Ihren Führerschein aufgrund einer Fahrt unter Alkohol- oder Drogeneinfluss verloren und verlangt die Führerscheinstelle einen Nachweis Ihrer zukünftigen Fahrtauglichkeit in Form einer Medizinisch Psychologischen Untersuchung (MPU)? Dann ist eine gute Vorbereitung unerlässlich. Die Suchtberatung Gera bietet Kurse für diese Thematik an. In neun Modulen sollen die Teilnehmenden befähigt werden, ihren eigenen Alkohol- oder Drogenkonsum kritisch zu reflektieren, alternative Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln und erreichte Veränderungen zu stabilisieren. Der Kurs ist kostenpflichtig.

„Rauchfrei“

Sie möchten langfristig rauchfrei leben und wünschen sich professionelle Unterstützung bei der konkreten Umsetzung Ihres Vorhabens? Möglicherweise haben Sie schon mehrfach versucht, das Rauchen komplett aufzugeben. Sie stehen mit diesem Wunsch und dieser Herausforderung nicht allein da. Jedes Jahr probiert circa ein Drittel aller Raucher mit dem Rauchen aufzuhören.

Die Suchtberatungsstelle Gera bietet für Aufhörwillige einen Kurs an. Dieses Rauchfrei-Programm beinhaltet neueste wissenschaftliche Erkenntnisse und arbeitet nach verhaltenstherapeutischen Techniken. Es wurde vom Institut für Therapieforschung (IFT) in Zusammenarbeit mit der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) entwickelt. Das Programm entspricht den Anforderungen der Krankenkassen und der Gesundheitsverbände.

Bei Interesse an einem der genannten Programme wenden Sie sich an die Suchtberatungsstelle Gera:

Ludwig-Jahn-Straße 3-5, 07545 Gera

Telefon: 0365-52744

E-Mail: suchtberatung.gera@diako-thueringen.de