



*Servizio Sanitario Nazionale  
Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia  
Azienda Sanitaria Universitaria Integrata di Udine*



Udine, 21 giugno 2017 – Il corso per smettere di fumare inizierà lunedì 26 giugno presso il Centro di Prevenzione e Trattamento del Tabagismo (CPTT) del Dipartimento delle Dipendenze dell'Azienda Sanitaria Universitaria Integrata di Udine in via Pozzuolo 330.

Il percorso di gruppo prevede dieci incontri serali dalle ore 19.30 alle ore 21.00, distribuiti su quattro settimane: la prima settimana gli incontri sono previsti tutte le sere dal lunedì al venerdì, la seconda tre sere, la terza e la quarta settimana è previsto un solo incontro.

Il Centro di Prevenzione e Trattamento del Tabagismo del Dipartimento delle Dipendenze dell'Azienda Sanitaria Universitaria Integrata di Udine offre ai fumatori un servizio specialistico per la diagnosi, cura e gestione del tabagismo e propone trattamenti personalizzati che comprendono terapie farmacologiche, sostegno psicologico individuale e/o di gruppo.

Il corso di gruppo per 'rompere con il fumo' è rivolto a chi desidera smettere di fumare ponendosi di fronte a questa scelta con una modalità che stimoli le risorse personali per assumere un ruolo attivo nella protezione e promozione della propria salute; vuole offrire la possibilità di confrontarsi per attivare un sostegno reciproco fra coloro che desiderano smettere di fumare.

E' condotto da operatori esperti mediante insegnamento di tecniche finalizzate a togliere l'abitudine al fumo di tabacco e a mantenere l'astinenza nel tempo.

I corsi di disassuefazione dal tabagismo hanno l'obiettivo di fornire ai fumatori la consapevolezza della loro situazione e la capacità di superare la dipendenza tabagica con specifici aiuti di tipo psicologico e con colloqui-riflessioni sul tema della dipendenza. Gli operatori approfondiscono i motivi che portano i

partecipanti a voler smettere, forniscono strumenti adeguati a evitare le possibili ricadute e a sostenere la persona quando questo accade mettendo in evidenza tutti i vantaggi che si acquisiscono a livello di salute legati all'astinenza dalle sigarette.

Per iscrizioni e informazioni telefonare al 0432-806649 dalle ore 9,00 alle ore 17,00 dal lunedì al venerdì, oppure visitare il sito del CPTT [www.udine3.fumo.it](http://www.udine3.fumo.it) del Dipartimento delle Dipendenze.