



Grundkursus til rygestoprådgiver

Undervisningen varetages dels af undervisere fra Kræftens Bekæmpelse og lokale undervisere.

På kurset veksles mellem oplæg og praktiske øvelser.

Kurset er en 3-dages uddannelse, der gør deltagerne i stand til at udføre individuel rygeafvænning.

Kurset sætter fokus på, hvordan den individuelle rådgivning kan tilpasses særlige behov hos den enkelte ryger med udgangspunkt i et nationalt anerkendt koncept.

Målgruppen for kurset er sundhedsfagligt personale fra kommunerne, sygehuse, almen praksis og apotekerne.

For at deltage i kurset skal man være eks-ryger eller aldrig-ryger.

TIDSPUNKT

13. – 15. november 2019
Kl. 09. – 16.00
(Morgenmad fra kl. 08.30-9:00)

STED

Aalborg Kongres &
Kulturcenter
Europaplads 4
9000 Aalborg

PRIS

Kurset koster 4.200 kr. inkl. undervisningsmappe, teoribog og forplejning.
Gratis for Regionens ansatte.
No show gebyr på 500 kr. for alle.

TILMELDING [HER](#)

TILMELDINGSFRIST

D. 6. september

ANTAL PLADSER

20 deltagere

Nærmere oplysninger:

Marianne Vendelbo Johansen
Sundhedsfremmekonsulent
E-mail: mavej@rn.dk
Tlf: 40 57 88 28

Spørgsmål til tilmelding:

Mia Nørby
Kursuskoordinator
E-mail: mia.n@rn.dk
Tlf: 20 28 72 74



Kursusprogram

HUSK: Man kan ikke være rygestoprådgiver, hvis man indimellem selv ryger. Man skal selv have været helt røg- og nikotinfri i mindst tre måneder.

Første dag går med introduktion, afhængighedens biologiske, psykologiske og sociale aspekter samt rygestopprocessen og indførelse i de grundlæggende rådgivningsmæssige færdigheder.

Anden dag handler om at træne rollen som rådgiver. Det standardiserede koncept for individuelt rygestop og den dertilhørende mappe gennemgås. Der vil være en række øvelser.

Tredje dag handler om de fysiologiske ændringer ved rygestop, og der vil være fokus på de helbredsændringer, der er ved rygning og rygestop. Derudover vil der være fokus på de farmakologiske hjælpemidler til rygestop og en erfaren rygestoprådgiver vil fortælle om individuel rygeafvænning i praksis samt demonstrere måling af kulilte i blodet.

