

# EINE NEUE FREIHEIT GEWINNEN UND GENIESSEN.

RAUCHFREI WERDEN

mit SMOKEX®



**Beate Tomas, MSc**  
Praxis für Psychotherapie

Kaiserstraße 10  
2225 Zistersdorf  
Tel: +43 (0)699 118786 67  
[www.beatetomas.at](http://www.beatetomas.at)

# AUFHÖREN UND RAUCHFREI BLEIBEN.

---

**SMOKEX®** ist ein wirksames Verfahren zur Beendigung des Rauchens. Mittels therapeutischer Hypnose und Selbsthypnose-Techniken finden Sie heraus was Sie brauchen, um **dauerhaft rauchfrei** zu bleiben.

In der Regel sind 4 – 5 Sitzungen erforderlich.

## SIND SIE BEREIT?

- ✘ Sich wirklich von der Zigarette verabschieden zu wollen?
- ✘ Lebenssituationen zu verändern mit Unterstützung von Ernährung und Bewegung?
- ✘ Entspannungsübungen in den täglichen Ablauf miteinzubeziehen?

Ihre vorhandenen Ressourcen werden mittels Hypnose mobilisiert, damit Sie auch in schwierigen Zeiten gut ohne Zigaretten leben können. **Sie lernen aufzuhören und gewinnen dabei anstatt auf etwas zu verzichten.**

Probieren Sie es aus! Vereinbaren Sie einen Termin für Ihre Raucherentwöhnung:  
Tel: +43 (0) 699 118 786 67

