

*Direzione Scientifica Edoardo Giusti*

**Equipe:**

**Dr.ssa Donatella Tridici**

Psicologa Psicoterapeuta - Coach  
Coordinatrice

**Dr.ssa Flavia Germano**

Psicologa Psicoterapeuta - Coach

**Dr. Antonio Iannazzo**

Psicologo Psicoterapeuta - Coach

**Dr. Raffaele D'Alterio**

Medico Counselor

**Dr. Roberto Pulcri**

Medico Agopuntore

**Esame Spirometrico  
e Breath Test  
gratuito  
a tutti i partecipanti**



Fumare è una dipendenza psicotossica e la nicotina è una sostanza psicoattiva morbosa. Il testo indirizzato ad operatori e a consumatori, presenta i principali modelli terapeutici per il trattamento di coloro che sono affetti da tabagismo. Sono indicati percorsi per smettere di fumare e strumenti operativi per rimanere non fumatori.

## **SMOKING BASTA DAVVERO!**

Manuale strategico operativo per interventi terapeutici per il tabagismo

*Edoardo Giusti, Donatella Tridici, 2009, Sovera, Roma.*

...spegni la sigaretta!

aggiungi alla tua vita il  
Piacere di Non Fumare!

...decidi di chiedere **aiuto**  
e avrai già cominciato  
a spegnerla!

**STOP SMOKING**  
MENTALCOACHING



**Per informazioni:**

*chiamare a:*

+ 39 329 687 4446

+39 06 54 13 513

+39 06 59 26 770

*scrivere a:*

donatella.tridici@tiscali.it

info@stop-smoking.it

*consultare il sito:*

www.stop-smoking.it

www.aspic.it

**ASPIC**



**STOP SMOKING**  
MENTALCOACHING



**Sigaretta:**  
l'arte  
di **spegnerla!**

**Percorsi** personalizzati  
individuali e di gruppo

**Corsi** di formazione  
per operatori

## Sai cosa rischi fumando?

ictus  
infarto del miocardio  
sterilità  
impotenza  
asma e bronchiti  
tumori  
aumento del colesterolo  
osteoporosi  
menopausa precoce  
aumento della pressione arteriosa  
rughe precoci...

basta sigarette  
basta alito cattivo  
basta pelle spenta  
basta abiti affumicati  
basta voce rauca  
basta tosse  
basta gesti che fanno male alla salute



**Fumare fa male!**

**Smetti di fumare!**

**Fai del bene a te stesso e a chi ti sta vicino!**

**La dipendenza dalla nicotina può essere risolta!**

**Non è obbligatorio smettere da soli!**

Lo *Stop Smoking* MentalCoaching è un metodo innovativo che offre **percorsi personalizzati, individuali** e di **gruppo**, per smettere di fumare e per mantenere nel tempo il cambiamento.

**Uno psicoterapeuta ti fa da coach e ti aiuta a conoscere meglio la tua dipendenza e a costruire il tuo cambiamento.**

Per rispondere in maniera specifica e concreta alle caratteristiche, ai bisogni, ai tempi, alle risorse di ogni fumatore sono previste diverse tipologie di interventi:

- **Valutazione integrata Psicologico – Medica**
- **Consulenze individuali**
- **Consulenze in gruppo**
- **Servizi on line**
- **Orientamento, sostegno e intervento psicoterapeutico per le situazioni più complesse**

**STOP SMOKING**  
MENTALCOACHING

Lo *Stop Smoking* MentalCoaching si basa su un **sistema teorico pluralistico integrato** che fa riferimento ad una serie di modelli (Modello della Prevenzione delle Ricadute, Psicologia Umanistica, Positiva, della Salute, Cognitivo Comportamentale, A.T, PNL, Gestalt, ecc.) e si avvale di professionisti dal background professionale integrato (psicologico, psicoterapeutico, di *coaching*, di formazione, di counseling e medico).

### **Ambiti di intervento**

**Consulenze individuali e di gruppo per fumatori:** studenti, lavoratori, sportivi, fumatori a rischio per patologie fumo-correlate.

**Prevenzione:** per scuole, aziende, palestre, centri di benessere, genitori.

**Formazione:** corsi di formazione sul tabagismo per psicologi, medici, infermieri, operatori socio-sanitari, personale aziendale, insegnanti.

*Per informazioni e prenotazioni:*

**Dr.ssa Donatella Tridici**  
Viale Leonardo da Vinci, 309 - 00145 Roma  
cell. 329 687 4446