

Medienmitteilung

Zürich, 2. November 2023

Rauchfreier Monat – Gemeinsam ist es leichter!

Die Kampagne «Rauchfreier Monat» wird diesen November erneut durchgeführt und soll Rauchenden den Einstieg in ein rauchfreies Leben erleichtern. Über 10'000 Personen haben sich dieses Jahr für den Rauchfreien Monat angemeldet. LUNGE ZÜRICH unterstützt als Partnerorganisation die Kampagne.

Dieses Jahr sind es mehr als 10'000 Rauchende, die der Sucht endgültig den Rücken kehren wollen. In den vergangenen 10 Tagen haben sich die Teilnehmenden auf den bevorstehenden Rauchstopp vorbereitet und am 1. November starteten sie gemeinsam in den Rauchfreien Monat. Der Gemeinsame Start ist wichtig, um als Gemeinschaft den Rauchfreien Monat zu meistern. Im kostenlosen 40-Tage-Programm profitieren die Teilnehmenden von zahlreichen Unterstützungsangeboten, die ihnen den Rauchstopp erleichtern sollen. Sie erhalten einen Leitfaden, professionelle Unterstützung durch Fachpersonen und können sich untereinander austauschen.

Gemeinsam gelingt der Rauchstopp besser

Persönliche Erfahrungen von zahlreichen Raucherinnen und Rauchern sowie internationale Studien zeigen: Gemeinsam gelingt es einfacher und besser, mit dem Rauchen aufzuhören. Deshalb können sich die Teilnehmenden im privaten Online-Raum austauschen und sich so gegenseitig motivieren, den Rauchstopp zu schaffen. Alle angemeldeten Personen erhalten zudem Unterstützung von Fachpersonen auf den sozialen Medien und über einen privaten Zoom-Austausch oder auch in persönlichen und kostenlosen Telefon-Beratungsgesprächen durch die Rauchstopplinie.

Elisabeth Biewald, Rauchstoppberaterin von LUNGE ZÜRICH hält die Kampagne «Rauchfreier Monat» für wichtig, denn sie sagt: «Der erste Schritt kostet Überwindung, weil es um persönliche Verhaltensmuster und körperliche Abhängigkeiten geht. Deshalb sehe ich für einen Rauchstopp in der Kombination aus Eigenmotivation, Unterstützung von Gleichgesinnten und fachlicher Beratung grosses Erfolgspotential».

Die Ziele dieser Kampagne unterliegen der Strategie des Tabakpräventionsfonds, den Tabakkonsum in der Schweiz zu reduzieren und eine wirksame und nachhaltige Tabakprävention zu stärken. Die Kampagne wird vom Impact Hub Genf-Lausanne koordiniert und vom Tabakpräventionsfonds finanziert.

LUNGE ZÜRICH: Hilft. Informiert. Wirkt.

Der Verein Lunge Zürich engagiert sich seit mehr als 100 Jahren für gesunde Lungen und hohe Lebensqualität für Lungenkranke. Er ist der Ansprechpartner für alle Fragen im Bereich Lunge, Lungengesundheit, Luft sowie Atmung und erbringt umfassende Dienstleistungen in der Beratung und Betreuung von Menschen mit Lungenkrankheiten wie COPD, Asthma, Tuberkulose oder Schlafapnoe.

Mit seinem Angebot erhält und verbessert der Verein die Lebensqualität von lungenkranken Menschen sowie deren Angehörigen und leistet einen wichtigen Beitrag zur Vermeidung, Früherkennung und Erforschung von Lungenkrankheiten sowie zur Sicherstellung von guter Luftqualität.

Der Verein Lunge Zürich ist eine Non-Profit-Organisation und tritt unter dem Namen LUNGE ZÜRICH auf. www.lunge-zuerich.ch

Programmleitung: Impact Hub Genève-Lausanne

Die Mission des Impact Hubs Genf ist es, soziale Innovation und die Entstehung neuer unternehmerischer Projekte zu fördern. In ihren Coworking Spaces und durch die Programme bringt der Impact Hub Genf Bürgerinnen und Bürger, Unternehmerinnen und Unternehmer sowie wichtige Akteure der Gesellschaft zusammen und ermutigt sie, gemeinsam an gesellschaftlichen Herausforderungen zu arbeiten.

Programmfinanzierung: Tabakpräventionsfonds

Der Rauchfreie Monat wird finanziell vom Tabakpräventionsfonds unterstützt. Der TPF finanziert Präventionsmassnahmen, die effizient und nachhaltig zur Verminderung des Tabakkonsums beitragen.

Kontakt LUNGE ZÜRICH:

Claudia Wyrsch, Leiterin Kommunikation und Marketing
Telefon 044 268 20 08, media@lunge-zuerich.ch

Kontakt Impact Hub Genève & Lausanne

Rochelle Aberer, Kampagnen-Koordinatorin Deutschschweiz,
Telefon 077 534 90 23, rochelle.aberer@impacthub.ch