

# Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention Schweiz

---

23.05.2016 - 09:41 Uhr

## Rauchstopptag: tschüss Zigarette

Bern (ots) -

Am 31. Mai ist Rauchstopptag. Tausende Raucherinnen und Raucher legen einen Tag lang die Zigarette beiseite. Viele machen anschliessend am Rauchstoppwettbewerb mit. Der Wettbewerb führt oft zum Erfolg. Nach sechs Monaten ist jede dritte Person rauchfrei.

Der Rauchstopptag ist in der Schweiz neu der Top Event des Weltags ohne Tabak vom 31. Mai. Einen Tag ohne Zigaretten fällt den meisten Raucherinnen und Rauchern leichter als vermutet. Der Rauchstopptag ist eine einmalige Gelegenheit für einen Testversuch. Wer sich zudem auf [www.rauchstopp.ch](http://www.rauchstopp.ch) einschreibt, nimmt an der Verlosung von 100 Einkaufsgutscheinen von je 25 Franken teil.

Für alle, die mehr wollen, läuft vom 1. bis 30. Juni 2016 der Rauchstoppwettbewerb. Zu gewinnen sind 20 mal 500 Franken und 80 mal 50 Franken. Dank des Wettbewerbs sind schon viele Raucherinnen und Raucher erfolgreich aus der Nikotinabhängigkeit ausgestiegen. Dies zeigen die früheren Auswertungen. Rund ein Drittel der Teilnehmerinnen und Teilnehmer ist sechs Monate nach dem Wettbewerb rauchfrei. Das ist eine hohe Erfolgsquote. Die Anmeldung zum Wettbewerb erfolgt auf [www.rauchstopp.ch](http://www.rauchstopp.ch).

Alle Fragen zum Rauchstopp beantwortet die Rauchstopplinie 0848 000 181. Wie sind vier oder mehr Wochen ohne Zigaretten auszuhalten? Wo liegen die Stolpersteine? Möglich ist auch, sich von den Beraterinnen und Beratern mit Rückrufen begleiten lassen. So können Schwierigkeiten, die unerwartet auftauchen, schnell angepackt werden. Die Rückrufe der Rauchstopplinie sind kostenlos.

Beide Rauchstoppevents werden vom Nationalen Rauchstopp-Programm organisiert. Das Programm wird getragen von Krebsliga Schweiz, Lungenliga Schweiz, Schweizerische Herzstiftung und Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention AT bilden die Trägerschaft und durch den Tabakpräventionsfonds finanziert.

Die Partnerorganisationen des Rauchstopptags und Rauchstoppwettbewerbs sind die Verbindung der Schweizer Ärztinnen und Ärzte, pharmaSuisse - Schweizerischer Apothekerverband, die Schweizerische Zahnärztekammer, der Schweizer Berufsverband der Pflegefachfrauen und Pflegefachmänner und Swiss Dental Hygienists.

Auskunft:

Verena El Fehri, Geschäftsführerin, Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention, Haslerstrasse 30, 3008 Bern, Telefon 031 599 10 20, E-Mail [info@at-schweiz.ch](mailto:info@at-schweiz.ch).

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100058010/100788289> abgerufen werden.