



22.10.2024 - 10:31 Uhr

Rauchfreier Monat November 2024

Vaduz (ots) -

Zum zweiten Mal wird in Liechtenstein die Kampagne "Rauchfreier Monat November" durchgeführt. Seit 2022 findet diese Aktion in der ganzen Schweiz statt. Diese Kampagne soll Rauchende dazu ermutigen, mit Hilfe einer motivierenden Gemeinschaft einen Monat lang (und bestenfalls für immer) mit dem Rauchen aufzuhören.

Die Teilnehmenden werden während des gesamten Novembers mit professioneller Beratung und praktischen Tipps sowohl online als auch offline unterstützt. Die Anmeldung ist für alle kostenlos. Das einzigartige Programm ermöglicht den Teilnehmenden, gemeinsam eine Herausforderung anzunehmen und die ersten Schritte in ein rauchfreies Leben zu wagen. Sie bereiten sich in den Tagen vor dem November auf den bevorstehenden Rauchstopp vor.

Zahlreiche Unterstützungsangebote offline und online

Der rauchfreie Monat bietet den Teilnehmenden zahlreiche und einfache Unterstützungsangebote. Das gegenseitige Motivieren und der Austausch von Erfahrungen unter den Teilnehmenden im privaten Online-Raum stehen im Vordergrund. Zudem steht allen angemeldeten Personen eine praktische Agenda als Leitfaden zur Verfügung. Diese enthält tägliche Tipps und Tricks. Zudem wird während des ganzen Monats professionelle Unterstützung von Fachpersonen auf den sozialen Medien und über einen privaten Online-Austausch angeboten. Ebenso profitieren sie von persönlichen und kostenlosen Telefon-Beratungsgesprächen durch das Beratungsangebot "stopsmoking".

Die Suchtprävention Liechtenstein ist Partner der Kampagne und lädt alle Personen ein teilzunehmen. Alle Informationen zum rauchfreien Monat stehen online zur Verfügung.

Die Anmeldung für den Rauchfreien Monat 2024 ist jetzt über die Webseite www.rauchfreiermonat.ch möglich.

Pressekontakt:

Amt für Soziale Dienste
Martin Birnbaumer-Onder, Suchtbeauftragter
T +423 236 72 68
martin.birnbaumer@llv.li

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100000148/100925092> abgerufen werden.