

RAUCHFREIER MONAT

Zusammen sind wir stark



Die nationale digitale Kampagne **#RauchfreierMonat** ist ein kostenloses Angebot mit dem Ziel, 10'000 Raucherinnen und Raucher in der Schweiz beim Rauchstopp zu unterstützen. Mithilfe von Fachpersonen in der Gesundheitsförderung und Prävention und einer Selbsthilfegemeinschaft werden die Teilnehmenden bei jedem herausfordernden Schritt beim Rauchstopp begleitet und motiviert.

Was können die Teilnehmenden erwarten?

Nach der Anmeldung erhalten die Teilnehmenden einen praktischen Leitfaden per E-Mail: die November-Agenda 2022. Der Leitfaden hilft den Teilnehmenden, sich auf den Rauchstopp vorzubereiten und begleitet sie während dem gesamten Prozess. Der Leitfaden besteht aus zwei Teilen: der 10-tägigen Vorbereitung und der 30-tägigen Kampagne **#RauchfreierMonat**.

Der Leitfaden enthält praktische und motivierende Informationen und Ratschläge zum Rauchstopp wie auch Kontaktinformationen von Fachpersonen. Teilnehmende können während dem Prozess ihre Gedanken in Form eines Tagebuchs im Leitfaden aufschreiben. Somit können Teilnehmende ihren eigenen rauchfreien Monat gestalten. Sie können den rauchfreien Monat unabhängig oder gemein-

sam mit anderen meistern, indem sie sich in privaten oder selbstorganisierten Gruppen über Facebook austauschen. Die Kampagne beinhaltet E-Newsletter, interaktive Livestreams auf Facebook und YouTube. Zudem werden Expertinnen und Experten eingeladen ihr Wissen zum Thema Rauchstopp während der Kampagne zu teilen.

Was beinhalten die einzelnen Schritte der Kampagne?

Von August bis Mitte Oktober läuft die Kampagne hauptsächlich online über Facebook und Instagram auf verschiedenen Sprachen wie

Deutsch, Französisch, Italienisch, Englisch, Türkisch, Serbokroatisch und mehr. Des Weiteren werden Inhalte über LinkedIn veröffentlicht

und Newsletter versendet. Parallel dazu, erhalten Schweizer Gemeinden und Verbände Informationen zur Kampagne.

In der Schweiz sterben jährlich 9.500 Menschen an den Folgen des Tabakkonsums. Für die Allgemeinheit entstehen Kosten in Milliardenhöhe.

weiter lesen...



Partner der Kampagne #RauchfreierMonat werden, warum & wie?

Wir möchten einen Beitrag zur Tabakprävention in der Schweiz leisten und gemeinsam mit vereinten Kräften in Zusammenarbeit mit weiteren Partnern den Tabakkonsum reduzieren. Als Partner der Kampagne **#RauchfreierMonat** können Sie sich für die Tabak-

prävention einsetzen und Informationen für Ihre Zielgruppe zugänglich machen. Zugleich können die Partner ihr Engagement für die Tabakprävention in der Öffentlichkeit zeigen. Öffentliche Einrichtungen, Verbände, Netzwerke und Unternehmen

sind daher herzlich eingeladen, sich dieser Kampagne als Mobilisierungspartner* anzuschliessen. Partner der Kampagne erhalten Kommunikationsunterlagen, welche sie mit ihrem Netzwerk teilen können.

*Tabak-Akteure ausgeschlossen.

«Je mehr wir
sind, desto
stärker sind
wir.»

Für weitere Informationen können Sie gerne unsere Webseite besuchen.

KONTAKT

Deutschschweiz
felix.staehli@impacthub.ch

**Felix
Stähli**



Deutschschweiz
rochelle.aberer@impacthub.ch

**Rochelle
Aberer**



Romandie
jie.li@impacthub.ch

**Jie
Li**



**Könnte Ihre Organisation
als Mobilisierungspartner
dabei sein?**

Kontaktieren Sie uns !