

EINZELBERATUNG

Im ÖGK-Kundenservice Klagenfurt

Telefon: 05 0766-166000

Mail: raucherhelpline@oegk.at

GRUPPENKURS

In allen Kärntner Bezirken

Telefon: 05 78 78 1000

Mail: rauchstopp@bfi-kaernten.at

Umsetzung der Gruppenkurse in Kooperation mit



Mit freundlicher Unterstützung von



Landes
Zahnärztekammer
Kärnten

Impressum

Medieninhaber und Herausgeber: Österreichische Gesundheitskasse, www.gesundheitskasse.at/impressum

Gestaltung: Die Agentur Lux, Franz Dullnig Gasse 7, 9020 Klagenfurt am Wörthersee

& ÖGK Kärnten, Kempfstraße 8, 9021 Klagenfurt a.Ws.

Fotos: Shutterstock; Druck: Satz & Druckteam, Feschnigstraße 232, 9020 Klagenfurt a.Ws.

RAUCH FREI

IHR WEG ZUM RAUCHSTOPP



Österreichische
Gesundheitskasse

NICHTRAUCHEN IST EIN GEWINN

Hier nur einige Gründe, um mit dem Rauchen aufzuhören:



Mehr Genuss. In nur zwei Tagen haben Sie mehr Genuss durch den wiedergewonnenen Geruchs- und Geschmackssinn.



Mehr Lebensqualität. Binnen 8 Stunden nach dem Rauchstopp sinkt beispielsweise Ihr Herzinfarktrisiko.



Mehr Luft. Nach nur 3 Tagen fällt Ihnen bereits das Atmen merklich leichter.



Mehr Geld. Schon bei einer Zigarettenpackung täglich sparen Sie sich bei einem erfolgreichen Rauchstopp mindestens EUR 1.700,- pro Jahr.

WIR BEGLEITEN UND UNTERSTÜTZEN SIE!

Die **Österreichische Gesundheitskasse** bietet ein für Sie maßgeschneidertes Entwöhnungsprogramm an. Dieses besteht entweder aus Gruppenkursen (in allen Kärntner Bezirken) oder Einzelberatungen (im ÖGK-Kundenservice Klagenfurt).

Sie werden professionell von speziell ausgebildeten ÄrztInnen und PsychologInnen bei Ihrem individuellen Rauchstopp begleitet. Eine Entwöhnung dauert 6 Wochen. In der Gruppe (von 6 bis maximal 10 Personen) finden die Treffen einmal wöchentlich statt. Im Rahmen der Einzelberatung werden die Termine individuell mit Ihnen vereinbart.

MACHEN SIE DEN ERSTEN SCHRITT Kontaktieren Sie uns!

Alle Termine in den Bezirken

www.kaernten-rauchfrei.at

Anmeldung Einzelberatung

Telefon: 05 0766-166000

Mail: raucherhelpline@oegk.at

Anmeldung Gruppenkurs

Telefon: 05 78 78 1000

Mail: rauchstopp@bfi-kaernten.at

Kosten Entwöhnungsprogramm

EUR 30,- pro Person (einmaliger Kostenbeitrag für alle sechs Termine)

Die restlichen Kosten werden im Rahmen der Tabakpräventionsstrategie von der Österreichischen Gesundheitskasse übernommen.