



Mag. Andrea Konrath

Geschäftsführung der Krebshilfe Burgenland

Don't Smoke

Angebot zur Rauchentwöhnung

Die Entscheidung gegen die Zigarette und für ein gesundes Leben ist theoretisch schnell getroffen, dennoch ist es erfahrungsgemäß nicht einfach, vom gewohnten „Glimmstängel“ loszukommen.

Gerade bei Nervosität oder Anspannung greifen Raucher schnell zur Zigarette und erhoffen sich dadurch einen beruhigenden Effekt. Genauso ist es mit gewohnten Alltagssituationen – ein Kaffee ohne Zigarette? – für viele Raucher unvorstellbar.

„Warum ist es nur so schwer, mit dem Rauchen aufzuhören?“ hört man immer wieder. Besonders die Angst vor Entzugserscheinungen, Gewichtszunahme und einem Rückfall ist groß.

Und genau bei diesem wichtigen Schritt möchte Sie die Krebshilfe Burgenland unterstützen! Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen – je früher Sie mit dem Rauchen aufhören, desto schneller spüren Sie die Vorteile eines rauchfreien Lebens. Mit dem Rauchstopp gewinnen Sie nicht nur an Lebensqualität, Sie senken auch das Risiko für Krebs, Herzinfarkt, Schlaganfall und Erkrankungen der Lunge!

Im Einzelgespräch mit einer Psychologin werden die Rauchgewohnheiten gemeinsam erarbeitet und ein individuell abgestimmter Rauchentwöhnungsplan erstellt. Sie werden durch die besonders schwierige Anfangszeit begleitet und auch in weiterer Folge unterstützt.

Dieses Angebot zur Rauchentwöhnung wendet sich an ALLE Personen, die den Wunsch haben, mit dem Rauchen aufzuhören und gilt nicht nur für Krebspatienten.

Anmeldung und nähere Informationen:

Tel. 0650/24 40 821 oder E-Mail an office@krebshilfe-bgld.at



**ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE
BURGENLAND**

