

RAUCHFREIER MONAT
IM NOVEMBER

Schluss mit Rauchen?
Ja, und zwar gemeinsam!

- 30 Tage gemeinsam aufhören
- 100% kostenlos
- Mit einer Online-Community
- Auf Deutsch, Französisch, Italienisch und Englisch

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Tabakpräventionsfonds TPF

IMPACT HUB

Details & Registrierung:

rauchfreiermonat.ch

Wie funktioniert das?

Empfehlungen von Gesundheitsfachpersonen:
Gesundheitsexpert-/innen teilen personalisierte Empfehlungen, die beim Rauchstopp helfen.

Austausch mit anderen Teilnehmenden:
Bleibe motiviert und teile deine Erfahrungen mit anderen Teilnehmer-/innen des Rauchfreien Monats.

Praktischer Leitfaden:
Erhalte täglich Tipps, um die Herausforderungen des Rauchstopps zu meistern.

Täglicher Newsletter:
Erhalte direkt per E-Mail die Unterstützung, die du benötigst.

Du rauchst nicht? Gib die Message weiter...



Schluss mit Rauchen?

Ja, und zwar gemeinsam!

RAUCHFREIER MONAT
IM NOVEMBER

- 30 Tage gemeinsam aufhören
- 100% kostenlos
- Mit einer Online-Community
- Auf Deutsch, Französisch, Italienisch und Englisch

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Tabakpräventionsfonds TPF

IMPACT HUB

Details & Registrierung:

rauchfreiermonat.ch

Wie funktioniert das?

Empfehlungen von Gesundheitsfachpersonen:
Gesundheitsexpert-/innen teilen personalisierte Empfehlungen, die beim Rauchstopp helfen.

Austausch mit anderen Teilnehmenden:
Bleibe motiviert und teile deine Erfahrungen mit anderen Teilnehmer-/innen des Rauchfreien Monats.

Praktischer Leitfaden:
Erhalte täglich Tipps, um die Herausforderungen des Rauchstopps zu meistern.

Täglicher Newsletter:
Erhalte direkt per E-Mail die Unterstützung, die du benötigst.

Du rauchst nicht? Gib die Message weiter...



Schluss mit Rauchen?

Ja, und zwar gemeinsam!

RAUCHFREIER MONAT
IM NOVEMBER

- 30 Tage gemeinsam aufhören
- 100% kostenlos
- Mit einer Online-Community
- Auf Deutsch, Französisch, Italienisch und Englisch

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Tabakpräventionsfonds TPF

IMPACT HUB

Details & Registrierung:

rauchfreiermonat.ch

Wie funktioniert das?

Empfehlungen von Gesundheitsfachpersonen:
Gesundheitsexpert-/innen teilen personalisierte Empfehlungen, die beim Rauchstopp helfen.

Austausch mit anderen Teilnehmenden:
Bleibe motiviert und teile deine Erfahrungen mit anderen Teilnehmer-/innen des Rauchfreien Monats.

Praktischer Leitfaden:
Erhalte täglich Tipps, um die Herausforderungen des Rauchstopps zu meistern.

Täglicher Newsletter:
Erhalte direkt per E-Mail die Unterstützung, die du benötigst.

Du rauchst nicht? Gib die Message weiter...