

St. Pölten, 19. April 2019
Dion/ÖA

NÖGKK-Rauchfrei Telefon mit neuer Website

**Relaunch soll Raucherinnen und Rauchern
das Aufhören noch leichter machen**

Mit frischem Wind gegen den Zigarettenrauch. Wer endgültig den Schritt zum Rauchstopp wagen möchte, kann dafür ab sofort die neue Website des Rauchfrei Telefons unter www.rauchfrei.at nutzen. Intuitive Bedienbarkeit und Navigation stehen an erster Stelle, aber auch kräftigere Farben und ausdrucksstarke Sujets sollen zum Rauchstopp motivieren.

Im Jahr 2018 nutzten rund 103 000 Personen die Seite, um sich über Methoden, Erfahrungen und Tipps zu einem rauchfreien Leben zu informieren. Tests zur Einschätzung der eigenen Abhängigkeit bzw. Gefährdung sowie Online-Programme helfen beim Rauchstopp, ebenso wie die Rauchfrei-App, die kostenlos zum Download bereitsteht.

„Unsere Website hat sich zu einem relevanten Kontaktpunkt mit Raucherinnen und Rauchern entwickelt, die nicht gleich telefonisch in den Dialog treten wollen, sondern zuerst Hilfe zur Selbsthilfe suchen. Deshalb war uns wichtig, die relevantesten Informationen noch übersichtlicher darzustellen und unterschiedliche Ansätze zur Tabakentwöhnung aufzuzeigen“, so MMag. Sophie Meingassner, Leiterin des Rauchfrei Telefons.

Seit 2006 stehen erfahrene Klinische bzw. Gesundheitspsychologinnen für telefonische Anfragen unter der Nummer 0800 810 013 zur Verfügung (Montag bis Freitag von 10 bis 18 Uhr). Die Beratung ist kostenlos. Die Nummer des Rauchfrei Telefons wurde im vergangenen Jahr rund 11 250 Mal gewählt.

Das Rauchfrei Telefon wird von der NÖ Gebietskrankenkasse (NÖGKK) für die Sozialversicherungsträger, die Länder und das Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz betrieben.