



CANTON DU VALAIS
KANTON WALLIS

Présidence du Conseil d'Etat
Chancellerie - IVS

Präsidium des Staatsrates
Kanzlei - IVS

MEDIENMITTEILUNG

1. September 2023

Rauchfreier Monat

Walliser Gesundheitsfachpersonen propagieren gemeinsam die Kampagne «Monat ohne Tabak» im November 2023

Im Rahmen der nationalen Kampagne Rauchfreier Monat unterstützen Walliser Institutionen und Gesundheitsfachpersonen gemeinsam Raucherinnen und Raucher dabei, einen Rauchstopp zu unternehmen. Durch die Beteiligung an dieser Kampagne möchten sie einen Impuls und einen konstruktiven Esprit schaffen, um individuell die Gesundheit zu verbessern und durch kollektive Präventionsmassnahmen das Gesundheitswesen zu fördern - gleichzeitig werden dabei die Möglichkeiten von interprofessionellen Ansätzen aufgezeigt. Anmeldungen für das Rauchstopp-Programm sind ab heute möglich unter rauchfreiermonat.ch.

Das nationale Programm Rauchfreier Monat will Raucherinnen und Raucher motivieren und beim Rauchstopp unterstützen, indem es einen Monat lang eine kollektive Synergie schafft. Die Initiative bietet den Teilnehmerinnen und Teilnehmern während des gesamten Monats November ein vielfältiges Angebot an professionellen Ressourcen, fachkundiger Beratung und Unterstützung an, die sowohl online als auch vor Ort zur Verfügung stehen. Die Anmeldung ist vom 1. September bis zum 31. Oktober 2023 für alle offen und völlig kostenlos.

Rauchen - eine vermeidbare Krankheitsursache

Das Rauchen ist nach wie vor die häufigste Ursache für vorzeitige Todesfälle in der Schweiz. Die Hälfte der Raucherinnen und Raucher erliegt den Folgen dieser Sucht, was jedes Jahr etwa 9'500 vermeidbare Todesfälle bedeutet, darunter etwa 350 im Wallis.

Wer 28 Tage lang nacheinander mit dem Rauchen aufhört, erhöht seine Chancen auf einen dauerhaften Rauchstopp um das Fünffache, wie bereits in Studien und Entwöhnungsprogrammen nachgewiesen wurde. Aus diesem Grund hat das Team des rauchfreien Monats mit Hilfe zahlreicher Partnerorganisationen, eine breite Palette an Hilfsmitteln entwickelt, um den Bedürfnissen aller Raucherprofile gerecht zu werden. Jeder Raucher und jede Raucherin die Möglichkeit, allein oder in einer Gruppe aufzuhören, je nachdem, was er/sie bevorzugt, und dies völlig selbstständig.

Während des ersten tabakfreien Monats im November 2022 haben mehr als 8000 Raucherinnen und Raucher versucht, gemeinsam ihrer Sucht ein Ende zu setzen.

#RauchfreierMonat2023

Wie bei der letzten Edition werden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer von der Unterstützung der Gemeinschaft profitieren, mit der Möglichkeit, sich in einem privaten Online-Raum auszutauschen, der auf die Stärke des Kollektivs setzt. Parallel dazu können sie den ganzen November über kostenlos die Unterstützung,



das Fachwissen und die Begleitung von Gesundheitsfachpersonen in Anspruch nehmen, sei es durch Online-Termine, Videos oder durch Partnerinstrumente wie die Stop-Tabac-App und die Rauchstopplinie.

Tipps, Tricks und wichtige Informationen für einen erfolgreichen Rauchstopp werden in vier Sprachen (Deutsch, Französisch, Italienisch und Englisch) zur Verfügung gestellt, auf verschiedenen digitalen Plattformen (Facebook, Instagram, TikTok, LinkedIn & Youtube) sowie in einem personalisierbaren Leitfaden, der den Teilnehmern nach der Anmeldung zugeschickt wird.

Eine Kampagne, viele Akteure

[Gesundheitsförderung Wallis](#), die [Walliser Ärztesgesellschaft \(VSÄG\)](#), [pharmawallis](#), die [Dienststelle für Gesundheitswesen](#), das [Spital Wallis](#), die [Krebsliga Wallis](#), die [Clinique de Valère](#), die [Clinique CIC](#), die [Walliser Ernährungsberaterinnen](#), die [medizinischen Praxisassistentinnen](#), die Walliser Gesellschaft für Chiropraktik, das [Labor Salamin](#), die [Lungenliga Wallis](#), das [CIPRET-Wallis](#), und viele andere unterstützen und beteiligen sich an dieser Kampagne.

Weitere Informationen über den rauchfreien Monat: www.rauchfreiermonat.ch

Kontaktperson

Sepey Jean-Blaise, Wissenschaftlicher Mitarbeiter, Tel. 027 606 49 40

CIPRET-Wallis, Weitere Informationen und Beratung, Tel. 027 329 49 15