

Ja, und zwar gemeinsam!

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



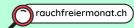
Eidgenössisches Departement des Innern EDI Tabakpräventionsfonds TPF



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 Unterstützuna. die du benötigst.