

A photograph of an elderly couple walking in a park. The man in the foreground has a full grey beard and is wearing a light blue t-shirt. The woman behind him is wearing a light pink jacket. They are both smiling and looking towards the right. The background is a soft-focus green park with trees.

gemeinsam
**FREI
ATMEN**

**DAS RAUCHFREI-
PROGRAMM**
FÜR LUNGE & LEBEN

FÜR WEN IST DAS PROGRAMM?

Sie möchten mit dem Rauchen aufhören? Sie leben mit Asthma oder COPD und möchten rauchfrei werden? Dann ist unser kostenloses Gruppenprogramm die richtige Unterstützung für Sie.

WAS BRINGT IHNEN DER RAUCHSTOPP?

- » Mehr Luft und freies Atmen
- » Weniger Husten und Atemnot
- » Mehr Energie im Alltag
- » Ein längeres und gesünderes Leben
- » Weniger Krankenhausaufenthalte

gemeinsam
FREI ATMEN

DIE TEILNAHME AM PROG

WIE LÄUFT DAS PROGRAMM AB?

- » Dauer: 8 Wochen, 1 x pro Woche
- » Zeit: Jeweils 90 Minuten
- » In kleinen Gruppen (max. 10 Personen)
- » Professionelle Begleitung durch Expert:innen

WAS ERWARTET SIE?

- » Expert:innen begleiten Sie durch den Rauchstopp
- » Sie tauschen sich mit anderen Betroffenen aus
- » Sie erhalten konkrete Tipps gegen das Rauchverlangen und Hilfe bei Rückfällen
- » Sie bekommen Informationen zu Nikotinersatz und medikamentöser Unterstützung

PROGRAMM IST KOSTENLOS!

SO MELDEN SIE SICH AN

Anmeldung über Website:
gemeinsam-frei-atmen.at

hier scannen



Rückfragen unter: +43 670 199 88 45 oder
kli.kor@gesundheitsverbund.at

SO ERREICHEN SIE UNS

**Karl Landsteiner Institut
Klinik Ottakring
Pavillon 26, Ebene D, Bibliothek
Montleartstraße 37, 1160 Wien**

U-Bahn: U3 – Station Ottakring

Straßenbahn: Linie 10 oder 46
Station Rankgasse

Buslinien: 48A – Station Rankgasse

S-Bahn: S45 – Station Ottakring



Karl Landsteiner Institut für
Lungenforschung und
pneumologische Onkologie

Hinweis

Parkplätze im
Klinikgelände
sind begrenzt!

Folgen Sie uns auf:  

Mit freundlicher
Unterstützung von

AstraZeneca 

Chiesi 

GSK 