

*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**