



Gesund informiert zu Rauchen und Nikotinkonsum

Nikotin macht abhängig - sowohl körperlich als auch psychisch. Das zeigt sich darin, dass mehr als ein Drittel aller täglich Rauchenden bereits mehrere erfolglose Aufhörversuche hinter sich haben. Ein Rauchstopp gelingt mit Unterstützung leichter und bringt viele Vorteile für Ihre Gesundheit!

- ? Haben Sie allgemeine Fragen zum Rauchen und Nikotinkonsum?
- ? Überlegen Sie gerade mit dem Rauchen aufzuhören?
- ? Haben Sie bereits erfolglose Aufhörversuche hinter sich und möchten sich unverbindlich über Unterstützungsmöglichkeiten informieren?

In der **Beratung zu Rauchen und Nikotinkonsum** beantwortet eine klinische Psychologin oder ein klinischer Psychologe alle Fragen rund um das Thema Rauchen und informiert über verschiedene Möglichkeiten, die Sie beim Rauchfrei werden unterstützen.

Das Gespräch dauert 40 Minuten, ist kostenlos und unverbindlich!

Die Beratung kann online per **Videokonferenz** oder **telefonisch** von allen BVAEB-Versicherten in Anspruch genommen werden.

Entscheiden Sie sich für Ihre Gesundheit und melden Sie sich an unter:

**Rauchfrei-Anlaufstelle in
der BVAEB**

Telefon: 050405-21888
rauchfrei@bvaeb.at

Infomieren Sie sich auch auf unserer Website unter www.bvaeb.at/beratung oder www.bvaeb.at/rauchfrei

