

## \_Rauchfrei

Es ist leichter als Sie denken: Mit diesen Angeboten gelingt auch Ihnen der Schritt in ein rauchfreies Leben.

### ● Rauchfrei durchs Leben

Gruppenberatung für 5 Wochen (1 Treffen/Woche)

Zusätzlich gibt es auch eine telefonische Rückfall-Vorsorge (daher 5+1).

**Zielgruppe:**

für alle in Oberösterreich Versicherten

**Kosten:**

Selbstbehalt € 40,-

**Kursorte in ganz Oberösterreich:**

Kundenservicestellen und Gesundheitszentren der ÖGK

**Information und Anmeldung:**

Tel. 05 07 66 - 14103530 oder 14103512

E-Mail: rauchfrei-14@oegk.at

Internet: gesundheitskasse.at/rauchfrei



### ● Stationäre Raucherentwöhnung

20 Tage im Linzerheim

**Zielgruppe:**

Erwachsene, die an Erkrankungen leiden, die durch das Rauchen entstehen oder verschlechtert werden

**Kosten:**

Selbstbehalt für Aufenthalt nach Einkommen gestaffelt

**Kursort:**

ÖGK Gesundheitszentrum Linzerheim,  
Grieskirchner Straße 6, 4701 Bad Schallerbach

**Information und Anmeldung:**

Tel. 05 07 66 - 14103141

Internet: gesundheitskasse.at/rauchfrei



## \_Rauchfrei

### ● Rauchfrei Telefon

Kostenlose, individuelle und anonyme Beratung  
Montag bis Freitag von 10:00 - 18:00 Uhr

**Telefonnummer:**  
0800 810 013



### ● Rauchfrei App

Die kostenfreie App des Rauchfrei Telefons bietet interaktive Unterstützung bei ihrem Weg in die Rauchfreiheit.

 **Rauchfrei  
APP**  
[www.rauchfreiapp.at](http://www.rauchfreiapp.at)

**Zielgruppen:**  
Jugendliche, Erwachsene, Schwangere  
**Information:**  
[rauchfrei.at](http://rauchfrei.at)



### ● Rauchfrei von Anfang an!

Kostenlose Einzelberatung

**Zielgruppe:**  
Schwangere, Mütter mit Babys bis zum  
6. Lebensmonat und deren Partner

**Kosten:**  
gratis

**Information und Anmeldung:**  
Tel. 05 07 66 - 14103530 oder 14103512  
E-Mail: [rauchfrei-14@oegk.at](mailto:rauchfrei-14@oegk.at)  
Internet: [gesundheitskasse.at/rauchfrei](http://gesundheitskasse.at/rauchfrei)

