



VIELE INTERESSIERTE SWAROVSKI MITARBEITER, IM WERK 1 WIE IM BBB, MACHTEN DEN KOHLENMONOXID-TEST UND HOLTEN SICH TIPPS FÜR DEN RAUCHSTOPP



# ZIGARETTE ADE: RAUCHSTOPP-AKTION IN WATTENS

Mitarbeiter in Wattens erhielten im März zwei Tage lang Tipps und Unterstützung zum Rauchstopp: Vertreter der Help-EU-Kampagne informierten, berieten – und führten einen Kohlenstoffmonoxid-Test durch, der so manchen überzeugten Raucher ins Wanken brachte.

„Ich will wissen, wie sehr ich vom Passivrauchen in der Kaffeecke geschädigt bin.“ „Ich möchte aufhören – und brauche noch eine letzte Motivation.“ „Ich habe vor kurzem aufgehört und will sehen, wie viele Restschäden noch da sind.“ So oder ähnlich klangen die meisten Argumente für die Teilnahme am Atemtest für Raucher und Passivraucher, der für Mitarbeiter im Werk 1 und im BBB durchgeführt wurde.

„Wir setzen uns für rauchfreie Universitäten und Arbeitsplätze ein“, erklärt Saher Khatib von der Medizinischen Universität Wien, ehrenamtlicher Mitarbeiter bei der Initiative „Rauchfrei Studieren“. In Zusammenarbeit mit der Initiative „Ärzte gegen Raucherschäden“ sowie der europäischen Nichtraucher-Kampagne „Help – Für ein rauchfreies Leben“ wurden Swarovski Mitarbeiter zu kostenlosen Atemmessungen und Beratungen eingeladen. Mit den Kohlenstoffmonoxid-Tests konnten die

direkten Auswirkungen des Rauchens und Passivrauchens auf den Körper veranschaulicht werden. „Wir wollen damit das Bewusstsein schärfen und die Gefahren des Rauchens wieder ins Gedächtnis rufen“, so der Publizistik-Student Bernhard Herzog, der sich ebenfalls für [www.rauchfreistudieren.at](http://www.rauchfreistudieren.at) engagiert und mit Saher Khatib die Messungen durchführte.

Die Mitarbeiter zeigten sich dann auch dementsprechend beeindruckt, als sie ihre Ergebnisse mitgeteilt bekamen. Die Reaktionen reichten von: „Zwei Tage nicht geraucht und schon ein Super-Wert – das motiviert extrem“ bis zu: „Ich bin erschüttert über mein hohes Ergebnis und denke jetzt ernsthaft darüber nach aufzuhören.“ Zusätzlich zu dem Atemtest gab es Infobroschüren und Kontaktadressen für Unterstützung beim Rauchstopp. Und nach den beiden Kampagnen-Tagen lautete die einhellige Meinung: Ohne Zigarette lebt es sich leichter! *ne*

## Hier finden Sie Hilfe beim Rauchstopp:

**Help EU:** Die europaweite Kampagne für ein rauchfreies Leben vereint Fakten zum Passivrauchen, Tipps, um gar nicht erst anzufangen und Hilfe beim Aufhören unter [www.help-eu.com](http://www.help-eu.com).

**Das Rauchertelefon** bietet ein flächendeckendes Angebot der Tabakentwöhnung in ganz Österreich – Montag bis Freitag von 13 bis 18 Uhr unter der Telefonnummer 0810-810 013 zum Ortstarif.

**Initiative Ärzte gegen Raucherschäden:** Unter [www.aerzteinitiative.at](http://www.aerzteinitiative.at) bekommen Sie Aufhörtipps und Raucherberatung direkt von Ärzten.

„**Rauchfrei Studieren**“ ist eine unabhängige Jugendinitiative, die sich unter anderem für das gesetzliche Rauchverbot in öffentlichen Gebäuden einsetzt: [www.rauchfreistudieren.at](http://www.rauchfreistudieren.at).