



krebsliga schweiz
ligue suisse contre le cancer
lega svizzera contro il cancro

0848 000 181

**Rauchstopplinie
Ligne stop-tabac
Linea stop tabacco**



Sie wollen aufhören mit dem Rauchen. Wieder tief durchatmen. Wieder leibhaftig.
Vous voulez arrêter de fumer. Pouvoir respirer à nouveau à pleins poumons.
Vuole smettere di fumare. Respirare di nuovo a pieni polmoni. Salire le sca



Rauchstopplinie
Ligne stop-tabac
Linea stop tabacco
0848 000 181



Rauchstopplinie 0848 000 181

Wie können Sie mit dem Rauchen aufhören? Welche Methode ist für Sie am besten geeignet? Die Berater und Beraterinnen der Rauchstopplinie nehmen sich Zeit für ein ausführliches Gespräch. Sie erfahren alles rund um den Rauchstopp und können sich beim Aufhören durch mehrere Rückrufe kostenlos begleiten lassen.

Rufen Sie an:

Montag bis Freitag 11–19 Uhr

4 Rappen/Minute Niedertarif bei Festnetz
8 Rappen/Minute Hochtarif

Ligne stop-tabac 0848 000 181

Comment arrêter de fumer? Quelle est la meilleure méthode dans votre cas? Les conseillers et conseillères de la Ligne stop-tabac prennent le temps d'en discuter en détail avec vous. Vous recevrez des informations sur tous les aspects liés à l'arrêt du tabac et pourrez être accompagné dans votre démarche. On vous proposera de vous rappeler pour des entretiens de suivi gratuits.

Appelez:

du lundi au vendredi de 11h à 19h

4 centimes la minute au tarif réduit sur le réseau fixe
8 centimes la minute au tarif normal

Linea stop tabacco 0848 000 181

Come smettere di fumare? Qual è il metodo più adatto per Lei? Le consulenti e i consulenti della Linea stop tabacco sono a Sua disposizione per un colloquio approfondito. Le diranno tutto su come smettere e può farsi richiamare gratuitamente diverse volte nel periodo in cui smette.

Ci chiami:

da lunedì a venerdì ore 11–19

4 centesimi al minuto, rete fissa tariffa bassa
8 centesimi al minuto, tariffa alta

ichter Treppen steigen. Wieder gut riechen. Und rauchfrei bleiben.

Monter les escaliers sans vous essouffler. Ne plus sentir la fumée. Pour de bon.

le senza il fiato corto. Avere un buon odore. E vivere senza fumo.



Für Gesundheitsfachleute

Sie wollen Ihre Klienten und Klientinnen zur Beratung oder zur Nachbetreuung an die Rauchstopplinie zuweisen?

Senden Sie uns einfach das Anmeldeformular online oder per Fax:

www.at-schweiz.ch → Telefonische Beratung zum Rauchstopp in 8 Sprachen → Gesundheitsfachleute

Pour les professionnels de la santé

Souhaitez-vous adresser vos clients et clientes à la Ligne stop-tabac pour qu'ils reçoivent des conseils ou bénéficient d'un accompagnement?

Envoyez-nous simplement le formulaire d'inscription en ligne ou par fax:

www.at-suisse.ch → Conseils téléphoniques pour arrêter de fumer en 8 langues → Professionnels de la santé

Per gli specialisti della salute

Vuole indirizzare clienti alla Linea stop tabacco per una consulenza o per l'assistenza successiva?

Ci mandi il modulo di iscrizione online o per fax:

www.at-svizzera.ch → Consulenza telefonica per smettere di fumare in 8 lingue → Specialisti della salute



Die Rauchstopplinie bietet Beratung auch in Albanisch, Portugiesisch, Spanisch, Serbisch/Kroatisch/Bosnisch, Türkisch sowie Englisch an.

La Ligne stop-tabac vous conseille aussi en albanais, portugais, espagnol, serbe/croate/bosniaque, turc et anglais.

La Linea stop tabacco offre consulenza anche in albanese, portoghese, spagnolo, serbo/croato/bosniaco, turco e inglese.

0848 183 183 Shqip

Bisedë këshilluese për ndërprerjen e duhanit. Telefononi dhe leni në sekretarinë tonë telefonike emrin dhe numrin tuaj të telefonit. Do të ju thrrasim brenda 48 orëve.

0848 184 184 Português

Ajuda para parar de fumar. Ligue e deixe gravado o seu nome e seu número de telefone. Você será contactado em 48 horas.

0848 185 185 Español

Asesoramiento para dejar de fumar. Llame, deje su nombre y número de teléfono y recibirá una llamada dentro de las próximas 48 horas.

0848 186 186 Srpski/hrvatski/bosnaki

Savjetovalite za prestanak pušenja. Nazovite nas, navedite vase ime i broj telefona i u roku 48 sati dobitete povratni poziv.

0848 187 187 Türkçe

Sigarayı bırakmak için danışmanlık. Adınızı ve Telefon numaranızı bırakın ve 48 saat içinde bir uzman size telefon edecek.

0848 000 181 English

Telephone counseling and advice on how to quit smoking. You'll be connected directly to a counselor. Monday to Friday 11:00 a.m.–7:00 p.m. CHF 0.04 / minute, low tariff, fixed-line. CHF 0.08 / minute, high tariff.

Rauchstoppangebote in den Kantonen

Offres de désaccoutumance dans les cantons

Offerte per smettere di fumare nei cantoni

Kanton Canton Cantone	Einzelberatung Conseil individuel Consulenza individuale	Telefon Téléphone Telefono	Gruppenkurs Exercice en groupe Corso di gruppo	Telefon Téléphone Telefono
AI/AR	Beratungsstelle für Suchtfragen AR	071 791 07 40		
AG	Lungenliga Fachstelle Tabakprävention	062 832 40 14	Lungenliga Fachstelle Tabakprävention	062 832 40 14
	Nikotinberatung Kantons- spital Baden*	056 486 25 86		
	Nikotinberatung Barmelweid*	062 857 21 24		
	Rauchstopp-Sprechstunde Kantonsspital Aarau*	062 838 44 72		
BL/BS	Lungenliga	061 927 91 25		
	Rauchstoppperatung Peter Woodtli, Basel	061 361 68 58		
BE	Berner Gesundheit	031 370 70 70	Berner Gesundheit	031 370 70 70
	Lungenliga	031 300 26 26	Ligue vie et santé*	032 485 21 92
	Inselspital Fachstelle Rauchen*	031 632 03 03		
	Spital Netz Bern Tiefenau*	031 308 87 17		
FR	CIPRET	026 425 54 10	Ligue vie et santé*	026 918 60 23
GE	Policlinique HUG*	022 372 95 37	Ligue vie et santé*	022 796 24 55
	CIPRET	022 321 00 11	CIPRET	022 321 00 11
GL	Lungenliga	055 640 50 15	Krebsliga	055 646 32 47
	Kantonsspital Glarus*	055 640 50 15	Lungenliga	055 640 50 15
GR	Lungenliga/Kantonsspital Graubünden*	081 256 70 66	Lungenliga	081 354 91 00
JU			Ligue vie et santé*	032 485 21 92
LU	Lungenliga	041 429 31 10		
	Luzerner Kantonsspital Rauchstoppperatung LUKS*	041 205 52 02		
NE	Vivre sans fumer	032 724 12 06	Ligue vie et santé*	032 751 31 62
NW/OW	Lungenliga	041 670 20 02		
	Kantonsspital Obwalden*	041 666 40 56		
SO	Lungenliga Fachstelle Tabakprävention	032 628 68 29	Lungenliga Fachstelle Tabakprävention	032 628 68 29
	soH Spitäler AG Solothurn, Sekretariat Pneumologie*	032 627 31 85		
	soH Spitäler AG Olten*	062 311 45 14		
SH			Fachstelle für Gesund- heitsförderung, Prävention und Sucht- beratung	052 633 60 21
SZ	Lungenliga	055 410 55 52	Fachstelle für Sucht- prävention	041 859 17 37
	Spital Lachen*	055 451 31 01 055 451 37 29		

Kanton Canton Cantone	Einzelberatung Conseil individuel Consulenza individuale	Telefon Téléphone Telefono	Gruppenkurs Exercice en groupe Corso di gruppo	Telefon Téléphone Telefono
SG	Lungenliga*	071 228 40 20	Lungenliga (für Firmen)	071 228 47 45
	Kantonsspital St. Gallen*	071 494 11 60	Suchtfachstelle St. Gallen	071 245 05 45
	Ostschweizer Kinderspital (für Jugendliche)*	071 243 14 49		
	Suchtfachstelle St. Gallen	071 245 05 45		
	Soziale Fachstellen Toggenburg	071 987 54 40		
TG	Lungenliga	071 626 98 98	Lungenliga	071 626 98 98
	Kantonsspital Münsterlingen*	071 686 22 98		
	Perspektive Thurgau	071 626 02 02		
TI	Associazione Svizzera Nonfumatori	091 940 44 45	Lega vita e salute*	091 945 39 47
	Ospedale Italiano*	091 811 77 10		
	Lega polmonare Mendrisio*	091 973 22 80		
UR			Lungenliga	041 870 15 72
VD	Policlinique CHUV*	021 314 61 01	Ligue pulmonaire vaudoise	021 623 38 86
	CIPRET	021 623 37 42	CIPRET*	021 623 37 42
VS			Ligue vie et santé*	021 632 50 30
	CIPRET*	027 323 31 00	Ligue vie et santé*	027 306 38 70
	ITAG	027 923 25 72		
ZG	Lungenliga	041 711 02 47	Lungenliga	041 711 02 47
ZH	Kantonsspital Winterthur, Pneumologie*	052 266 23 81	Krebsliga Fachstelle «nicht mehr rauchen»	044 388 55 00
	Universitätsspital Zürich: Innere Medizin*	044 255 96 78		
	Universitätsspital Zürich: Kardiologie*	044 255 87 00		

*mit ärztlicher Begleitung / *avec encadrement médical / *con sostegno medico

Die Rauchstopplinie wird im Auftrag des Bundes von der Krebsliga Schweiz in Zusammenarbeit mit der Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention betrieben. Das Programm wird durch den Tabakpräventionsfonds finanziell unterstützt.

Sur mandat de la Confédération, la Ligue suisse contre le cancer est responsable de la Ligne stop-tabac en collaboration avec l'Association suisse pour la prévention du tabagisme. Ce programme est soutenu financièrement par le fonds de prévention du tabagisme.

La Linea stop tabacco è gestita dalla Lega svizzera contro il cancro in collaborazione con l'Associazione svizzera per la prevenzione del tabagismo su incarico della Confederazione. Il programma è sostenuto finanziariamente dal fondo per la prevenzione del tabagismo.



krebsliga schweiz
ligue suisse contre le cancer
lega svizzera contro il cancro



Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention Schweiz
Association suisse pour la prévention du tabagisme
Associazione svizzera per la prevenzione del tabagismo