

Informationen zur Mitmachinitiative

Rauchfrei
im Mai 



Zahlen und Fakten

- Im Jahr 2021 rauchten in Deutschland 11,6 Millionen Personen im Alter von 18 bis 64 Jahren konventionelle Tabakprodukte (22,7 % der Population). E-Zigaretten wurden von 4,3 % (2,2 Millionen) und Tabakerhitzer von 1,3 % (665 000) genutzt.
- Nach Daten der „Deutschen Befragung zum Rauchverhalten“ gingen zwischen 2017 und 2023 die ernsthaften Rauchstoppversuche kontinuierlich zurück.



Was bietet Rauchfrei im Mai?

- Einen Countdown bis Ende April 2024 mit Hilfen zur Vorbereitung auf den Start in die Rauchfreiheit
- Tägliche Inspirationen vom 1. bis zum 31. Mai 2024
- Wöchentlich Tipps für angemeldete Unterstützer:innen
- Abschlussbefragung sowie Gewinnauslosung Anfang Juni 2024
- Wissenschaftliche Begleitung durch Eingangs-, Abschluss- und Nachbefragung der Teilnehmenden



Ziele des Vorhabens

Umsetzung einer bundesweiten Mitmachinitiative, um die Rauchstoppmotivation in der Bevölkerung zu erhöhen und die Anzahl der ernsthaften Rauchstoppversuche zu steigern.



Zielgruppe

Erwachsene ab 18 Jahren, die zum Zeitpunkt der Anmeldung regelmäßig rauchen (Zigaretten, Zigarren, Pfeife oder Wasserpfeife), Tabakerhitzer oder E-Zigaretten nutzen.





Und so geht's:

- Offizieller Start für Bewerbung und Akquise der Teilnehmenden: **Mitte März 2024**
- Anmeldung zur Teilnahme bis zum **30. April 2024** unter www.rauchfrei-im-mai.de
- **Optional:** Anmeldung einer nichtrauchenden Person als Unterstützung
- Teilnehmende entscheiden selbst, wie sie begleitet werden möchten: via E-Mail, Push-Nachricht aufs Smartphone oder WhatsApp-Kanal



Was gibt es zu gewinnen?

- Hauptpreis: 1 x 1.000 €
- Weitere Preise: 1 x 750 €, 2 x 500 €, 1 x 250 € und 5 x 200 €
- Unter den Unterstützer:innen werden 10 x 100 € verlost.



Wer kann gewinnen?

- Anfang Juni fragen wir alle, wie der Rauchstopp gelaufen ist. Wer im Mai 2024 rauchfrei war, kommt in den Lostopf.
- Wer für einen Gewinn ausgelost wird, macht beim Hausarzt/bei der Hausärztin einen Nikotintest.
- Den Preis gibt es, wenn der Test anzeigt, dass die Teilnehmerin/der Teilnehmer rauchfrei geworden ist.



Was können Sie als Multiplikator:in tun?

- Laden Sie Medien aus unserer Galerie unter www.rauchfrei-im-mai.de herunter und machen Sie auf Ihrer Webseite, im Intranet oder auf Ihren Social-Media-Kanälen auf die Mitmachinitiative aufmerksam
- Motivieren Sie rauchende Patient:innen und Kolleg:innen zur Teilnahme
- Machen Sie einen Aushang oder geben Sie interessierten Personen Informationsmaterial mit
- Starten Sie eine eigene Rauchfrei-Aktion in Ihrem Betrieb/Ihrer Klinik

**Sei
dabei!**

Sie haben noch Fragen?

Melden Sie sich unter rauchfrei-im-mai@ift-nord.de