Informationen zur Mitmachinitiative

Rauchfrei im Mai

Zahlen und Fakten

Im Jahr 2021 rauchten in Deutschland 22,7 % der Bevölkerung im Alter von 18 bis 64 Jahren konventionelle Tabakprodukte. E-Zigaretten wurden von 4,3 % und Tabakerhitzer von 1,3 % 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 mit Hilfen zur Vorbereitung auf den Start in die Rauchfreiheit
- Tägliche Tipps vom 1. bis 31. Mai
- Wöchentlich Tipps für angemeldete Unterstützer:innen
- Abschlussbefragung sowie Auslosung von Gewinnen im Juni
- Wissenschaftliche Begleitung durch Eingangs-, Abschluss- und Nachbefragung der Teilnehmenden

Ein attraktives Angebot auch für Ihren Betrieb

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.

Alle weiteren Informationen unter: www.rauchfrei-im-Mai.de

6.386 waren im Mai 2024 dabei

Rauchfrei im Mai

Erfahrungen aus dem Jahr 2024

- 6.386 Raucher:innen sowie 550 Unterstützende haben sich zum Mitmachmonat angemeldet.
- Die Arbeitsstätte gehörte zu den am häufigsten genannten Wege, über die Teilnehmende von der Aktion erfahren hatten.
- 2.102 Personen füllten im Juni den Fragebogen zur Nachbefragung aus.
- In der Nachbefragung gaben 65 % an, im Mai keine Tabak- bzw. Nikotinprodukte konsumiert zu haben, das heißt, sie wurden erfolgreich rauchfrei.
- Bezogen auf die Gesamtzahl der Teilnehmenden und mit der konservativen Annahme, dass diejenigen Personen, die nicht an der Nachbefragung teilnahmen, weiterhin rauchen, haben 21 % aller Teilnehmenden von Rauchfrei im Mai den Rauchstopp geschafft.
- Von den Teilnehmenden, die den Rauchstopp nicht (komplett) geschafft haben, haben 62 % im Vergleich zum April weniger geraucht und rund 87 % den nächsten Rauchstopp mehr oder weniger fest eingeplant.
- Insgesamt gaben 95 % an, dass Sie Rauchfrei im Mai weiterempfehlen würden.

Wer tiefer einsteigen möchte

Das Konzept und die Teilnehmenden sind in einer Publikation in der Fachzeitschrift Pneumologie näher beschrieben:
Hanewinkel R, Barthels F, Isensee B. „Rauchfrei im Mai 2024“ – Konzept und Deskription der Teilnehmenden. Pneumologie 2024.
[doi: 10.1055/a-2405-2840]
Der Artikel kann gerne per Mail angefordert werden: rauchfrei-im-mai@ift-nord.de

Sie möchten Rauchfrei im Mai in Ihrer betriebsärztlichen Arbeit einsetzen?

- 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.
- Bestellen Sie unsere Printprodukte (Poster, Postkarten) zum Aushang oder zur Weitergabe.
- Motivieren Sie rauchende Patient:innen und Kolleg:innen zur Teilnahme.
- Verknüpfen Sie Rauchfrei im Mai mit Ihren eigenen oder weiteren Angeboten zum Rauchstopp.
- Starten Sie eine eigene Rauchfrei-Aktion in Ihrem Betrieb.
- Melden Sie sich bei weiteren Wünschen und Fragen bei uns!

Sei dabei!

Informationen zum Datenschutz und zu den Teilnahmebedingungen finden Sie unter www.rauchfrei-im-mai.de.

Organisation
IFT-NORD Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung

Gefördert durch
Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit
Deutsche Krebshilfe HELFEN. FORSCHEN. INFORMIEREN.