

# «Ich brauche keine, um einmalig zu sein.»

Cool sein ohne Zigi: Das Projekt «zackstark» motiviert Lernende, während der gesamten Lehrzeit rauchfrei zu bleiben. Wer es schafft, bekommt erst noch eine Belohnung.



Jetzt  
anmelden!

**zack** Aargau  
**stark**  
rauchfrei durch  
die Lehre

[www.zackstark.ch](http://www.zackstark.ch)

## Ein sinnvolles Projekt für Ihre Lernenden und Ihr Unternehmen

Gesundes Engagement, das sich lohnt: Das Projekt «zackstark» motiviert Ihre Lernenden, während der Lehre rauchfrei zu bleiben. Rauchfreie Fachkräfte haben Zukunft. Unterstützen Sie Ihre Lernenden dabei. Machen Sie mit!

### Es ist ganz einfach

Das Projekt «zackstark» richtet sich an alle Ausbildungsbetriebe. Die Lernenden unterzeichnen eine Vereinbarung, in der sie sich dazu verpflichten, während der Lehre rauch- und nikotinfrei zu bleiben. Die Berufsbildnerinnen und Berufsbildner Ihres Betriebs begleiten und motivieren die Lernenden. Bei Erfolg erhalten die Lernenden vom Ausbildungsbetrieb eine Belohnung.

### Eine gute Sache mit doppeltem Nutzen

«zackstark» leistet einen wichtigen Beitrag zur Gesundheit und Eigenverantwortung Ihrer Lernenden. Gleichzeitig bietet es Ihrem Unternehmen messbaren Nutzen.

### Vorteile für Ihre Lernenden

- Wer nicht raucht, lebt gesünder
- Lernende erfüllen eine Vorbildfunktion
- Das Projekt stärkt die Eigenverantwortung
- Nichtrauchen spart viel Geld und wird sogar belohnt

### Vorteile für Ihren Betrieb

- Imagegewinn als Ausbildungsbetrieb
- Mehr Produktivität
- Weniger Ausfall wegen Krankheit
- Kundinnen und Kunden fühlen sich nicht durch Tabakgeruch belästigt

### Als Ausbildungsbetrieb schaffen Sie die Basis zum Erfolg

Auf Sie kommt es an: Als Chefin, Chef, Berufsbildnerin oder Berufsbildner melden Sie Ihren Betrieb an. Sie motivieren Ihre Lernenden, bei «zackstark» mitzumachen.

### Für nichtrauchende sowie rauchende Lernende

Das Projekt bestärkt Ihre Lernenden darin, rauchfrei zu bleiben. Rauchen Ihre Lernenden bereits? Motivieren Sie sie zum Rauchstopp. Wir unterstützen Sie gerne dabei. Das Projekt «zackstark» mit den kostenlosen Zusatzdienstleistungen, wie z.B. Tabakpräventions-Workshops, stärkt den Durchhaltewillen.

### Belohnung fördert die Motivation

Als Anreiz für die Teilnahme erhalten alle Lernenden, die «zackstark» durchziehen, eine Belohnung. Diese übernimmt Ihr Betrieb. Ob in Form von zusätzlichen Ferien- oder Jokertagen, Geld oder Gutscheinen bestimmen Sie selbst. Der Wert muss pro Jahr mindestens zwei zusätzliche Ferientage oder CHF 100.– betragen. Von der Lungenliga Aargau erhalten die Lernenden jährlich ein kleines Geschenk und einen Kinogutschein.

### Sie machen mit? – So geht es weiter

- Melden Sie Ihren Betrieb jederzeit für das Projekt an.
- Melden Sie Ihre für die Teilnahme motivierten Lernenden an und unterzeichnen Sie die Vereinbarung. Informieren Sie die Eltern.
- Im Januar erhalten die Lernenden einen Kinogutschein von der Lungenliga Aargau.
- Im Juli / August überreichen Sie Ihre vereinbarte Belohnung. Von der Lungenliga Aargau gibt es ein weiteres Geschenk.
- Die Lungenliga Aargau informiert Sie per Newsletter über aktuelle Themen und was im Projekt gerade ansteht.

«zackstarke Betriebe machen den Unterschied. Und das mit einem so einfachen Projekt».

*Fabienne Hartmann, Projektleiterin Tabakprävention, Lungenliga Aargau*

«Ich selbst bin Raucher und weiss: Der Einstieg ist leicht, der Ausstieg ist schwer.»

*Urs Nüssle, Bauleiter MSL Ingenieure AG, Muri*

«Jeder investierte Franken kommt mehrfach zurück.»

*Bruno Hostettler, Inhaber Apotheke Aarburg*

[www.zackstark.ch](http://www.zackstark.ch)

## Anmelden

### Schon überzeugt? – Dann los!

Machen Sie beim Projekt «zackstark» mit? Dann melden Sie Ihre Lernenden an unter [www.zackstark.ch](http://www.zackstark.ch) oder 062 832 40 14.

«zackstark – rauchfrei durch die Lehre» ist ein Projekt der Lungenliga Aargau und Teil des kantonalen Tabakpräventionsprogramms. Alle teilnehmenden Lernenden sind über die gesamte Lehrzeit beim Projekt dabei.