

Tabakprävention im Kanton Thurgau

Kantonales Tabakpräventionsprogramm

The background features a faint, artistic illustration of a cigarette with smoke rising from it. The smoke is rendered in light, translucent grey tones, creating a sense of movement and volume. Overlaid on this are three horizontal stripes: a yellow stripe at the top, a green stripe in the middle, and a blue stripe at the bottom. The stripes are solid and vibrant, providing a modern, clean look to the cover.



*Die kann Mami nicht waschen.
Bleib sauber. Rauche nicht.*

Tabakprävention

im Kanton Thurgau

www.tabakpraevention.tg.ch

Strategische Programmleitung

Amt für Gesundheit
Ressort Gesundheitsförderung,
Prävention und Sucht
Zürcherstrasse 194a
8510 Frauenfeld

Operative Programmleitung

Lungenliga Thurgau
Bahnhofstrasse 15
8570 Weinfelden

Diese Broschüre gibt Ihnen einen Überblick über Tabakpräventionsangebote im Kanton Thurgau, die in den folgenden Bereichen angeboten werden:

- Schule
- Freizeit und Jugendliche
- Ausbildung und Arbeit
- Spital und Gesundheit
- Rauchstopp allgemein

Verschiedene Organisationen wie die Kodex-Stiftung, die Lungenliga Thurgau, die Perspektive Thurgau, Swiss Olympic sowie die Stiftung IdéeSport bemühen sich seit Langem, die Jugendlichen im Nichtrauchen zu bestärken sowie die Raucherinnen und Raucher beim Aussteigen zu unterstützen. Was bis jetzt aber noch gefehlt hat, ist ein Überblick über die verschiedenen Angebote und Projekte und die entsprechende Koordination der Tätigkeiten. Aus diesem Grund hat sich der Kanton Thurgau entschieden, ein Tabakpräventionsprogramm zu lancieren, das die Aktivitäten zum Thema Tabakprävention im Kanton zusammenfasst und koordiniert. Ein zielgerichtetes, wirkungsorientiertes Vorgehen hilft, die Qualität des Programms zu sichern.

Neben den Angeboten der verschiedenen Organisationen engagiert sich der Kanton Thurgau mit eigenen Projekten im Bereich Jugendschutz und Passivrauchschutz.

In der vorliegenden Übersicht finden Sie Kontaktdaten, Internet-Adresse und eine kurze Erläuterung zu den einzelnen Präventionsangeboten.

Viel Vergnügen beim Stöbern!

Impressum

Ausgabe 2014

Konzept Monika Imhof,
Lungenliga Thurgau

Bildmaterial Beiträge von
Jugendlichen zum freelance-Wettbewerb,
Thema Tabak. www.be-freelance.ch

Gestaltung Joss & Partner
Werbeagentur AG

Druck Ernst Schoop AG



**Freiheit
und
Abenteuer**

Schule

Kontakt

Lungenliga Thurgau
Bahnhofstrasse 15
8570 Weinfelden
071 626 98 98
info@lungenliga-tg.ch

Experiment Nichtraucher

Experiment Nichtraucher ist ein Wettbewerb der Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention Schweiz für alle Klassen des 6. bis 9. Schuljahres. Die Teilnehmenden verzichten sechs Monate lang auf Tabak. Zu gewinnen gibt es SBB-Gutscheine und weitere kantonale Preise. Die Lungenliga Thurgau ist kantonaler Umsetzungspartner.

www.experiment-nichtrauchen.ch

Kontakt

Perspektive Thurgau
Schützenstrasse 15
8570 Weinfelden
071 626 02 02
info@perspektive-tg.ch

«freelance»

«freelance» ist ein dreiteiliges Suchtpräventionsprogramm für die Sekundarstufe. Unterrichtsmaterial zu den Themen Tabak, Alkohol, Cannabis und Neue Medien steht zum Download bereit. Die Präventionsbox, Plakate, Postkarten und Schüleragenden können kostenlos bestellt werden. Die Perspektive Thurgau ist kantonaler Umsetzungspartner.

www.be-freelance.ch

Kontakt

Kodex-Stiftung
für Suchtmittel-Prävention
Postfach 569
8501 Frauenfeld
052 721 01 52
info@kodex.ch

Kodex

Kodex ist ein dreistufiges Programm der Kodex-Stiftung für Suchtmittel-Prävention in der Oberstufe. Der freiwillige Verzicht auf Tabak, Alkohol, illegale Drogen und Medikamentenmissbrauch wird beim erfolgreichen Programmdurchlauf mit Anerkennungsmedaillen und -Urkunden belohnt.

www.kodex.ch



ATEMILOS.

RAUCHEN NIMMT DIR DIE LUFT UND DU BLEIBST AUF DER STRECKE.

Freizeit und Jugendliche

Kontakt

Sportamt Thurgau
Kantonaler Botschafter
Zürcherstrasse 177
8500 Frauenfeld
058 345 60 00
sportamt@tg.ch

«cool and clean»

«cool and clean» ist das Präventionsprogramm von Swiss Olympic im Schweizer Sport und setzt sich ein für fairen und sauberen Sport. Es richtet sich an Sportvereine, Kader von Sportverbänden und Swiss Olympic Label-Schulen. Das Sportamt Thurgau ist kantonaler Umsetzungspartner.

www.coolandclean.ch

Kontakt

Stiftung IdéeSport
Regionalbüro Ostschweiz
Hafnerstrasse 8
9000 St.Gallen
071 220 98 10
ostschweiz@ideesport.ch

MidnightSports

Die Stiftung IdéeSport hat gemeinsam mit den Gemeinden ein attraktives rauchfreies Angebot für Jugendliche aufgebaut, die am Samstagabend an Sport und Spass interessiert sind. Bis heute sind dies MidnightFun in Weinfelden, MidnightSports in Aadorf und ab Oktober 2014 MidnightSports in Egnach.

www.ideesport.ch

Kontakt

Thurgauer Offene Jugendarbeit
8501 Frauenfeld
079 936 89 07
tojaverein@bluewin.ch

TOJA

TOJA, das Netzwerk Thurgauer offene Jugendarbeit, entwickelt ein Handbuch zur Tabakprävention für die Leiterinnen und Leiter der Fachstellen für offene Jugendarbeit. Neben aufbereiteten Informationen zum Thema Tabak finden sich dort Projekte zur einfachen Umsetzung in den Fachstellen.

www.toja-verein.ch

A person with long blonde hair, wearing a black t-shirt and black jeans, is seen from the side, carrying a large, dark grey wooden board. The board is covered with numerous discarded cigarette butts, some of which are protruding from the surface. The person is standing on a light-colored concrete floor with a visible crack. A bright yellow diagonal banner is overlaid across the image, containing the text 'RAUCHEN IST EINE LAST' in bold black letters.

RAUCHEN IST EINE LAST

Ausbildung und Arbeit

Kontakt

Lungenliga Thurgau
Kantonale Projektleitung
Rauchfreie Lehre
Bahnhofstr. 15
8570 Weinfelden
071 626 98 98
tg@rauchfreielehre.ch

Rauchfreie Lehre

Das Projekt Rauchfreie Lehre, ein Angebot der Lungenliga, unterstützt die Lernenden dabei, rauchfrei zu bleiben beziehungsweise zu werden. Mit ihrer Anmeldung verpflichten sie sich, während des Lehrjahres weder bei der Arbeit noch in der Freizeit Tabak zu konsumieren. Bei Einhaltung dieser Vereinbarung winken attraktive nationale und kantonale Preise. Die Ausbildungsbetriebe und Berufsfachschulen können ihre Lernenden zusätzlich dabei unterstützen. Die Lungenliga Thurgau ist kantonaler Umsetzungspartner.

www.rauchfreielehre.ch

Kontakt

Lungenliga beider Basel
Unternehmen rauchfrei
Kanonengasse 33
4410 Liestal
061 927 91 28
info@unternehmenrauchfrei.ch

Unternehmen rauchfrei

Mit dem nationalen Projekt «Unternehmen rauchfrei» unterstützt die Lungenliga Mitarbeitende von Unternehmen dabei, mit dem Rauchen aufzuhören. Dieses Rauchstopp-Angebot umfasst den Info-Event «Let's talk about smoking» sowie Rauchstopp-Trainings. Die Ausarbeitung erfolgreicher Rauchregelungen bis hin zur Integration in das betriebliche Gesundheitsmanagement gehören ebenfalls zum Angebot.

www.unternehmenrauchfrei.ch

Bon Appétit.



Spital und Gesundheit

Kontakt

Lungenliga Thurgau
Im Kantonsspital Frauenfeld
und Münsterlingen
071 626 98 98
info@lungenliga-tg.ch

Raucherberatung im Spital

Die Lungenliga Thurgau unterstützt Patientinnen und Patienten der Kantonsspitäler Münsterlingen und Frauenfeld, die mit dem Rauchen aufhören oder ihren Tabakkonsum reduzieren wollen. Sie bietet individuell abgestimmte Raucherberatungen an. Eine Beratung besteht aus sechs Sitzungen à 30 Minuten, ergänzt mit Beratungen via Telefon oder E-Mail. Das Erstgespräch ist kostenlos und unverbindlich. Die Sitzungen finden jeweils vor Ort im Spital Frauenfeld oder Münsterlingen statt.

www.raucherberatung-thurgau.ch

Kontakt

Lungenliga Thurgau
Bahnhofstrasse 15
8570 Weinfelden
071 626 98 98
info@lungenliga-tg.ch

Rauchfreie Luft – gesunde Kinder

«Rauchfreie Luft – gesunde Kinder» ist ein Weiterbildungsangebot der Lungenliga Schweiz für Gesundheitsfachleute (Mütter- und Väterberaterinnen, Hebammen, Pflegefachpersonen sowie Stillberaterinnen). Ziel ist es, die Passivrauchbelastung bei Kleinkindern zu senken. Mithilfe einer Kurzintervention sollen Eltern unterstützt werden, ihr Wissen zu Passivrauchschutz zu erweitern und ihr Rauchverhalten zuhause zu verändern. Die Lungenliga Thurgau ist kantonaler Umsetzungspartner.

www.lungenliga.ch > für Fachpersonen



AUCH **ZIGARETTEN**
LEBEN NICHT
LANGE

Rauchstopp allgemein

Kontakt

Lungenliga Thurgau
Bahnhofstrasse 15
8570 Weinfelden
071 626 98 98
info@lungenliga-tg.ch

Raucherberatung

Die Lungenliga Thurgau unterstützt Menschen, die mit dem Rauchen aufhören oder ihren Tabakkonsum reduzieren wollen. Sie bietet individuell auf die Person abgestimmte Raucherberatungen an. Eine Beratung besteht aus sechs Sitzungen à 30 Minuten, ergänzt mit Beratung via Telefon oder E-Mail. Die Sitzungen finden in Weinfelden in den Räumen der Lungenliga statt. Das Erstgespräch ist kostenlos und unverbindlich. Die Raucherberatung kann in Gruppen oder mit Partnerin oder Partner absolviert werden.

www.lungenliga-tg.ch

Kontakt

Lungenliga Thurgau
Bahnhofstrasse 15
8570 Weinfelden
071 626 98 98
info@lungenliga-tg.ch

Rauchstopp-Wettbewerb

Das Nationale Rauchstopp-Programm organisiert zum Welttag ohne Tabak – jeweils am 31. Mai des Jahres – einen Rauchstopp-Event mit Wettbewerb. Die Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention Schweiz, die Lungenliga Schweiz, die Krebsliga Schweiz und die Schweizerische Herzstiftung bilden die Trägerschaft. Der Wettbewerb soll Raucherinnen und Raucher zu einer einmonatigen Rauchpause motivieren. Die Lungenliga Thurgau ist kantonaler Umsetzungspartner.

www.rauchstopp-wettbewerb.ch

Partnerorganisationen Thurgau

Kodex-Stiftung

für Suchtmittel-Prävention

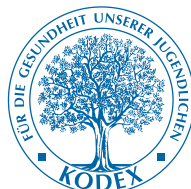
Postfach 569

8501 Frauenfeld

052 721 01 52

info@kodex.ch

www.kodex.ch



Lungenliga Thurgau

Bahnhofstrasse 15

8570 Weinfelden

071 626 98 98

info@lungenliga-tg.ch

www.lungenliga-tg.ch



LUNGENLIGA THURGAU

Perspektive Thurgau

Schützenstrasse 15

8570 Weinfelden

071 626 02 02

info@perspektive-tg.ch

www.perspektive-tg.ch



**Perspektive
Thurgau**

Gesundheitsförderung
und Prävention

Spital Thurgau AG

Geschäftsstelle

Waldeggstrasse 8a

8501 Frauenfeld

052 723 77 11

info@stgag.ch

www.stgag.ch



Spital Thurgau

Thurgauer Offene Jugendarbeit

8501 Frauenfeld

079 936 89 07

tojaverain@bluewin.ch

www.toja-verein.ch



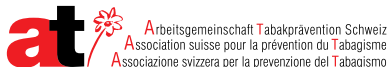
Thurgauer Offene Jugendarbeit

Partnerorganisationen Schweiz

Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention Schweiz

Haslerstrasse 30
3008 Bern
031 599 10 20

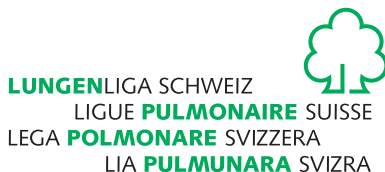
info@at-schweiz.ch
www.at-schweiz.ch



Lungenliga Schweiz

Chutzenstrasse 10
3007 Bern
031 378 20 50

info@lung.ch
www.lungenliga.ch



Stiftung IdéeSport

Brunnenstrasse 1
8610 Uster
044 941 44 88

info@ideesport.ch
www.ideesport.ch



Swiss Olympic

Haus des Sports
Talgutzentrum 27
3063 Ittigen b. Bern
031 359 72 27

coolandclean@
swissolympic.ch
www.coolandclean.ch



Das Kantonale Tabakpräventionsprogramm Thurgau wird vom Tabakpräventionsfonds finanziell unterstützt.

**Strategische
Programmleitung**

Amt für Gesundheit
Ressort Gesundheitsförderung,
Prävention und Sucht
Zürcherstrasse 194a
8510 Frauenfeld
058 345 68 60
gesundheitsamt@tg.ch

**Operative
Programmleitung**

Lungenliga Thurgau
Bahnhofstrasse 15
8570 Weinfelden
071 626 98 98
info@lungenliga-tg.ch