

Nichtrauchen in Sachsen – Angebote zur Raucherberatung und Raucherentwöhnung

Mit dieser Übersicht möchte der Sächsische Arbeitskreis „Förderung des Nichtrauchens“ über Angebote der Raucherberatung / Raucherentwöhnung speziell in Sachsen informieren. Wissenschaftliche Untersuchungen konnten belegen, dass die Erfolgschancen für die Raucherentwöhnung durch zusätzliche Unterstützung z. B. in Form von Verhaltenstherapie, Raucherberatung, Nikotinpflaster auf bis zu 40 % steigen.

Diese Übersicht ist keineswegs vollständig. Falls Sie kein Angebot in Ihrer Region finden, empfehlen wir den Kontakt zu Ihrem zuständigen Gesundheitsamt, der Suchtberatungsstelle oder einfach zu Ihrem Hausarzt. Im Internet finden Sie weitere Angebote, z. B. in Deutschland größter Datenbank der Anbieter für Raucherberatung und Tabakentwöhnung www.anbieter-raucherberatung.de.






Nehmen Sie die Angebote und somit Ihre Chance für ein rauchfreies Leben wahr! Wir wünschen Ihnen dazu viel Erfolg!

1. online-Angebote

www.rauchfrei-info.de Ausstiegsprogramm der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung,
www.justbesmokefree.de Programm zur Raucherentwöhnung für Jugendliche und junge Erwachsene


www.aok.de/ich-werde-nichtraucher/index.php das kostenlose AOK Nichtrauchertraining
www.aok.de/bundesweit/ratgeber-foren/ratgeber-foren-rauchen-und-nichtrauchen-22395.php das online-Ratgeberforum „Nichtrauchen“

2. Telefonische Beratung zur Raucherentwöhnung – bundesweite Angebote

- Beratungstelefon Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung  (0 18 05) 31 31 31 Mo.-Do.: 10:00 – 22:00 Uhr
(12 Ct./ Min.) Fr.-So.: 10:00 – 18:00 Uhr
- Beratungstelefon Deutsches Krebsforschungszentrum  (0 62 21) 42 42 00 Mo.-Fr.: 14:00 – 18:00 Uhr
- Raucher-Hotline für Krebspatienten  (0 62 21) 42 42 24 Mo.-Fr.: 14:00 – 18:00 Uhr
- Info- und Beratungstelefon für die Prävention des Plötzlichen Säuglingstodes (Schlafmedizin Sachsen e. V.)  (01 80) 50 99 555 Montags 10:00 – 16:00 Uhr
(12 Ct./ Min.)
- HelpLine- Bayern wird rauchfrei!  (08 00) 141 81 41 Mo.-Fr.: 9:00 – 19:00 Uhr
kostenfrei Donnerstags bis 20:00 Uhr

Hinweis:

Versicherte der AOK PLUS sollten sich vor der Inanspruchnahme eines Angebotes der Raucherentwöhnung an die Kundenberatung der AOK PLUS in einer Filiale wenden bzw. Kontakt per Telefon aufnehmen:

 (01 80) 2 47 10 00

Montag bis Sonntag 24 h für 6 Cent pro Anruf aus dem dt. Festnetz, maximal 42 Cent pro Minute aus den Mobilfunknetzen

3. Angebote von Suchtberatungsstellen (SBB) u. a. geordnet PLZ

Angebot in: PLZ	Ort	Institution / Ansprechpartner / eMail	Tel.	Methode
01099	Dresden	• SBB Caritas Dresden kontakt@caritas-suchtberatung-dresden.de	(03 51) 8 04 38 04	BZgA/IFT: Rauchfrei-Programm
01157	Dresden	• SBB „Horizont“, Dresden West – Suchtzentrum Leipzig horizont@suchtzentrum.de	(03 51) 4 20 77 38	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten und Einzelberatung
01187	Dresden	• TU Dresden Raucherambulanz Dresden www.raucherambulanz.tu-dresden.de	(03 51) 463 39800	BZgA Rauchfrei-Programm
01237	Dresden	• SBB GESOP gGmbH Dresden Herr Künzel sbb@gesop-dresden.de	(03 51) 2 87 91 77	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
01277	Dresden	• AWO Schwangerenberatung, Schaufußstr. 27, 01277 Dresden, Frau Wegener	(03 51) 3 36 11 07	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten – Angebot für Schwangere
01097	Dresden	• Zentrum für Angewandte Prävention Rähnitzgasse 23	(03 51) 206 847 80	„Rauchfrei in 6 Wochen im Schlaf“
01159	Dresden	• Isis gGmbH, Emil-Ueberall-Str. 22		Das Rauchfrei-Programm
01307	Dresden	• SBB DW Stadtmission Dresden, Fetscherstraße 10		Das Rauchfrei-Programm
01219	Dresden	• Krowas & Thomas GdR Psychologische Psychotherapeuten, Lockwitzer Str. 20		Rauch frei
01277	Dresden	• Gesundheitszentrum Einklang, Pfaffensteiner straße 1b		Rauchfrei in 10 Schritten
01187	Dresden	• ProAktiv, Kaitzer Straße 151		Das Rauchfrei-Programm
01589	Riesa	• SBB DW Riesa / Großenhain: Frau Schulz Sucht.leit@diakonie-grossenhain.de	(0 35 25) 60 69 71	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
01662	Meißen	• SBB DW Meißen / Herr Hauswald sbb-meissen@diakonie-meissen.de	(0 35 21) 73 81 73	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
01705	Freital	• SBB AWO/DW „Löwenzahn“ Freital Suchtberatung-ftl@awo-weisseritzkreis.de	(03 51) 6 49 35 28	Einzelberatung
01744	Dippoldiswalde	• Gesundheitsamt Dippoldiswalde Frau Bühn Silvia.Buehn@weisseritzkreis.com	(0 35 04) 6 20 24 14	BZgA: Rauchfrei in 10 Schritten / Erstgespräche und Vermittlungen
01796	Pirna	• SBB DW Pirna / Herr Hemmann suchtberatung@diakonie-pirna.de	(0 35 01) 52 86 46	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
01796	Pirna	• Klinikum Pirna GmbH, Frau Heinrich Struppener Str. 13 Nichtraucher-in6Wochen@klinikum-pirna.de	(0 35 01) 7118-1258	Nichtraucher in 6 Wochen
01816	Bad Gottleuba	• Gesundheitspark, Hauptstraße 39		Rauchfrei in 10 Schritten
01844	Neustadt	• SBB DW Pirna, Dresdner Str. 48		Das Rauchfrei Programm
01917	Kamenz	• SBB DW Kamenz / Frau Wehner suchtberatung@diakonie-kamenz.de	(0 35 78) 38 54 30	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
01917	Kamenz	• VHS, Macherstraße 144 a		Das Rauchfrei-Programm
02625	Bautzen	• SBB AWO, Löbauer Str. 48		Das Rauchfrei-Programm
02627	Kubschütz / OT Jenkwitz	• Ambus gGmbH, Sandweg 6, 02627 Kubschütz OT Jenkwitz Kontakt über SBB AWO Bautzen Suchtberatung@AWO-Bautzen.de	(0 35 91) 3 26 11 40	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
02692	Großpostwitz	• Valentin Pistrujew, An der Lessingschule 2		Rauchfrei in 10 Schritten
02763	Zittau	• come back e. V. Zittau Frau Jakob info@verein-comeback.de	(0 35 83) 50 09 00	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten

02826	Görlitz	• VHS, Langenstraße 23		Rauch frei
02826	Görlitz	• PSBB, Jakobstraße 24		Rauchfrei
02827	Görlitz	• Malteser Krankenhaus St. Carolus, Carolusstraße 212		Rauchfrei
02943	Weißwasser	• SBB DW Hoyerswerda / Frau Putzler suchtberatung-wsw@t-online.de	(0 35 76) 20 00 07	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
04107	Leipzig	• „St. Georg“ Leipzig / SuchtKontakt Känguruh / Frau Hildebrand zfdkaenguruh@sanktgeorg.de	(03 41) 9 61 80 73	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
04129	Leipzig	• SBB BKD Leipzig Herr Schmidt, Herr Kappler, Frau Gorn osd.sbb-v@diakonie-leipzig.de	(03 41) 91 04 69 25 5 83 07 44 5 83 07 44	Einzeltherapie Selbsthilfegruppe BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
04155	Leipzig	• SBB „Impuls“ Suchtzentrum / Frau Böttner, impuls@suchtzentrum.de	(03 41) 5 66 24 24	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
04177	Leipzig	• „St. Georg“ Leipzig / Zentrum für Drogenhilfe / Frau Wala, zfdregenbogen@sanktgeorg.de	(03 41) 6 87 06 92	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
	Leipzig	• IKK Sachsen Kundencenter Herr Oelsner	(03 41) 4 82 29 83	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
04109	Leipzig	• MeAmnAktiVital GmbH, Käthe-Kollwitz-Str. 6		Das Rauchfrei-Programm
04315	Leipzig	• Marcus Richarz, Konstantinstraße 16		Raucherentwöhnung
04105	Leipzig	• Arztpraxis Ursula Schönfelder, Tschaikowskistr. 12 www.UrsulaSchoenfelder.de	0341-980 6785	Das Rauchfrei-Programm Das Rauchfrei-Programm- Kompaktversion, Einzelberatung
04552	Borna	• SBB GA Borna Herr Freiberger, andreas.freiberger@lk-l.de	(0 34 33) 24 15 28	geplant Raucherentwöhnung auf Basis Verhaltenstherapie
04668	Grimma	• SBB GA Grimma / Frau Klemm sabine.klemm@lra-mtl.de	(0 34 37) 98 45 33	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
04720	Döbeln	• SBB DW Döbeln, Otto-Johnson-Str. 4 sucht@diakonie-doebeln.de	(0 34 31) 71 26 18	Das Rauchfrei-Programm
04808	Wurzen	• VHS, Lüptitzer Straße 2		Rauchfrei
04860	Torgau	• SBB DW Torgau suchtberatung@dw-ot.de	(0 34 21) 72 45 41	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
08056	Zwickau	• SBB Caritas Zwickau / Frau Groh sucht@caritas-zwickau.de	(03 75) 3 90 38 23	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
08058	Zwickau	• SBB BTZ Zwickau / Frau Mende btzz@onlinehome.de	(03 75) 21 26 31	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
08209	Auerbach	• DKZS SBB Auerbach / Frau Vogel Herrenwiese 9 a suchtberatung@diakonie-auerbach.de	(0 37 44) 83 12 15	Das Rauchfrei-Programm
08223	Falkenstein	• Bernd Leithold, Wohnpark Am Brand 7 a		Rauchfrei
08228	Rodewisch	• EASY LIFE – der Gesundheitsladen, Dr.- Goerdeler Str. 2		Rauchfrei
08280	Aue	• SBB DW Aue / Frau Bach Dr. O-Nuschke-Str. 46 suchtberatung.aue@diakonie-asz.de	(0 37 71) 15 41 40	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
08468	Reichenbach / V.	• SBB DRK Reichenbach / Frau Poller Albertstraße 38 suchtberatung@drk-reichenbach.de	(0 37 65) 1 34 69	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
08523	Plauen	• DKZS SBB Plauen / Herr Augsten sbb@diakonie-plauen.de	(0 37 41) 22 34 89	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
08606	Oelsnitz	• DKZS SBB Oelsnitz / Frau Antlauf suchtberatung@marienstift-oelsnitz.de	(03 74 21) 2 67 00	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
08645	Bad Elster	• Vogtland Klinik, Forststraße 3		Rauchfrei-Programm

09120	Chemnitz	<ul style="list-style-type: none"> • Raucherambulanz Chemnitz TU Chemnitz, Lehrstuhl für Klinische Psychologie / Susan Glöckner www.raucherambulanz-chemnitz.de raucherambulanz@tu-chemnitz.de 	(01 76) 51 48 10 34 (03 71) 53 12 74 70	10 Sitzungen + 6 Monate telefonische Nachbetreuung / ausführliche Diagnostik + verhaltenstherapeutisches Entwöhnungstraining Tabakentwöhnung für erwachsene und jugendliche Raucher
09126	Chemnitz	<ul style="list-style-type: none"> • SBB AWW Chemnitz / Frau Knorr mail@suchtberatung-chemnitz.de 	(03 71) 5 38 06 25	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
09130	Chemnitz	<ul style="list-style-type: none"> • SBB DW Stadtmission Chemnitz / Herr Rost sucht@stadtmission-chemnitz.de 	(03 71) 4 33 41 11	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
09212	Limbach-Oberfrohna	<ul style="list-style-type: none"> • Isabella Seipolt, Am Eichenwald 6 		Nichtraucher in 6 Schritten
09337	Hohenstein-Ernstthal	<ul style="list-style-type: none"> • SBB DW Hohenstein-Ernstthal / Frau Dittrich sucht@diakonie-vestsachsen.de 	(0 37 23) 41 21 15	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
09496	Marienberg	<ul style="list-style-type: none"> • SBB DW Marienberg / Herr Günther sbb@diakonie-marienberg.de 	(0 37 35) 91 15 22	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
09599	Freiberg	<ul style="list-style-type: none"> • SBB DW Freiberg / Frau Tilch, Peterstr. 44 sucht@diakonie-freiberg.de 	(0 37 31) 48 22 20	Das Rauchfrei-Programm
09648	Mittweida	<ul style="list-style-type: none"> • SBB BKD Mittweida / Herr Käthner blaues-kreuz.mittweida@t-online.de 	(0 37 27) 93 05 79	Rauchfrei in 10 Schritten