Städtisches
KRANKENHAUS KIEL

Pressemitteilung

Kiel, 21.10.2026

Städtisches Krankenhaus Kiel:
„Das Rauchfrei-Programm“: Endlich mit dem Rauchen aufhören? Kostenlose Infoveranstaltung am 2. November

In Deutschland rauchen ungefähr 18 Millionen Menschen. Davon sterben jedes Jahr mehr als 100.000 Menschen an den Folgen des Tabakkonsums. Das Städtisches Krankenhaus bietet ein kostenpflichtiges „Rauchfrei Programm“ an, das sich aus 3 Kursen zusammensetzt. Dr. Sarah Laufer, zertifizierte Trainerin für das Rauchfrei-Programm, leitet dieses kostenpflichtige Gruppenprogramm für alle, die langfristig rauchfrei leben wollen. Zur Information gibt es am 2. November, 18:00 -19:30 Uhr eine kostenlose Infoveranstaltung, die über das Kursprogramm informieren soll.

Das Motto des ersten kostenpflichtigen Kurstermins am 5. November lautet „Warm-up - Warum wollen Sie eigentlich aufhören?“ um 18:00 - 21:00 Uhr. „Wie genau es mit dem Rauchstopp klappt“, wird am 09.11., 18:00-21:00 Uhr, erläutert. Am 12.11., 18:00 - 21:00 Uhr, geht es um die Zukunft, damit Sie rauchfrei bleiben. Die Gruppentreffen finden statt im Städtisches Krankenhaus Kiel, Eingang Metzstraße, 2. OG, Konferenzraum.

Wer sich entschließt dem Glimmstengel „adieu“ zu sagen, kann sich unter pneumologie@krankenhaus-kiel.de für das kostenpflichtige Gruppenprogramm anmelden. Übrigens: Ihr Körper wird es Ihnen danken! Beispielsweise erholen sich Puls und Blutdruck, das Herzinfarktrisiko wird kleiner, der Geruchs- und Geschmackssinn verbessern sich und die Atmung wird merklich besser.

Das „Rauchfrei-Programm“ ist ein Tabakentwöhnungsprogramm, das Teilnehmer*innen mit neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen und therapeutischen Methoden unterstützt. Es wurde vom Institut für Therapieforschung in Zusammenarbeit mit der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung entwickelt. Der kostenpflichtige Gruppenkurs besteht aus jeweils 3 dreistündigen Kurstreffen, Telefontermine und einem Handbuch. Die Kursgebühr beträgt 280 Euro und damit ein Bruchteil an Kosten, die der Tabakkonsum täglich kostet. Eine finanzielle Förderung des „Rauchfrei-Programmes“ durch die Krankenkassen ist möglich! Nach Abschluss des Präventionskurses erhalten die Teilnehmer*innen eine Bescheinigung, die bei der Krankenkasse eingereicht werden kann. Die Anzahl der Plätze ist auf maximal 14 Teilnehmer begrenzt.

Termine „Rauchfrei-Programm“:
kostenlose Infoveranstaltung 02.11., 18.00 bis 19.30 Uhr; kostenpflichtige Kurstermine: 05.11. 09.11. 12.11., jeweils 18 bis 21 Uhr.
Anmeldung und Informationen unter pneumologie@krankenhaus-kiel.de