

Pressemitteilung

AOK Sachsen-Anhalt startet „Rauchfrei in den Frühling“

Magdeburg, 30. April 2025

Rund jeder vierte Erwachsene in Sachsen-Anhalt raucht. Der Raucheranteil liegt mit 22,5 Prozent deutlich über dem Bundesdurchschnitt von 18,9 Prozent.

Unter dem Motto „Neustart im Mai: Rauchfrei in den Frühling“ startet die AOK Sachsen-Anhalt deshalb im Mai eine Informations- und Mitmachkampagne rund um das Thema Rauchstopp. Ziel ist es, Menschen beim Einstieg in ein rauchfreies Leben zu unterstützen – mit Angeboten, fundiertem Wissen und individueller Motivation.

Herzstück der Initiative ist eine eigens eingerichtete Internetseite, auf der alle Informationen und Unterstützungsangebote gebündelt zur Verfügung stehen. Neben „Rauchfrei“-Kursen, die sowohl online als auch vor Ort stattfinden, bietet die AOK auch Experten-Chats u.a. mit Dr. med. Martin Lehmann, Chefarzt der Klinik für Allgemein-, Gefäß- und Viszeralchirurgie an der Helios Klinik Jerichower Land. Jeweils am 12. und 27. Mai um 18 Uhr beantworten er und andere Experten persönliche Fragen und erläutern, wie es gelingen kann, mit dem Rauchen aufzuhören und wie schnell sich positive Effekte einstellen.

Darüber hinaus klärt die AOK über die gesundheitlichen Risiken des Rauchens und Vapens auf und zeigt praxisnahe Wege, wie man den Weg aus der Nikotinabhängigkeit schaffen kann. Besonders im Fokus: Tipps zur Selbstmotivation, um den Rauchstopp nachhaltig und erfolgreich umzusetzen.

Interessierte finden alle Informationen unter www.deine-gesundheitswelt.de/rauchfrei. Das Angebot stehe allen Interessierten offen, eine AOK-Mitgliedschaft ist nicht notwendig. „Der Frühling ist der perfekte Zeitpunkt für einen persönlichen Neustart“, sagt Franziska Glimm, Gesundheitscoach bei der AOK Sachsen-Anhalt. „Mit unserer Kampagne wollen wir gezielt Anreize schaffen, dem Rauchen Lebewohl zu sagen – für mehr Lebensqualität, Gesundheit und Wohlbefinden.“

Neben dem Internetauftritt macht die AOK auch auf ihren Social Media-Kanälen auf die Aktion aufmerksam.

AOK Sachsen-Anhalt

Die AOK Sachsen-Anhalt betreut rund 840.000 Versicherte und 50.000 Arbeitgeber online und vor Ort im ganzen Land. Mit einem Marktanteil von 41 Prozent ist sie die größte regionale Krankenkasse in Sachsen-Anhalt.

Bilderservice:

Für Ihre Berichterstattung in Verbindung mit dieser Pressemitteilung können Sie das beigefügte Foto bei Angabe des Bildnachweises kostenfrei verwenden.



Fast jeder vierte Sachsen-Anhalter raucht. Mit der Initiative „Rauchfrei in den Frühling“ möchte die AOK Sachsen-Anhalt Menschen beim Einstieg in ein rauchfreies Leben unterstützen und motivieren. Foto: AOK