

So werde ich rauchfrei . . .

Eine Initiative von vier großen Arbeitgebern Salzburgs



STADT : SALZBURG Magistrat



Fachhochschule
Salzburg University
of Applied Sciences



Liebe Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter,

die Gesundheit jeder einzelnen Mitarbeiterin und auch jedes einzelnen Mitarbeiters ist uns ein wichtiges Anliegen. Eine der wirksamsten Strategien, um die Gesundheit zu fördern und die Lebenserwartung zu erhöhen, ist nicht zu rauchen. Um Sie dabei zu unterstützen, nachhaltig rauchfrei zu werden, haben wir - FH SALZBURG, MAGISTRAT SALZBURG, PALFINGER und SPAR - eine Kooperation gestartet und eine große Initiative zur Raucherentwöhnung ins Leben gerufen. Nach einer erfolgreichen Zeit der Raucherentwöhnung mit Vorträgen und Kursen laden wir Sie anlässlich des Weltnichtrauchertages am 31.05. zu einer Abschlussveranstaltung am 1. Juni 2015 mit besonderem Programm ins Oval im Europark ein.

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg und alles Gute für Ihren Start in ein rauchfreies Leben!



Magistratsdirektor Stadt Salzburg
Dr. Martin Floss

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Floss M.' with a stylized flourish.



Vorstandsvorsitzender PALFINGER
Dipl. Ing. Herbert Ortner

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'H. Ortner' with a stylized flourish.



Vorstandsvorsitzender SPAR
Dr. Gerhard Drexel

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'G. Drexel' with a stylized flourish.



Geschäftsführerin FH Salzburg
Mag.a Dr.in Doris Walter

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'D. Walter' with a stylized flourish.

Schritt für Schritt rauchfrei . . .

Den Startschuss bildet ein kostenloser Vortrag einer Gesundheitspsychologin der Salzburger Gebietskrankenkasse. Neben dem theoretischen Inhalt wird auch ein Smokerlyzer - Test durchgeführt.

Jede Mitarbeiterin und jeder Mitarbeiter der Kooperationspartner kann an jedem der folgenden Termine teilnehmen:

20. Jänner 2015	11:30 Uhr	MAGISTRAT SALZBURG Siezenheimerstr. 20, Kantine
21. Jänner 2015	15:00 Uhr	MAGISTRAT SALZBURG Schloss Mirabell, Pegasus Zimmer
16. Februar 2015	09:00 Uhr	PALFINGER F.-W.-Scherer Straße 24
18. Februar 2015	11:00 Uhr	FH SALZBURG Campus Urstein

Den zweiten Teil des Programmes bilden die Rauchfrei-Schulungen von AVOS Prävention und Gesundheitsförderung. Hier werden Sie von Psychologinnen und Psychologen an 6 Terminen Schritt für Schritt darauf vorbereitet, mit dem Rauchen aufzuhören, Rückfälle zu vermeiden bzw. professionell damit umzugehen.



Jede Mitarbeiterin und jeder Mitarbeiter der Kooperationspartner kann eines der genannten Seminare wählen. Die Anmeldung erfolgt zum frei gewählten Kursblock und nicht zu einzelnen Terminen. Bei Krankheit oder dienstlicher Verhinderung kann ein versäumtes Modul in einem anderen Seminar nachgeholt werden. Das Seminar kostet insgesamt € 150,00 wobei bei einer Anwesenheit von mindestens vier Terminen € 75,00 von der Krankenkasse rückerstattet werden. Zudem gibt es eine Unterstützung der Betrieblichen Gesundheitsförderung von € 50,00 wenn Sie bis Jahresende rauchfrei bleiben.

Anmeldeformular & Anmeldung

bis 16.02.2015 beim jeweiligen Arbeitgeber:

MAGISTRAT SALZBURG: Dr.in Susanne Schöndorfer (stadtgesund@stadt-salzburg.at)

PALFINGER AG: Claudia Eigenherr (c.eigenherr@palfinger.com)

Carina Hochradl (c.hochradl@palfinger.com)

SPAR: Dr.in med. Andrea Tögel (andrea.toegel@spar.at)

FH SALZBURG: Katharina Lorenz (humanresources@fh-salzburg.ac.at)

Die Termine . . .

	SPAR Hauptzentrale Europastraße 3 5015 Salzburg 17:00 - 18:30 Uhr	MAGISTRAT SALZBURG Schloss Mirabell, Pegasus Zimmer 5020 Salzburg 17:00 - 18:30 Uhr	PALFINGER Moosmühlstraße 1 5203 Köstendorf 16:00 - 17:30 Uhr	PALFINGER F.-W.-Scherer-Straße 24 5020 Salzburg 16:00 - 17:30 Uhr	PALFINGER Kapellenstraße 18 5211 Friedburg/Lengau 16:00 Uhr GKK OÖ
Modul 1	24. Februar	25. Februar	02. März	05. März	09. März
Modul 2	03. März	04. März	09. März	12. März	16. März
Modul 3	10. März	11. März	16. März	19. März	23. März
Modul 4	17. März	18. März	23. März	26. März	30. März
Modul 5	24. März	25. März	30. März	02. April	13. April
Modul 6	14. April	15. April	13. April	09. April	

Abschlussveranstaltung . . .

Am 1. Juni 2015 um 17:00 Uhr laden wir Sie zum Abschlussevent mit besonderem Programm ins Oval im Europark ein. Das Programm wird vor der Veranstaltung in den Firmen aufgelegt.

Weitere Infos . . .

- www.rauchfrei.at
- Raucherberatung der Gebietskrankenkasse
- SPAR Gesundheitsapp: Ihr persönlicher Gesundheits-coach! Er begleitet Sie fit, gesund und rauchfrei durch das ganze Jahr! Jetzt APP GRATIS downloaden!



Impressum:

Medieninhaber & Herausgeber: PALFINGER AG / für den Inhalt verantwortlich: Claudia Eigenherr, Carina Hochradl, Susanne Schöndorfer / Fotos: PALFINGER AG, Fotolia

