

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 Erfolgchancen für die Raucherentwöhnung durch zusätzliche Unterstützung z. B. in Form von Verhaltenstherapie, Raucherberatung, Nikotinplaster 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

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.-Sa.: 16:00 – 20:00 Uhr
kostenfrei

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

Angebot in: PLZ	Ort	Institution / Ansprechpartner / eMail	Tel.	Methode
01099	Dresden	<ul style="list-style-type: none"> SBB Caritas Dresden kontakt@caritas-suchtberatung-dresden.de 	(03 51) 8 04 38 04	BZgA/IFT: Rauchfrei-Programm
01157	Dresden	<ul style="list-style-type: none"> SBB Dresden West - Suchtzentrum Leipzig / Frau Bock horizont@suchtzentrum.de 	(03 51) 4 20 77 38	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten und Einzelberatung
01187	Dresden	<ul style="list-style-type: none"> TU Dresden Raucherambulanz Dresden Frau Kufeld, Frau Kling www.raucherambulanz.tu-dresden.de 	(03 51) 463 39800	BZgA Rauchfrei-Programm
01237	Dresden	<ul style="list-style-type: none"> SBB GESOP gGmbH Dresden Herr Künzel sbb@gesop-dresden.de 	(03 51) 2 87 91 77	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
01277	Dresden	<ul style="list-style-type: none"> AWO Schwangerenberatung, Schaufußstr. 27, 01277 Dresden Frau Wegener 	(03 51) 3 36 11 07	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten – Angebot für Schwangere
01589	Riesa	<ul style="list-style-type: none"> SBB DW Großenhain / SBB Riesa / Frau Schulz Sucht.leit@diakonie-grossenhain.de 	(0 35 25) 60 69 71	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
01662	Meißen	<ul style="list-style-type: none"> SBB DM Meißen / Herr Hauswald sbb-meissen@diakonie-meissen.de 	(0 35 21) 73 81 73	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
01705	Freital	<ul style="list-style-type: none"> SBB „Löwenzahn“ Freital Suchtberatung-ftl@awo-weisseritzkreis.de 	(03 51) 6 49 35 28	Einzelberatung
01744	Dippoldiswalde	<ul style="list-style-type: none"> 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	<ul style="list-style-type: none"> SBB DW Pirna / Herr Hemmann suchtberatung@diakonie-pirna.de 	(0 35 01) 52 86 46	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
01917	Kamenz	<ul style="list-style-type: none"> SBB DW Kamenz / Frau Wehner suchtberatung@diakonie-kamenz.de 	(0 35 78) 38 54 30	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
02627	Kubschütz / OT Jenkwitz	<ul style="list-style-type: none"> 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
02763	Zittau	<ul style="list-style-type: none"> come back e. V. Zittau Frau Jakob info@verein-comeback.de 	(0 35 83) 50 09 00	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
02943	Weißwasser	<ul style="list-style-type: none"> SBB DW Weißwasser / Frau Putzler suchtberatung-wsw@t-online.de 	(0 35 76) 20 00 07	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
04107	Leipzig	<ul style="list-style-type: none"> „St. Georg“ Leipzig / SuchtKontakt Känguruh / Frau Hildebrand zfdkaenguruh@sanktgeorg.de 	(03 41) 9 61 80 73	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
04129	Leipzig	<ul style="list-style-type: none"> 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	<ul style="list-style-type: none"> SBB „Impuls“ Suchtzentrum / Frau Böttner impuls@suchtzentrum.de 	(03 41) 5 66 24 24	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
04177	Leipzig	<ul style="list-style-type: none"> „St. Georg“ Leipzig / Zentrum für Drogenhilfe / Frau Wala zfdregenbogen@sanktgeorg.de 	(03 41) 6 87 06 92	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten

	Leipzig	<ul style="list-style-type: none"> • IKK Sachsen Kundencenter Herr Oelsner 	(03 41) 4 82 29 83	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
04552	Borna	<ul style="list-style-type: none"> • SBB GA Borna Herr Freiberger andreas.freiberger@lk-l.de 	(0 34 33) 24 15 28	geplant Raucherentwöhnung auf Basis Verhaltenstherapie
04668	Grimma	<ul style="list-style-type: none"> • SBB GA Grimma / Frau Klemm sabine.klemm@lra-mtl.de 	(0 34 37) 98 45 33	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
04720	Döbeln	<ul style="list-style-type: none"> • SBB DW Döbeln sucht@diakonie-doebeln.de 	(0 34 31) 71 26 18	Einzelgespräche
04860	Torgau	<ul style="list-style-type: none"> • SBB DW Torgau suchtberatung@dw-ot.de 	(0 34 21) 72 45 41	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
08056	Zwickau	<ul style="list-style-type: none"> • SBB Caritas Zwickau / Frau Groh sucht@caritas-zwickau.de 	(03 75) 3 90 38 23	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
08058	Zwickau	<ul style="list-style-type: none"> • SBB BTZ Zwickau / Frau Mende btzz@onlinehome.de 	(03 75) 21 26 31	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
08209	Auerbach	<ul style="list-style-type: none"> • SBB DW Auerbach / Frau Vogel suchtberatung@diakonie-auerbach.de 	(0 37 44) 83 12 15	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
08280	Aue	<ul style="list-style-type: none"> • SBB DW Aue / Frau Bach suchtberatung.aue@diakonie-asz.de 	(0 37 71) 15 41 40	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
08468	Reichenbach / V.	<ul style="list-style-type: none"> • SBB DRK Reichenbach / Frau Bormann drk@suchtberatung-reichenbach.de 	(0 37 65) 1 34 69	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
08523	Plauen	<ul style="list-style-type: none"> • SBB DW Plauen / Herr Augsten sbb@diakonie-plauen.de 	(0 37 41) 22 34 89	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
08606	Oelsnitz	<ul style="list-style-type: none"> • SBB OVV Oelsnitz / Frau Antlauf suchtberatung@marienstift-oelsnitz.de 	(03 74 21) 2 67 00	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
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
09337	Hohenstein- Ernstthal	<ul style="list-style-type: none"> • SBB DW Hohenstein-Erstthal / Frau Dittrich sucht@diakonie-westsachsen.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 sucht@diakonie-freiberg.de 	(0 37 31) 48 22 20	BZgA/IFT: Rauchfrei in 10 Schritten
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	