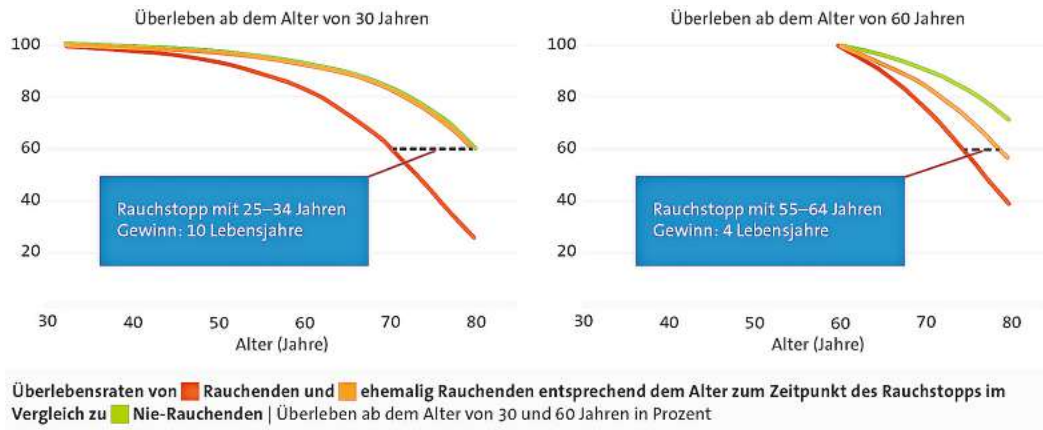
Nein zu Tabak, ja zur Gesundheit

In den Müll mit den Zigaretten: Die BZgA ruft auf zum Weltnichtrauchertag am 31. Mai

Salzgitter. Der Weltnichtrauchertag am 31. Mai 2023 macht unter dem Motto „Wir brauchen Nahrungsmittel, keinen Tabak“ auf die Folgen des weltweiten Tabakkonsums aufmerksam. In den Anbauländern werden große Flächen für die Produktion von Tabak genutzt statt für den Anbau lebensnotwendiger und nachhaltiger Nutzpflanzen. Gleichzeitig leiden mehrere hundert Millionen Menschen an Unterernährung.

Schätzungen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) zufolge sterben andererseits jährlich mehr als sieben Millionen Menschen an den Folgen des Rauchens weltweit. Der Beauftragte der Bundesregierung für Sucht- und Drogenfragen und die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) empfehlen den Rauchausstieg und informieren anlässlich des Weltnichtrauchertages 2023 Aufhörwillige zu Unterstützungsangeboten. „Rauchen ist weder cool, noch lässig, noch sollte es zum Lebensgefühl gehören“, so Beauftragter Burkhard Blienert.



Die Zahlen und Kurven zeigen es: Wer nicht raucht, hat mehr vom Leben. GRAFIK: BZGA

Vielmehr töte Rauchen und schädige nicht nur die eigene, sondern auch die Gesundheit von Kindern, Partnerinnen, Partnern und Angehörigen, die mit im Haushalt leben. Wer also aktiv für seine und die Gesundheit seiner Lieben etwas tun möchte, der sollte unbedingt versuchen, mit dem Rauchen aufzuhören. Bielert: „Und das muss man nicht allein machen: Mit der Hilfe von Ärztinnen und Ärzten oder anderen Fachleuten steigen die Chancen auf einen erfolgreichen Rauchausstieg um das Fünffache.“ Er wolle sich weiterhin mit Nachdruck dafür einsetzen, dass Tabak und E-Zigaretten weiter aus dem öffentlichen Raum verschwinden. Das betrifft auch die Werbung im Supermarkt und an der Tankstelle. „Je häufiger Jugendliche mit Tabakwerbung konfrontiert werden, desto früher fangen sie mit dem Rauchen an.“

Prof. Dr. Martin Dietrich, Kommissarischer BZgA-Direktor, verweist auf die Millionen von Raucherinnen und Rauchern, die lieber heute als morgen ihren Tabakkonsum beenden möchten. „Für den Rauchstopp gibt es verschiedene Methoden und Herangehensweisen – jede Raucherin und jeder Raucher kann den für sich richtigen Weg finden. Der Rauchausstieg ist immer die richtige Entscheidung für die Gesundheit.“ Dabei unterstützt die BZgA mit qualitätsgesicherten Informations- und Beratungsangeboten. Auf dem Weg helfen die kostenfreie Telefonberatung und das Online-Ausstiegsprogramm der BZgA.

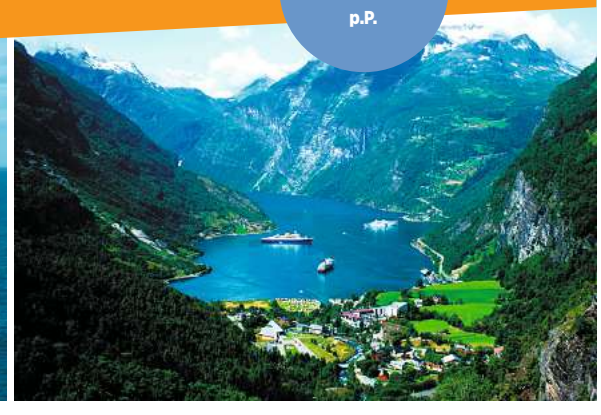
Hilfe online oder am Telefon

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung hat mehrere Anlaufstellen für angehende Nichtraucher. Ein Online-Ausstiegsprogramm mit Forum, Chat, täglicher E-Mail und rauchfrei-Lotsinnen und -Lotsen findet sich unter der Adresse www.rauchfrei-info.de. Die telefonische Beratung zur Rauchentwöhnung ist unter der kostenlosen Nummer (0800) 8313131 montags bis donnerstags in der Zeit von 10 bis 22 Uhr und freitags bis sonntags in der Zeit von 10 bis 18 Uhr erreichbar.

hallo SALZGITTER wochenende LESERREISEN

Wunderschöne Landschaften mit der Costa Firenze!

ab €779* p.P.



An der Küste Norwegens entlang

7 Nächte mit der Costa Firenze ab/bis Kiel mit Sommerferien-Terminen!

Termine: 07.07. - 14.07.2023
28.07. - 04.08.2023

Entdecken Sie auf einer Kreuzfahrt mit der Costa Firenze die atemberaubende Schönheit der norwegischen Fjorde.
Als Highlight der Reise erwartet Sie unter anderem der beeindruckende Geirangerfjord, wo Sie majestätische Wasserfälle und spektakuläre Landschaften bewundern können. Machen Sie einen Zwischenstopp in der quirligen Stadt Stavanger. Hier lohnt sich ein Ausflug zum Pikestolen. An Bord der Costa Firenze können Sie sich auf ein unvergessliches Erlebnis freuen, mit erstklassiger Unterhaltung und leckerem Essen.

Leistungen:
- ✓ 7 Nächte auf der Costa Firenze in der gewählten Kabinenkategorie
- ✓ Vollpension an Bord: Frühstück, Mittagessen, Abendessen und Kindermenüs mit täglich frischen und wechselnden Gerichten
- ✓ Themenabende und Gala Dinner
- ✓ Deutschsprachige Betreuung an Bord
- ✓ Bestes Unterhaltungsprogramm: Theater, Kasino, Diskothek, Kids & Teens Club für verschiedene Altersgruppen sowie freier Eintritt zum Pooldeck und in das Fitnessstudio
- ✓ Betreuung im Squok-Kinderclub, für Kinder (3 bis 17 Jahre)
- ✓ Trinkgelder an Bord

Preise pro Person*:

07.07. - 23.07.2023
Innenkabine ..... 779 EUR
Außenkabine ..... 969 EUR
Balkonkabine ..... 1.149 EUR

28.07. - 04.08.2023
Innenkabine ..... 799 EUR
Außenkabine ..... 1.049 EUR
Balkonkabine ..... 1.249 EUR

Einzel- und Mehrbettbelegung auf Anfrage

Anmeldeschluss: 14.06.2023 *Preise p.P. bei 2er-Belegung, inkl. Trinkgeld. Limitiertes Kontingent. Es gelten die aktuellen Zusätzlichen und Allgemeinen Reisebedingungen inkl. der Medizinischen Hinweise von Costa Kreuzfahrten. Bei Kontaktaufnahme erhalten Sie weitere vorvertragliche Informationen und Details von unseren Reiseberatern. Tipp- und Druckfehler vorbehalten. Vorbehaltlich Verfügbarkeit. Veranstalter: Costa Kreuzfahrten, Niederlassung der Costa Crociere S. p. A., Am Sandtorkai 39, 20457 Hamburg. Vermittler: Treffpunkt Schiff/AtourO GmbH, Martin-Luther-Straße 69, 71636 Ludwigsburg

BUCHUNG UND BERATUNG BEI TREFFPUNKT SCHIFF:
07141 - 7 02 36 72 (gebührenfrei) // Stichwort: 1664 // Mo. – Fr. 09.30 – 18.00 Uhr
Weitere preislich attraktive Treffpunkt Schiff Sonderkontingente finden Sie unter www.treffpunkt-schiff.de/specials

TREFFPUNKT SCHIFF

7279501_002423