

RAUCHSTOPPKURSE 2027

Dein Ziel. Unsere Unterstützung.



**JETZT
ANMELDEN**

[krebsligazuerich.ch
/rauchstopp](https://krebsligazuerich.ch/rauchstopp)



krebsliga zürich

Du möchtest mit dem Rauchen aufhören? Gemeinsam geht es leichter.

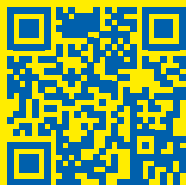
**70% unserer Teilnehmenden sind bei Kursende rauchfrei.
Auch du kannst es schaffen. Wir begleiten dich dabei.**

- › Erkenne, wann und warum du rauchst, und finde passende Alternativen.
- › Erlebe, wie sich die Rauchfreiheit positiv auf viele Bereiche deines Lebens auswirkt.
- › Erhalte konkrete Tipps, damit du langfristig rauchfrei bleibst.
- › Du bist nicht allein: Tausche dich mit anderen aus und lass dich motivieren.

Startdaten 2027

Zürich	26. Januar 20. Mai 31. August 4. Oktober 2. November
Online	18. Februar 20. Oktober
Uster	5. April

- › **Kursumfang:** jeweils 6 Abende, wöchentlich, je 90 Minuten, 18.30–20 Uhr
- › **Gruppen:** 6 bis 12 Personen
- › **Kosten:** 350 Franken, davon 150 Franken Rückerstattung bei vollständiger Teilnahme



Noch Fragen?

Starte jetzt in dein rauchfreies Leben:
krebsligazuerich.ch/rauchstopp

Tel. 044 388 55 00