

Stop smoking, feel real!

feelreal, ein Tabakpräventions- und Rauchstoppprojekt für Mädchen und junge Frauen.

Nationale Tagung zum Rauchstopp, Neue
Entwicklungen in Forschung und Praxis
Donnerstag, 3. Dezember 2009

Mia Nold
Projektleiterin feelreal

stop smoking, feel real!

feelreal ist.....

- ein geschlechterspezifisches Projekt der Lungenliga beider Basel
- ein innovatives, interaktives und lebensweltorientiertes Konzept
- emotional
- vielseitig einsetzbar
- wird massgeblich vom Tabakpräventionsfonds mitfinanziert
- evaluiert vom Institut für Sozial- und Präventivmedizin, Basel

stop smoking, feel real!

Ziele von feelreal

- Sensibilisierung von Mädchen und jungen Frauen für die Zusammenhänge von Rauchen und Schönheit
- Bestätigung und Bestärkung für Nichtraucherinnen durch Vermittlung eines attraktiven Nichtraucher-Images
- Motivation zum frühzeitigen Rauchstopp
- Nutzung des Rauchstopp-Angebotes von feelreal
- Verankerung und Evaluation eines Fachangebotes für Frauen von 13-25 Jahren in der deutschen Schweiz
- Beitrag zur Reduzierung von tabakbedingten Gesundheitsrisiken und Krankheitskosten

stop smoking, feel real!

Wieso ein Projekt für junge Frauen?

→ Notwendigkeit geschlechterspezifische Prävention

- Tabakkonsum bei Frauen
- Gesundheitsrisiken für Frauen
- Rauchstopp bei Frauen

stop smoking, feel real!

feelreal event

Hautalterung am eigenen Gesicht mit / ohne Rauchen



23-jährig

55-jährig, Nichtraucherin

55-jährig, Raucherin

stop smoking, feel real!

- Durchführung in der Deutschschweiz
- Verschiedene Settings: Gewerbemessen, Schulen, Jugendhäuser, Parties, SBB-Bahnhöfe, Miss Nordwestschweiz-Wahl...
- Bis Sommer 2009 liessen sich über 1100 junge Frauen „agen“ und beraten – 42% rauchten



stop smoking, feel real!

feelreal day

... die letzte Zigarette schmeckt am Besten

- geschlechterspezifisches Rauchstoppangebot
- Stärkung der Wissenskompetenz zum Thema Tabak / Rauchstopp / Gesundheit / Selbstbild
- 3-stündiger Workshop / 4 Module
- Konstante Evaluation
- Individuelle Begleitung Rauchstoppprozess

stop smoking, feel real!



stop smoking, feel real!

Ausblick

- Weiterführung der feelreal events in der Deutschschweiz, Verankerung in der Region Basel
- Etablierung der feelreal days in der Region Basel
- Gesamtschweizerischen Beitrag im Bereich Jugend und Tabakprävention
- Professioneller Öffentlichkeitsauftritt