



Best practices in nicotine and tobacco prevention in healthcare services

for healthcare professionals and experts in tobacco prevention programs

Gdansk, Poland 29.09.2025

Mag.a Claudia Kurat Gesundheitseinrichtung Josefhof, Graz Austria





Welcome to the Healthcare Facility Josefhof





The Healthcare Facility Josefhof

josefhof

Key Facts

Total area: 57 hectares

Garden, park, leisure facilities & parking: approx. 10 hectares

Building area: 10,000 m² (11,163 m² including Johannhof)

Accommodation: 120 rooms with 130 beds

Annual allocation: approx. 42,000 overnight stays / 2,868 participants

(all bookings directly through Josefhof – no external allocation)





Highlights

- ✓ Built using eco-friendly architecture, harmoniously embedded in the green belt of Graz
- ✓ Modern hospitality combined with a welcoming atmosphere
- ✓ A wide range of leisure and recreation facilities
- ✓ Certified tobacco-free health institution
- ✓ Organic cuisine, with meals prepared primarily from organic ingredients







The Healthcare Facility Josefhof



Specifics

Legal Status: Outpatient clinic with affiliated accommodation facilities.

Costs: The stay is covered by social insurance, with a personal contribution similar to that of a rehabilitation program.

Target Group: "Healthy" seniors aged 60 and above who are retired or receiving a pension.

Concept: The health promotion program is clearly distinguished from traditional rehabilitation stays, emphasizing a preventive approach with a focus on **self-help**.

Guiding Principle: Promotion of health literacy.

Exclusions: No passive therapies. No treatment of illnesses.

Approach: Active learning of independent, health-oriented behavior.





The Healthcare Facility Josefhof

josefhof

Program Overview

Senior Health Programs for Adults Aged 60–69 in retirement (two-week stay)



Healthy Nutrition



Healthy Back



Cardiovascular Health



Strong and Fit



Mental Fitness

Senior Health Programs for Adults Aged 70 and above (two-week stay)



"Aging with Future"

Smoking Cessation Program (20-day stay)



Smoke-free in 20 Days



Program Smoke-free in 20 Days



•1997	First pilot project
•1998	Smoking cessation program integrated into regular operations
•1999	Nicotine dependence classified as ICD F17.2
•2004	Introduction of a holistic cessation program
•2010–2012	Development of training program in cooperation with the Main
	Association of Social Insurance Providers
•2011	First SILVER certification as a tobacco-free health facility
•2021	First GOLD certification as a tobacco-free health facility
•2024	Re-Certification in GOLD as a tobacco-free health facility



Program Smoke-free in 20 Days



- Program for heavily to very heavily dependent smokers (Fagerström score > 5)
- People with tobacco-related illnesses
- After repeated, unsuccessful attempts to quit
- Characteristic: Smokers can devote 3 weeks exclusively to achieving and maintaining abstinence from nicotine



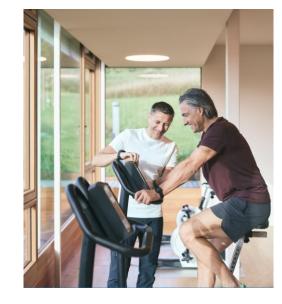


Impressions 1st Week

- Psychological interview
- Medical program suitability assessment
- Smoking behavior analysis
- Script planning
 - immediate nicotine abstinence
 - gradual reduction until the "end point"
 - end-point cessation Monday 2nd week
- Group program (psychology, exercise, relaxation)
- Daily CO measurements









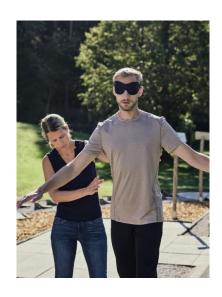


Impressions 2nd Week

- Quit Smoking Day on Monday Week 2 (Farewell Letter, Ritual)
- Establish a Smoke-Free Lifestyle
- Develop Anti-Craving Strategies (Craving Traffic Light)
- Group Exercises (psychology, exercise, relaxation, nutrition)
- Individual Psychological Consultation
- Medical Support (NET)
- Daily CO Measurement











Impressions 3rd Week

- Preparation for everyday life
- Developing relapse prevention
- Developing strategies in the event of a relapse
- Group exercises (psychology, exercise, relaxation, nutrition)
- Individual psychological consultation
- Daily CO measurement
- Group hike as a joint conclusion to the stay











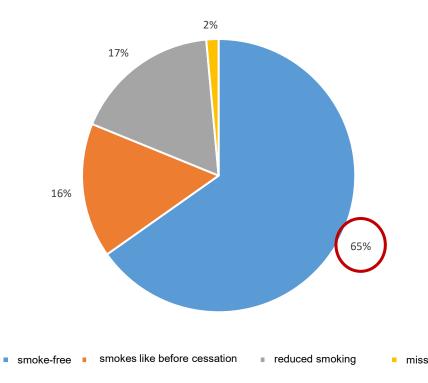
Program Smoke-free in 20 Days

josethof

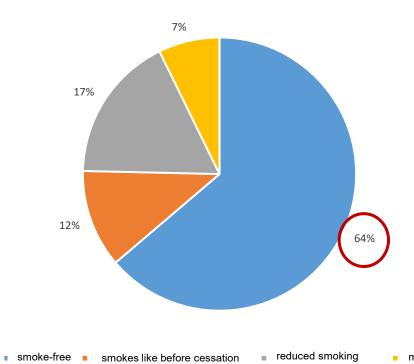
Statistics 2023

Participants 2023: 69 individuals

6-Months-Statistics 2023



12-Months-Statistics 2023









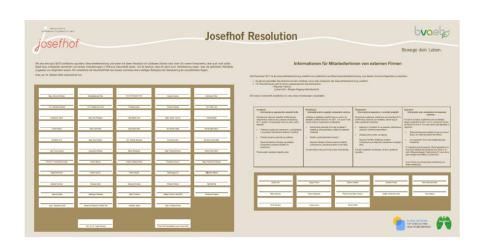
josefhof



What makes us golden?

Some Highlights...









Standard 2COMMUNICATION

josethof



"People only hear what they can comprehend." Johann Wolfgang von Goethe



Standard 2 Communication



Various material and activities such as...



Folders and program brochures

Gesundheitseinrichtung Josefhof Haideggerweg 38, 8044 Graz-Mariatrost Tel.: 050405-37800, Fax: 050405-77800 E-Mail: ge.josefhof@bvaeb.at





Schaffen Sie den Schritt in ein rauchfreies Leben.

Die Idee des Programms

Im Rahmen Ihres 20-tägigen Aufenthalts am Josefhof beschäftigen Sie sich mit Ihrem Rauchverhalten. Voraussetzung für die Teilnahme ist eine stark ausgeprägte Nikotinabhängigkeit (Fagerström-Test ab 5) bzw. das Vorliegen von tabakassoziierten Erkrankungen. Gemeinsam in der Gruppe erarbeiten Sie Strategien und Alternativen für eine langfristige Rauchfreiheit und Lebensstiländerung im Sinne von gesundheitsförderlichem Verhalten.

Was erwartet Sie? PROGRAMMTAUGLICHKEITS-UNTERSUCHUNG

Eine Ärztin oder ein Arzt klärt bei einer medizinischen Untersuchung Ihre Programmtauglichkeit ab. Bei einem Erstgespräch mit unseren Psychologinnen und Psychologen werden Ihre Ziele und Ihre Motivation zu einer langfristigen Rauchfreiheit besprochen Bei Bedarf ist eine Unterstützung mittels Nikotinersatztherapie möglich. Die Kosten dafür werden nicht von der BVAEB übernommen.

josethof



Motivation film





World No Tobacco Day



















Newspaper Articles





"Tun Sie sich etwas Gutes: Werden Sie Rauchfrei!"

Rauchen ist ein weit verbreitetes gesundheitsschädliches Verhalten, das nachweislich schwerwiegende Auswirkungen auf die körperliche Gesundheit hat. Die Entscheidung, mit dem Rauchen aufzuhören, kann als eine der effektivsten Maßnahmen zum Erhalt der Gesundheit betrachtet werden.

Warum Rauchfrei werden?

erheblichen Kosten addieren.

Die medizinische Perspektive

Kreislauf-Erkrankungen:

tor für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, wie Ähnlichem führen. Durch die Rauchfreibeispielsweise Herzinfarkt oder Schlag- heit bessern sich diese Veränderungen anfall, Jedoch haben Sie bereits ein bis und dies wird auch mit einem frischen zwei Jahre nach dem Rauchstopp wie- Aussehen deutlich sichtbar. der annähernd dasselbe Erkrankungsrisiko wie ein Nichtraucher.

2. Verbesserte Lungenfunktion:

Rauch schädigt die Lunge und beeinproblemen und einer erhöhten Anfällig- Wohlbefinden deutlich steigern. keit für Atemwegserkrankungen wie z.B. selbst positiv bemerken können.

3. Krebsprävention:

Rauchen beeinträchtigt massiv Ihre Rauchen ist ein Risikofaktor für verschie-Gesundheit und ist auch finanziell be- dene Krebsarten, darunter Lungen-, lastend. Neben den körperlichen Be- Kehlkopf-, Speiseröhren-, aber auch 7. Bessere Fitness: schwerden fallen hohe monatliche Aus- Bauchspeicheldrüsen- oder Blasenkrebs. Rauchen beeinträchtigt die körperliche gaben an, die sich im Laufe der Zeit zu Mit einem Rauchstopp verringern Sie Ihr Fitness und die Ausdauer. Nichtrauchen Krebsrisiko erheblich.

4. Bessere Hautgesundheit:

1. Reduzierung des Risikos für Herz- Rauchen kann zu einer vorzeitigen Hautalterung, aber auch zu Wundhei-Rauchen ist ein wesentlicher Risikofak- lungsstörungen, verstärkter Akne oder

5. Steigerung der Lebenserwartung: Durchschnittlich verkürzt Rauchen die Lebenserwartung um 10 Jahre! Der Rauchstopp kann Ihre persönliche Leträchtigt deren Funktion, was zu Atembenserwartung und Ihr körperliches Und es gibt noch viele weitere gesund-

führen kann, und schädigt Zahnfleisch stiveränderung fördern.

und Zähne. Die Rauchfreiheit schärft Ihren Blick und lässt Sie strahlend lächeln.

steigert die körperliche Leistungsfähigkeit und trägt so zu einem aktiveren Le-



heitliche Vorteile. Es ist nie zu spät, mit dem Rauchen aufzuhören! Unterstüt-COPD - chronischer Bronchitis führt. Die 6. Augen- und Zahngesundheit: Rau- zung durch medizinische Fachkräfte Lungenfunktion bessert sich 1-9 Monate chen ist ein Hauptrisikofaktor für Maku- und Entwöhnungsprogramme kann nach Beendigung des Rauchens, was Sie ladegeneration, die bis zur Erblindung den Erfolg bei dieser wichtigen Lebens-

Gesundheitseinrichtung Josefhof

Der Josefhof ist eine Gesundheitseinrichtung der Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau und das Kompetenzzentrum für stationäre Raucherentwöhnung.

Wir unterstützen Raucherinnen und Raucher im Rahmen eines dreiwöchigen Kuraufenthalts auf ihrem Weg in ein rauchfreies Leben.

Haideggerweg 38, 8044 Graz Telefon: 050405-37888 e-Mail: gej.buchung@bvaeb.at www.ge-josefhof.at

Rauchfrei in 20 Tagen

Das Programm richtet sich an alle Raucherinnen und Raucher, die den Wunsch nach einem rauchfreien Leben haben. Im Rahmen eines 20-tägigen Aufenthaltes am Josefhof beschäftigen wir uns mit Ihrem Rauchverhalten. Gemeinsam in der Gruppe erarbeiten Sie Strategien und Alternativen für eine langfristige Rauchfreiheit und Lebensstiländerung im Sinne von gesundheitsförderlichem Verhalten.

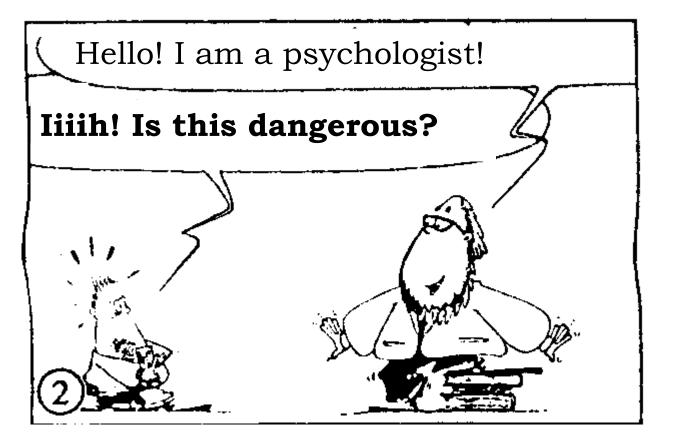
In Gruppenübungen werden Strategien für eine langfristige Nikotinabstinenz erarbeitet. Dabei wird sowohl die körperliche als auch die psychische Abhängigkeit thematisiert. Zu Beginn der zweiten Woche findet ein gemeinsamer Rauchstopp statt.

In zielgruppenspezifischen Bewegungseinheiten Iernen Sie die Bausteine einer gesundheitsförderlichen Bewegung kennen. Die Kombination aus moderatem Kraft-und Koordinationstraining mit herzfrequenzgesteuertem Ausdauertraining sowie Atemgymnastik wird durch Entspannungseinheiten und Visualisierungen ergänzt.

Wir vermitteln kompetent relevante Inhalte zu den Themen Ernährung, Nikotinersatz und tabakassoziierte Erkrankungen.

Standard 4 josefhof IDENTIFICATION, DIAGNOSIS AND

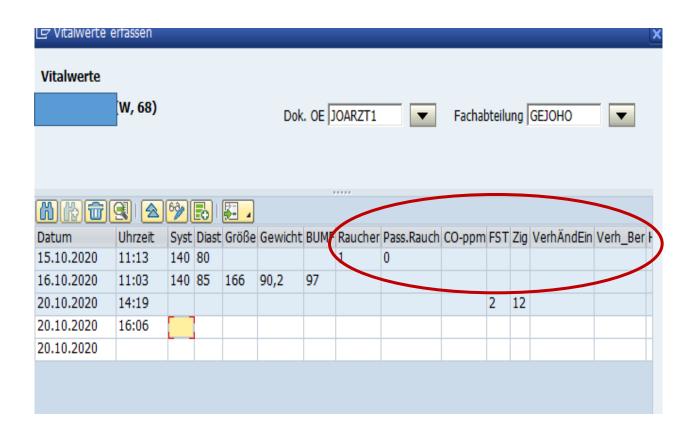
IDENTIFICATION, DIAGNOSIS AND TOBACCO CESSATION SUPPORT





josefhof

Recording and documentation of smoking status and passive smoking exposure





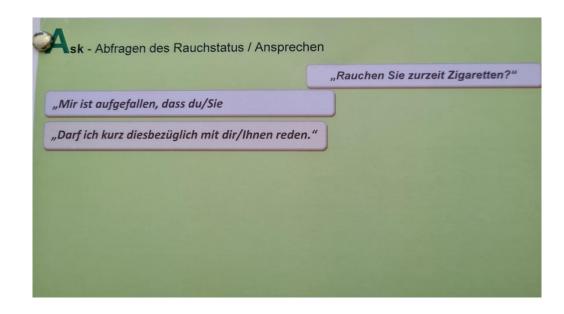
josefhof

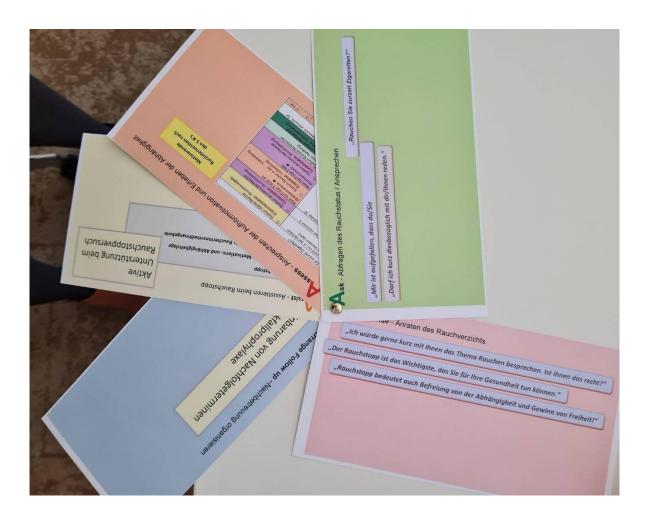
Smoke-free information corner





"Coat card" brief intervention







Smoke-free app alfa





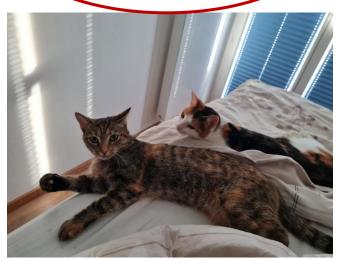




Vivint per la meva salut

Hallo Claudia,
du bist 17 Jahre 3 Monate 30 Tage
23 Stunden 43 Minuten rauchfrei.

1 Jahr 2 Monate 12 Tage 17 Stunden 19 Minuten
rauchfreie Zeit gewonnen.
Du hast 126639.80 Zigaretten nicht geraucht.
Qu hast dir insgesamt 31659.95 € gespart.

























Löse ein Rätsel

Aktiviere deinen Motivationssatz

Verwende deinen Stressball













Standard 5

josethof

TOBACCO-FREE HEALTHCARE ENVIRONMENT



Weinitzen: Holzbaupreis: Auszeichnung für Josefhof - Graz-Umgebung (meinbezirk.at)



Signage











Smoking Pavilion









Reconstruction of a Fresh Air and Pleasure Paradise















josefhof

Standard 7 PUBLIC ENGAGEMENT



Öffentliches Grün: Engagement und Beteiligungsmöglichkeiten für Bürger - Garten - Dülmener Zeitung (dzonline.de)



- Annual Activities for World No Tobacco Day
- Collaboration with other social insurance providers for inpatient smoking cessation
- In-House training of staff from own facilities and health centers on smoking cessation counseling
- The Health Facility Josefhof serves as the training site for the continuing education series on nicotine counseling and cessation for more than 10 years
- Since 2015: Collaboration with the FTGS in Switzerland regarding the nicotine cessation curriculum
- Collaboration with own facilities to implement health objectives, including certification as a tobacco-free facility and conducting nicotine cessation counseling and programs.



- Knowledge Sharing: Josefhof shares its expertise with other institutions and experts regarding smoking cessation, certification as a tobacco-free facility, and related topics
 - In July 2024 a network meeting with representatives of the Rehabilitationszentrum Weyer took place at the Health Facility Josefhof





 An expert exchange meeting with members of the ONGKG (Austrian Network for Health Promoting Hospitals and Health Services), together with representatives of the GÖG (Austrian Health GmbH) and with Susann Koalick together with other colleagues was held in October 2024 at the Health Facility Josefhof









Participation in networking meetings of tobacco cessation experts

On May 7th 2025 the meeting was hosted by and carried out at the

Health Facility Josefhof with great success













