

laut & leise

Magazin der Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich
Nr. 2, Juni 2018, erscheint dreimal jährlich

2050 – Blick in die Zukunft

Sucht beginnt im Alltag.
Prävention auch.

Die Stellen für **Suchtprävention**
im  **Kanton Zürich**



Was bleibt, was verändert sich?

Wenn wir in die Vergangenheit zurückblicken, zeigt sich, dass die Welt damals zwar anders war, aber vieles uns doch bekannt vorkommt. Eine Konstante, die im Moment einmal mehr ein Revival erlebt und neben der aufkommenden Digitalisierung ihren Platz behauptet, ist die Natur. Die atmosphärischen Bildwelten des Fotografen Stephan Rappo sind als Experiment für das Auge gedacht. Sie eröffnen einen Denkraum und fordern auf, über das mögliche Leben im Jahr 2050 nachzudenken. (www.stephanrappo.net)

Liebe Leserinnen und Leser



«Was wohl die Zukunft bringen mag?» Diese Frage beschäftigt die Menschen schon seit jeher. So auch uns, in der vorliegenden Nummer. Dass die Digitalisierung unsere Gesellschaft verändert und auch die Arbeit der Suchtprävention beeinflusst, ist heute schon Realität. Mit jeder Veränderung sind Hoffnungen

und Befürchtungen verbunden.

Zu Beginn des vorangehenden Jahrhunderts prognostizierte ein gewisser Robert Sloss, dass 2010 «jedermann sein eigenes Taschentelefon haben [wird], durch welches er sich [...] verbinden können, einerlei, wo er auch ist.» Nochmals 100 Jahre früher fürchtete ein Professor Larder, dass «Passagiere auf Bahnreisen mit Hochgeschwindigkeit nicht atmen könnten und somit den Erstickenstod erleiden würden». Auch in der Gegenwart wird es wohl so sein, dass wir die Bedeutung von Entwicklungen mal richtig einordnen, mal über- und mal unterschätzen.

Was also bringt das Gedankenexperiment «Blick in die Zukunft»? Wir sehen es als einen Anlass, die Gegenwart im Spiegel unserer Erwartungen zu reflektieren und versprechen uns davon Denkanstösse.

So haben wir für diese Nummer bei einem Kulturwissenschaftler, einer Autorin und einem Experten für digi-

tale Transformation nachgefragt, was die Menschen im Jahr 2050 umtreiben wird und welche Suchtformen uns in dreissig Jahren beschäftigen könnten. Zudem hat sich das Redaktionsteam von laut&leise in einem experimen-

«Ein Anlass, die Gegenwart im Spiegel unserer Erwartungen zu reflektieren.»

tellen Rollenspiel in die Zukunft versetzt. Die Schreibenden und Diskutierenden beschäftigen ähnliche Fragen: Wie beeinflussen virtuelle Realitäten und technische Entwicklungen in dreissig Jahren unsere Existenz? Was wird künftig der Stellenwert realer Begegnungen sein? Welche Bedeutung hat die zunehmende Individualisierung und Selbstoptimierung für unsere Arbeit?

Begleiten Sie uns auf die gedankliche Reise in die Zukunft, ich wünsche Ihnen eine anregende Fahrt!

■
Sibylle Brunner, Beauftragte des Kantons Zürich für Prävention und Gesundheitsförderung

Impressum

Herausgeber: Die Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich
Zuschriften: info@suchtpreaevention-zh.ch. **Redaktions- und Produktionsleitung:** Brigitte Müller, muellertext.ch. **Redaktionsteam:** Renate Büchi, Christian Ingold, Marlen Rusch, Domenic Schnoz (Vorsitz). **Redaktion Meldungen aus der Suchtprävention:** Maja Sidler, Annett Niklaus.
Mitarbeiter/innen dieser Nummer: Joël Luc Cachelin, Tanja Kummer, Hannes Oppermann. **Fotos:** Stephan Rappo. **Gestaltung:** Fabian Brunner.
Druck: FO-Fotorotar.
Abonnement, Adressänderung: www.suchtpreaevention-zh.ch > Publikationen > laut&leise

Die Beiträge und die Fotos in diesem «laut & leise» geben die Meinung der Autorinnen und Autoren wieder. Diese muss nicht mit der Meinung des Herausgebers, der Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich, übereinstimmen.

Artikel, Fotos, Illustrationen sind urheberrechtlich geschützt und dürfen ohne Genehmigung der Redaktion nicht verwendet werden. Falls Sie Interesse an einem Artikel haben: Anfrage bitte an Annett Niklaus (annett.niklaus@uzh.ch).

Inhalt

- 4 **Meldungen**
- 7 **Ein Tanz mit niemandem**
Essay
- 8 **Suchtprävention: ein Dauerbrenner**
Interview mit Gesundheitsexpertinnen und -experten im Jahr 2050
- 12 **ZwischenWelten**
Süchte der Zukunft
- 14 **Im Netz des Netzes**
Digitale und analoge Welt driften auseinander



ready4life

Gesundheit von Lernenden stärken

Be you, be smart, be healthy: Dies ist das Motto von ready4life, dem interaktiven Projekt für Lernende zur Stärkung der Gesundheit. Neu wird es ab August 2018 im Kanton Zürich angeboten.

Das SMS-basierte Coachingprogramm zielt auf die Stärkung der Lebenskompetenzen von Lernenden in der Berufsausbildung ab und motiviert, ein suchtfreies Leben zu führen. Es besteht aus drei verschiedenen Themenschwerpunkten: Das Modul «be you» stärkt Selbstkompetenz und Stressmanagement und hilft beim Umgang mit Alltagsstress sowie den eigenen Gefühlen. Das Modul «be smart» fokussiert auf die Sozialkompetenz und gibt Tipps, um die eigene Meinung durchzusetzen und Konflikte zu lösen. Im letzten Modul «be healthy» werden soziale Normen sowie Marketingeinflüsse behandelt, um die Widerstandsfähigkeit gegenüber Substanzkonsum zu fördern.

Nach einer Eingangsbefragung per Smartphone oder Tablet in der Schulklasse erhalten die Teilnehmenden ein Kompetenzprofil und anschliessend über einen Zeitraum von vier Monaten

individualisierte SMS-Nachrichten zur Verbesserung des Kompetenzniveaus. Das Programm beinhaltet weitere Elemente wie Links und Videos zu weiterführenden Informationen, Community und Wettbewerb. Bei einer aktiven Programmteilnahme wartet ein kleines Abschlussgeschenk auf die Lernenden. Zusätzlich können die Teilnehmenden attraktive Preise gewinnen. Je aktiver sie waren, desto höher die Gewinnchancen.

ready4life wurde im Schuljahr 2016/17 von den Lungenligen in verschiedenen Kantonen erfolgreich eingeführt und evaluiert. Ab Schuljahr 2018/19 wird das Projekt, getragen vom Verbund der Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich und Lunge Zürich, neu auch im Kanton Zürich angeboten. (*Fachstelle Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung, ZüFAM*)

Web: www.r4l.swiss

Kontakt: Fachstelle Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung: Tel. 043 259 78 59, vigli.venzin@mba.zh.ch; ZüFAM: Tel. 044 271 87 23, d.schnoz@zuefam.ch

In eigener Sache «laut & leise» abonnieren

Unser Magazin erscheint dreimal jährlich und ist jeweils einem Schwerpunktthema gewidmet. Bleiben Sie stets auf dem Laufenden in Sachen Suchtprävention im Kanton Zürich – abonnieren Sie das «laut & leise».

Abo unter:

www.suchtpraevention-zh.ch >

Publikationen > Magazin laut&leise

Neue Rubbelkarte

Medikamente im Strassenverkehr

Medikamente können sich negativ auf die Fahrfähigkeit auswirken. Nur wer im Vollbesitz der eigenen Kräfte ist, darf sich ans Steuer setzen. Informationen über Beeinträchtigungen durch Medikamente einzuholen, liegt in der Eigenverantwortung der lenkenden Person.



Konkrete Handlungsempfehlungen und relevante Fakten rund ums Thema bietet eine neue Rubbelkarte der Fachstelle ASN: In Form eines Quiz werden die wichtigsten Fragen zu Medikamenten im Strassenverkehr gestellt und – ganz im Sinne der aktuellen Kampagne des bfu – appelliert: Erst fragen, dann fahren! (*Fachstelle ASN*)

Bestellen und Download: fachstelle-asn.ch > Material > Informationsmaterial

Digitale Medien

Flyer in weiteren Sprachen

Die beiden Flyer «Internet und digitale Medien. Abhängigkeit vermeiden. Tipps für Eltern von 11- bis 16-Jährigen»



sowie «TV, Tablet und Handy. Bildschirmmedien: Abhängigkeit vermeiden. Tipps für Eltern von Kindern bis 10 Jahren» wurden in fünf weitere Sprachen übersetzt. Die Flyer auf Arabisch und Tigrinya liegen gedruckt vor, während die Flyer auf Persisch, Russisch und Thailändisch als PDF heruntergeladen werden können. Die Übersetzungen wurden durch

die Fachstelle für interkulturelle Suchtprävention und Gesundheitsförderung (FISP) koordiniert. (FISP)

Bestellen und Download Arabisch und Tigrinya: suchtpraevention-zh.ch > Publikationen > Informationsmaterial > Familie

Download Persisch, Russisch und Thailändisch: fisp-zh.ch > Materialien > Internetsucht

Neu bei infodoc

Lebenskompetenzen

In der neuen Publikation «Suchtprävention in der Schule» wird IPSY vorgestellt, das Lebenskompetenzprogramm für die Klassenstufen 5–7.



Das Programm verzögert den Beginn von Alkohol- und Tabakkonsum und reduziert alterstypische Steigerungen. Zusätzlich fördert es nachweislich die Lebenskompetenzen und beeinflusst das Miteinander im Klassenverband positiv. Es basiert auf dem aktuellen Forschungsstand zur Entstehung von jungem Substanzmissbrauch und wurde erfolgreich evaluiert. Das Manual enthält Stundenplanungen, Steckbriefe, Fragebogen, Rollenspielkarten, Quiz und Tipps. Mit dabei ist eine CD-ROM mit den PDFs aller Materialien. (infoDoc)

«Suchtprävention in der Schule: IPSY – ein Lebenskompetenzprogramm für die Klassenstufen 5–7», Karina Weichold, Rainer K. Silbereisen, Göttingen: Hogrefe, 2014, mit CD-ROM.

Ausleihe: www.nebis.ch

Kontakt: infodoc@radix.ch

Safer Gambling

Promotion während Fussball-WM

Da die WM für Sportwetten sehr attraktiv ist, nutzt das Zentrum für Spielsucht die Gruppenphase und anschließende Einzelausscheidung gezielt für die Promotion der webbasierten Selbsthilfe «Safer Gambling». An Public Viewings, auf Sozial- und Schuldenberatungsstellen sowie bei Fussballclubs wird ein Pocketmatchkalender mit allen Spieldaten und einem Hinweis auf «Safer Gambling» verbreitet. Zusätzlich macht ein kurzer Clip mit den Schlagwörtern «Glücksspiel», «Probleme?» und «Safer Gambling» an den Kiosken sowie in den Poststellen auf Website und App aufmerksam. Das Motto lautet: «Spiel mit Spass. Setze dir Ziele mit der App.» Ergänzt werden die zwei Massnahmen



mit klassischem Onlinemarketing (Google AdWords, Clip via Youtube).

Die neue Selbsthilfewebsite www.safer-gambling.ch bietet neben Fakten und Illusionen rund ums Glücksspiel auch kurze Clips mit Testimonials von Betroffenen sowie ein Glücksspieltagebuch als kostenlose App an. (Zentrum für Spielsucht)

Web: www.safer-gambling.ch

F+F an der Primarschule

Termin reservieren

Am 29. Oktober 2018 findet von 13.30 bis 17.00 Uhr im Kulturpark Zürich die Veranstaltung «Ganz konkret – Früherkennung und Frühintervention an Primarschulen» statt. Eingeladen sind Schulleitungen, Schulsozialarbeitende und auch Kontaktlehrpersonen vom Schulnetz 21/KNGS. Ziel von Früherkennung und Frühintervention ist, dass Schulen Probleme von Schülern/-innen frühzeitig wahrnehmen und darauf reagieren, bevor die Situation aus dem Ruder läuft. Eine systematische Vorgehensweise in Schulen entlastet die Lehrpersonen und stärkt die Kinder. Die Veranstaltung der Stellen für Suchtprävention stellt solche Vorgehensweisen vor. Reservieren Sie sich den Termin bereits heute. Eine Einladung an alle Schulen folgt. (EBPI)



Ein Tanz mit niemandem

Ich leite das einzige Tanzstudio im Land, in dem echte Menschen miteinander tanzen. Menschen, die es sich leisten können.

Seit 30 Jahren leite ich das Studio. Vorher arbeitete ich bei einer Krankenkasse in der Administration. Bis zur schlimmen Trennung von meinem Partner im Jahr 2018. Man kann sich das nicht mehr vorstellen, aber damals lebten wir vor allem in Zweierbeziehungen. Nach der Trennung suchte ich Zerstreuung, probierte Volleyball, Rudern und Golf. Als ich das Tanzen entdeckte, war ich angekommen. Ich lernte klassische Standardtänze, Swingtänze und freien Tanz, meine Lehrerinnen und Lehrer attestierten mir Talent und die Besitzer eines Studios boten mir an, bei ihnen zu unterrichten und die Werbung für ihr Studio zu übernehmen. Ich versuchte, vor allem auf Facebook zu werben, einem sozialen Netzwerk, das damals sehr populär war und erhielt immer viele Likes, aber wenn ich die Leute auf den Inhalt der Posts ansprach, wussten sie nie, worum es ging. Niemand las meine Texte. Es war, als würde man nur Likes verteilen, um Likes zu erhalten.

Als ich das Studio übernahm, stellte ich jemanden ein, der sich um das Marketing und die Entwicklung neuer Angebote kümmerte. Umdenken war angesagt, ein Umsatteln auf Virtual Reality: Es war die Zeit, in der die digitalen Tanzpartner lanciert wurden. Meine Schülerinnen und Schüler waren begeistert. Sie blieben zu

Hause, zogen sich einen Anzug über, um virtuell erzeugte Berührung spüren zu können und setzten sich eine Brille auf. Mit dieser konnten sie sich Tanz und Musik aussuchen und sich einen virtuellen Tanzpartner zusammenstellen, der so aussah, wie sie es sich wünschten. Für ein Tänzchen in Ehren mit der Traumfrau oder dem Traummann – und das in der heimischen guten Stube. Ich brauchte mich und meinen Tanzpartner nur noch beim Tanzen filmen zu lassen und die Be-

zu zweit, zum Gesprächspartner, zur Tanzpartnerin. Die Gegenbewegung, bei der sich Leute kostenlos anboten, ging wieder ein; es war zu verlockend, sich für sein Dasein für andere bezahlen zu lassen. Und so kam es, wie es kommen musste: Die Preise für reale Zweisamkeit stiegen.

Eine Agentur vermittelt meine Tänzerinnen und Tänzer, und ich werde fürstlich dafür bezahlt, dass ich als echter Mensch im Studio stehe. Die Tanzstunde

Die Tanzstunde kommt mir vor wie das Treffen eines Geheimbundes. Menschen treffen Menschen. Früher normal. Heute eine Budgetfrage.

wegungen ins System einzuspeisen, damit die digitalen Tanzpartner meinen Schülerinnen und Schülern die Tänze beibringen konnten.

Niemand war mehr in Kontakt. Überall sah man Menschen mit ihren Brillen. Das Gegenüber verschwand. Es war unheimlich bewegungslos, geräuschlos.

Mich erstaunte, wie lange es dauerte, bis die reale Begegnung zweier Menschen wieder gefragt war. Sie kam wieder in Mode, so nannten es einige. Und schwärmten von der Echtheit der Begegnung zweier Menschen. Findige Köpfe machten ein Geschäft daraus, gründeten Agenturen und vermittelten Menschen, die für Geld soziale Rollen übernahmen. Sie wurden zum Gegenüber beim Dinner

kommt mir vor wie das Treffen eines Geheimbundes. Menschen treffen Menschen. Früher normal. Heute eine Budgetfrage. Ich finde es unmenschlich. Aber mein Begriff von Menschlichkeit ist schon lange überholt. Ich habe keine Lust, mir Gesellschaft zu kaufen. Wenn ich tanzen will, wähle ich den Charleston. Er ist als Gesellschaftstanz bekannt – und doch kann man ihn solo tanzen.

■
Tanja Kummer, *1976 in Frauenfeld, ist Autorin, wohnt in Zürich und schreibt für Kinder und Erwachsene (www.tanjakummer.ch)

Suchtprävention: ein Dauerbrenner

Nach der Suchtpräventionskonferenz, die im Januar 2050 im Zürcher Zukunftshaus stattfand, trafen sich vier Gesundheitsexpertinnen und -experten zu einem Austausch. Dabei reflektierten sie, was sich in den letzten 30 Jahren verändert hat.

Von Brigitte Müller

I&L & leise: Die Konferenz wurde mit einem Rückblick eröffnet. Dieser Eröffnungsvortrag zeigte auf, welche Konzepte und Massnahmen der Suchtprävention im Jahr 2020 als Grundlagen dienten. Was überraschte Sie dabei am meisten?

Sophie: Der Rückblick weckte viele Erinnerungen in mir. 2020 war ich eine junge Frau und arbeitete bereits bei der Suchtprävention. Mich erstaunte, dass viele der vor 30 Jahren angewendeten Grundsätze noch im Jahr 2050 von Bedeutung sind. Beispielsweise war schon damals ein zentrales Anliegen, die Risikokompetenz zu stärken.

Ted: Mich erstaunte, welche untergeordnete Rolle die Suchtprävention und Gesundheitsförderung bei den Krankenkassen spielte.

Jael: Mich faszinierte es zu hören, welchen Stellenwert Früherkennung und Frühförderung neben der universellen Prävention im Sinne von Information und Sensibilisierung anno 2020 in den Schulen hatte.

Aron: Ich war damals 24-jährig und Praktikant bei einer Suchtpräventionsstelle. Dank dem Rückblick konnte ich mich plötzlich wieder erinnern, dass 2020 virtuelle Süchte durch digitale Techniken praktisch nicht vorhanden waren.

I&L: Was hat sich Ihrer Meinung nach, in den letzten 30 Jahren verändert?

Ted: Heute haben die Krankenkassen eindeutig einen höheren Einfluss auf das gesundheitliche Verhalten, weil durch den

im Körper implantierten Chip die permanente Gesundheitsüberwachung möglich ist. Kundinnen und Kunden, die ein gesundes Leben führen, werden für ihr gesundheitliches Verhalten via Reduktion ihrer Krankenkassenprämie belohnt.

Jael: Besonders stolz bin ich, dass seit einigen Jahren die Förderung eines gelingenden und gesunden Lebens in den Lehrplan aufgenommen wurde. Dies war und ist ein zentrales Anliegen unseres Netzwerkes «Glückliche Schulen». Vor 30 Jah-

Risiko-Kompetenz ist mehr denn je eine bedeutende Fähigkeit, um all den digitalen Verführungsmedien entgegenzutreten zu können.

ren war man der Meinung, dass die Gestaltung eines glücklichen Lebens Privatsache sei.

Aron: Einen begleiteten und verantwortungsvollen Einstieg in den Konsum von digitalen wie analogen Genussmitteln erachte ich für neugierige Jugendliche als wichtig. Risiko-Kompetenz ist heute mehr denn je eine bedeutende Fähigkeit, um all den digitalen Verführungsmedien entgegenzutreten zu können.

Sophie: Mich befremdet und erschreckt der Gesundheits- und Schönheitswahn, der uns alle ergriffen hat. Die Gesundheitsdaten bestimmen die Höhe der Krankenkassenprämien erschreckend direkt und die omnipräsenten Schönheitsmen-

schen, die wir ständig via Medien sehen, setzen uns zusätzlich unter Druck, uns selber zu optimieren.

I&L: 2026 wurde Cannabis legalisiert. Heute kann man sich überhaupt nicht mehr vorstellen, dass man vor 50 Jahren fürs Kiffen bestraft wurde. Inwiefern betrifft dieser Schritt die Prävention?

Sophie: Ich habe die Entkriminalisierung hautnah erlebt und kann mich noch gut an die hitzigen Diskussionen erinnern. Die

Legalisierung von Cannabis war bedeutend, weil unter anderem der Schwarzmarkt ausgeschaltet wurde und die Prävention endlich einen stringenten Jugendschutz vermitteln konnte. Zudem erhalten Konsumenten seither saubere Ware mit transparenten Angaben über den THC-Wert und die Produzenten.

Ted: Grundsätzlich stimme ich mit Sophie überein. Trotzdem erachte ich die Legalisierung als ein relativ unbedeutender Schritt. Der finanzielle Anreiz der Krankenkassen, nicht zu kiffen, ist heute viel ausschlaggebender.

Jael: Dem widerspreche ich, und ich möchte dezidiert betonen, dass erst durch die Legalisierung ein Verkaufsverbot an

Die Varietät von Verhaltenssüchten hat enorm zugenommen. Onlinesucht ist dabei noch eine der harmloseren. Auffallend ist, wie vor allem digitale Verhaltenssüchte im Zuge der Technikeuphorie tabuisiert werden und somit eine effektive Suchtprävention verhindert wird.

Jugendliche durchgesetzt werden konnte, der Schwarzmarkt ausgetrocknet wurde und damit endlich ein effektiver Jugendschutz wirksam wurde.

Aron: Die Entkriminalisierung von Cannabis war als «best practice» entscheidend. In der Folge wurden MDMA, LSD, Kokain und diverse Medikamente reguliert abgegeben, und es können nun sachliche Informationen über diese Suchtmittel vermittelt werden.

I&I: Warum wird immer noch geraucht?

Ted: Dies ist tatsächlich eine interessan-

te Frage. Wir haben Kunden, denen ist das Rauchen von Zigaretten, Zigarren und anderen Tabakprodukten so wichtig, dass sie deswegen eine sehr hohe Krankenkassenprämie bezahlen.

Aron: Rauchen ist das neue Statussymbol. Vor 30 Jahren deuteten Schönheits-OPs auf Wohlstand hin, heute das öffentliche Rauchen, weil dies horrenden Krankenkassenprämien verursacht.

Sophie: Als Suchtpräventionsfachfrau begrüsse ich es selbstverständlich, dass nur noch etwa 8 Prozent der Schweizer Bevölkerung rauchen. Im Gegensatz vor rund 30 Jahren als etwa 25 Prozent rauchten. Jedoch ist es angesichts der hohen Gesundheitsrisiken schon bedenklich, dass Rauchen heutzutage ein Statussymbol ist. **Jael:** Ich beobachte eine Retrowelle beziehungsweise Widerstand von freiheitsliebenden Menschen gegenüber dem herrschenden Gesundheitswahn, den meine Kollegin bereits erwähnt hat. Wie so oft wiederholt sich Geschichte, denn Rauchen war schon vor 100 Jahren ein beliebter Akt der Revolte.

I&I: Welche Sucht, die man sich vor 30 Jahren noch nicht vorstellen konnte, ist in Ihren Augen eine grosse Herausforderung für die Suchtprävention?

Jael: Im Schulalltag sind wir erschreckend oft mit der Enhancementbewegung der 20er-Jahre konfrontiert. Dieser Drang nach körperlicher und geistiger Selbstoptimierung hat dazu geführt, dass heutzutage viele Kinder und Jugendliche eine schlimme Perfektion- und Kontrollsucht entwickeln.

Aron: Die Varietät von Verhaltenssüchten hat enorm zugenommen. Onlinesucht ist dabei noch eine der harmloseren. Auf-

fallend ist, wie vor allem digitale Verhaltenssüchte im Zuge der Technikeuphorie tabuisiert werden und somit eine effektive Suchtprävention verhindert wird.

Ted: Was mir wirklich Sorge bereitet, ist die Sucht nach dem langen Leben und damit verbunden der Trend, sich biotechnisch zu optimieren. Über die Langzeitwirkung und entsprechend über die Folgekosten dieser biotechnischen Aufrüstung unserer Körper wissen wir noch zu wenig. Jedoch schon jetzt absehbar ist, dass die vielen 120-Jährigen die Krankenkassen enorm belasten.

Sophie: Die Beobachtungen von Ted lösen bei mir Ängste aus. Ich erkenne die drohende Gefahr einer Kostenexplosion im Gesundheitswesen. Doch wer bestimmt, wer sterben soll und wer die Kostengutsprache erhält, um seinen Körper biotechnisch aufrüsten zu können? Solche Fragen müssen wir als Gesellschaft dringend diskutieren.

I&I: Warum denken Sie, ist unsere Gesellschaft nach wie vor anfällig auf Rauscherlebnisse?

Aron: Der Rausch ist eine der wenigen Gelegenheiten, dem Alltag und den hohen gesellschaftlichen Ansprüchen zu entfliehen, Körper und Geist zu verlassen und in einer spielerischen, temporären Form Ferien von sich selber zu machen.

Sophie: Der Wunsch, loszulassen und in andere Sphären einzutauchen, ist uralt und immer wieder aktuell. Rauschzustände können auch wichtige Gemeinschaftserlebnisse sein.

Ted: Der Mensch hatte und wird immer eine hohe Affinität für Rauscherlebnisse haben. Zum guten Glück gibt es heute künstliche Substanzen, die einen Rausch

Die Gesprächsrunde

- **Aron Hofmann**, 56 Jahre, Präsident des Vereins Rausch zwischen den Algorithmen (RAZDA)
- **Ted Cash**, 32 Jahre, CEO der Krankenkasse Futurcare
- **Jael Sanchez**, 44 Jahre, Fachfrau für Gesundheitsförderung und Mitbegründerin des Netzwerk Glückliche Schulen
- **Sophie Weiss**, 64 Jahre, Stellenleiterin der Suchtpräventionsstelle der Stadt Winterthur

Hinter diesen Pseudonymen steckt das laut & leise-Redaktionsteam. Welche Rolle Renate Büchi, Christian Ingold, Marlen Rusch und Domenic Schnoz eingenommen haben, wird nicht verraten. Der Inhalt dieses Gespräches ist frei erfunden und ein spielerischer Versuch, sich ins Jahr 2050 zu versetzen. Die Aussagen berufen sich auf keine wissenschaftlichen Studien; für einmal vertrauen wir der Fantasie und erlauben uns, querzudenken.

ohne Gesundheitsrisiken auslösen können.
Jael: Ich bin sehr zufrieden, dass wir innerhalb dem Netzwerk Glückliche Schulen virtuelle Rauschreisen anbieten können. Diesen Glückstrip kann ein Jugendlicher allein oder in der Gruppe erleben.

Erlebt man gemeinsam etwas, löst dies Gefühle der Sinnstiftung und Selbstwirksamkeit aus. Persönliche Erlebnisse sind in unserer digitalisierten Welt die wahren Rauscherlebnisse.

Dank kompetenter Fachbegleitung entstehen bei diesem Rauscherlebnis keine schädlichen Nachwirkungen.

I&I: Heute interessieren sich je länger je mehr Unternehmungen für die Prävention. Ein Fortschritt oder sehen Sie Gefahren?

Sophie: Ich bin überzeugt, Prävention und Gesundheitsförderung sind weiterhin eine öffentliche Aufgabe.

Jael: An den Schulen kennen wir hohe ethische Kriterien, die Unternehmen einhalten müssen, wenn sie uns in präventiven Projekten unterstützen möchten. Diese zusätzlichen Gelder ermöglichen spannende Projekte.

Aron: Prävention und Bildung sind zwei Beispiele, die ihre Unabhängigkeit bewahren müssen und weder durch den Staat noch durch private Geldgeber in ein bestimmtes ideologisches Korsett gezwängt werden dürfen.

I&I: Es gibt wieder Menschen, die lieber eine höhere Krankenkassenprämie zahlen wollen, als via Chip einer permanenten Gesundheitsüberwachung ausgesetzt zu sein. Was sagen Sie als Gesundheitsexperten zu dieser Entwicklung?

Ted: Die wenigen, die sich das leisten können, sollen das ruhig machen. Da sie die Kosten, die sie verursachen, selber tragen, entlasten sie das Gesundheitssystem. Das ist freie Marktwirtschaft!

Jael: Ich meine, es ist eine bedenkliche

Entwicklung, dass sich nur Vermögende diesem Druck der 24-Stunden-Überwachung entziehen können, den die Krankenkassen über ihre Prämie ausüben. Zum Glück gibt es den Verein «Gemeinschaft für Sicherheit und Privatsphäre», der vergünstigte Prämien anbietet für jene, die sich die «Chip-Freiheit» nicht leisten können.

Aron: Das ist der richtige Ansatz. Aber ich bewarb mich bei diesem Verein und wurde nicht aufgenommen, weil mein Einkommen knapp zu hoch war. Es blieb mir nichts anderes übrig, als einen Kredit aufzunehmen, um die höhere Krankenkassenprämie zu bezahlen, sprich: mich freizukaufen.

Sophie: Dieses Chip-Obligatorium gefährdet den sozialen Frieden der Schweiz! Wir müssen doch selber fähig sein, entscheiden zu können, was uns gut tut und was uns schadet. Ich hoffe, dass die Initiative «Chip-freies Leben» in der kommenden Abstimmung gewinnen wird.

I&I: Solidarität und Gemeinschaft scheinen wieder an Bedeutung zu gewinnen. Weshalb?

Aron: Erlebt man gemeinsam etwas, löst dies Gefühle der Sinnstiftung und Selbst-

wirksamkeit aus. Persönliche Erlebnisse sind in unserer digitalisierten Welt die wahren Rauscherlebnisse.

Ted: Das ist richtig, aber nur so lange, wie der Einzelne einen Nutzen daraus ziehen kann. Ein gutes Beispiel hierfür ist das Solidaritätskonto, in das viele von uns mit freiwilliger Arbeit einzahlen.

Jael: Viele haben doch einfach gemerkt, dass die altmodische Selfies- und Me-Me-Bewegung langweilig ist und letztendlich nur einsam macht. Deshalb ging Facebook ja schon vor Jahren in Konkurs. Gemeinsam etwas unternehmen, das macht glücklich.

Sophie: Das Pendel schlägt zurück. Nachdem in den 20er- und 30er-Jahren der Individualismus seine Hochblüte erlebte, kommt es nun zur Gegenbewegung. Ich bin sehr froh, dass Solidarität und Gemeinschaft wieder mehr en vogue sind, damit wir die drängenden Probleme lösen können.

I&I: Und noch eine letzte Frage. Auf was möchten Sie persönlich nicht verzichten?

Sophie: Ferien machen in einem kleinen Tessiner Weingut und dort bei einem feinen Nachtessen ein Glas Wein geniessen.

Ted: Am glücklichsten bin ich auf einer gemütlichen Fahrt mit meinem Oldtimer.

Jael: Auf meine drei Espresso pro Tag möchte ich nicht verzichten!

Aron: Ich verbringe am liebsten viel Zeit offline in Gemeinschaft mit vertrauenswürdigen Menschen. Davon ist mein Glück abhängig.

■
Brigitte Müller, Texterin und Redaktionsleiterin «laut & leise», stellte die Fragen. Redaktionelle Mitarbeit: **Annett Niklaus** und **Thomas Neumeyer**.



ZwischenWelten

Unsere Zukunft ist geprägt von Daten, Maschinen und virtuellen Realitäten. Verirren sich also die Süchtigen der Zukunft auf ihren Wegen, das Menschliche zu entdecken?

Von Joël Luc Cachelin

Unsere Zukunft passiert in Netzwerken. Wie wir kommunizieren, zusammenwohnen, Energie verwalten und zusammenarbeiten – alles gleicht sich der Metapher des Netzwerks an. In den vernetzten Städten läuft alles zusammen: die Daten-, Ideen-, Finanz- und Warenströme. Auf das Land fahren wir, um regionales Gemüse einzukaufen, unsere Fantasie anzuregen oder am Flussufer vordigitalen Gewohnheiten wie beispielsweise Yoga nachzugehen. Hier finden wir Entnetzung, hier floriert die Gegenkultur.

Die Maschinen werden intelligenter, menschlicher und kleiner. Sie werden selbstverständlicher Teil des Alltags, werden unsichtbar. Heute sind die Smartpho-

Wir bereisen abends New York und am Wochenende treffen wir unsere Freunde im virtuellen Mittelalter. Algorithmen übernehmen die göttliche Vorhersehung. Sie kennen uns so gut, wie niemand sonst, und bestimmen mit wem wir uns wann, wo, wie und warum vernetzen.

Süchtig in einer digitalen Welt

Auch 2050 ist Sucht ein gescheiterter Versuch, der Realität und damit sich selbst zu entkommen. In intensiven, rauschhaften Momenten geben wir uns der Gegenwart hin. Wir wollen entspannen, loslassen, vergessen, davonkommen – vom Ich und seinen Schatten. Die Abenteurerin pendelt leicht zwischen den Welten. Doch dem Süchtigen misslingt es, seine Flucht

nach ihrer Arbeit, denn an ihr hängt unsere Identität. Die psychosozialen Herausforderungen im Jahr 2050 sind vom richtigen Umgang mit flüchtigen und digitalen Identitäten, Robotern aller Art, Automaten und Daten geprägt. Was als Wunsch nach noch mehr Vernetzung begonnen hat, stellt nun das Menschliche zur Diskussion. Der Mensch muss seinen Platz finden, in einer Welt, die nach Effizienz und Perfektion strebt.

Sucht nach Resonanz

Individualisierung bedingt Spiegelbilder, Bühnen und Zuschauer. Es ist nicht möglich sich in der stillen Kammer ohne Publikum selber zu verwirklichen. Das Individuelle funktioniert erst durch Referenz, durch etwas, von dem man sich abgrenzen, zu dem man sich ins Verhältnis setzen kann. Verwirklichung verlangt Feedback und Resonanz. So betrachtet, ist die Sucht nach Aufmerksamkeit vielleicht die Ursache, die Mutter aller Süchte. Sie steht stellvertretend für das einsame Selbst.

Es möchte schwach sein dürfen, unterstützt und beschützt werden. Doch ist es viel zu stolz, das auch zuzugeben. Deshalb gierig es nach Likes, deshalb will es Feedback erhalten. Wir erfahren Aufmerksamkeit – wenn nicht durch einen liebenden Partner – durch Applaus und Likes. Gesteigert wird dieses Mitfiebern durch Techniken der Simulationen: In den sozialen Netzwerken der Zukunft lassen wir unsere Mitmenschen unsere Erlebnisse miterleben, gemeinsam mit uns fühlen.

Eine einzige Realität genügt nicht mehr. Wir werden uns noch mehr sehnen, digital erweiterte Realitäten zu erleben.

Das Internet dringt in alle Aspekte unseres Alltags vor. Es saugt alles in sich auf, die Menschen, die Autos, die Bücher und bald schon unsere Haustiere. Wir leben künftig vermehrt zwischen den Welten, in Zwischenwelten, die halbwegs analog und digital sind.

nes unsere digitale Kommandozentrale, schon bald sind die Schnittstellen zum Digitalen in unsere Körper integriert. Smarte Kontaktlinsen zeigen uns Wege, Busfahrpläne und die Lebensläufe der Menschen an, die uns auf dem Gehsteig entgegenkommen.

Das Internet dringt in alle Aspekte unseres Alltags vor. Es saugt alles in sich auf, die Menschen, die Autos, die Bücher und bald schon unsere Haustiere. Wir leben künftig vermehrt zwischen den Welten, in Zwischenwelten, die halbwegs analog und digital sind.

als temporären Ausflug abzustecken. Realitätsflucht zieht weitere Fluchtversuche nach sich. Nach Abklingen der Intensität bleiben die Probleme unbewältigt.

Süchte sind im doppelten Sinne epochenspezifisch. Süchtige versuchen den psychosozialen Belastungen ihrer Zeit auszuweichen. Auch die Mittel, um sich zu befreien, sind gesellschaftlich geprägt. Man konsumiert die Drogen, die «in» sind. Zwanghaft stählt man seinen Körper und versucht sich richtig zu ernähren. Die sozialen Medien bewirken ein verzweifertes Hoffen auf Likes, und viele sind süchtig

Süchtigen misslingt es, ihre Zusatzrealitäten in ein passendes Verhältnis zur Beschränktheit des kleinen Ichs zu bringen. Sie wollen das Menschliche und verlieren sich im Künstlichen. Sie verstricken sich in fantastischen Realitäten, verzetteln sich zwischen den Wirklichkeiten oder sind erschöpft, ob den Nebenwirkungen, welche das Navigieren zwischen den Welten mit sich bringt.

In diesen Parallel- und Spiegelwelten entfalten wir die widerspenstigen und widersprüchlichen Bestandteile unseres Selbst. Heute surfen wir dazu im Internet oder verlieren uns in den künstlichen Welten von Videospiele. Die virtuellen Szenarien werden sich schon bald real anfühlen. Wir werden das Gefühl haben, die Dinge schmecken, fühlen, berühren zu können. In simulierten Welten werden wir andere Wesen entdecken, bewundern und lieben. Wir werden nicht mehr wissen, ob sie Menschen oder Maschinen sind. Das wird uns ermöglichen, gleichermassen in die Zukunft oder die Gegenwart zu reisen. Diese Eingriffe in unser Zeitverständnis könnten so weit führen, dass wir nicht mehr wissen, in welcher Epoche, an welchem Ort wir zu Hause sind.

Emotional Engineering

Schon lange konsumiert man im Silicon Valley in Mikrodosen LSD, um seine Kreativität anzuregen. Der Wunsch kreativ zu sein, ist gleichermassen ökonomische Notwendigkeit wie Ausdruck einer grundsätzlichen menschlichen Verunsicherung. Wir möchten nicht wie Maschinen in repetitiven Arbeitsschleifen gefangen sein – ohne Selbstbestimmung, ohne Möglichkeit auszubrechen.

In der Psychiatrie wiederum wird über unter die Haut gesetzte Substanzen nachgedacht, die bei einer Stimmungsveränderung aktiv werden. Das eröffnet den Blick auf eine Zukunft, in der wir alle von «SOMA» abhängig sind. Aber anders als bei Huxleys düsterer Zukunftsvision nehmen nicht alle dieselben Stimmungsmacher. Vielmehr wird die Medikation der Situation, dem Charakter und den beruflichen Erfordernissen angepasst. Emotional Engineering sichert uns gegen emotionale Risiken ab und verspricht uns eine maximale Intensität des Erlebens.

Sucht nach Schmerz

Auch weil wir uns zunehmend in simulierten und nicht natürlichen Welten aufhalten, wird sich die Frage nach dem Menschlichen stellen. Wie können wir wissen, dass der Moment echt ist, wir nicht träumen, nicht simulieren, nicht zeitreisen? Diese existenzielle Unsicherheit steht im Kontrast zu den Maschinen. Maschinen fragen, sterben, leiden nicht. Also könnte sich, wer sich menschlich fühlen möchte, nach Schmerz sehnen. Wir können uns diesen selber zufügen – uns absichtlich schürfen, ritzen, verbrennen. Oder wir bitten beim SM-Sex andere, uns diese Schmerzen zuzuführen. Sie sollen uns schlagen, fesseln, Wachs auf uns tropfen lassen, uns demütigen. Im Moment der Qual und Erniedrigung kommt die Welt zum Stillstand. Die Wahrnehmung kehrt sich nach innen, und wir treffen auf unser Selbst. Wer Schmerz lustvoll spürt, lässt sein Leid im Leiden und kehrt voller Energie in sein Leben zurück.

Warum Süchtige scheitern

Je weiter der Mensch fortschreitet, desto mehr multiplizieren sich die Wirklichkeiten, in denen wir zu Hause sind. Getrieben durch Virtualisierung, Individualisierung, Globalisierung, neue Formen der Mobilität und personalisierte Designerdrogen erweitert sich gleichermassen unser Bewegungsradius wie der Takt unserer Erlebnisse. Jedes unserer vielen Ichs wird eine Bühne der Entfaltung verlangen. Einige von ihnen werden analog sein, andere digital. Wir werden zwischen Realität und Virtualität navigieren, zwischen Zukunft und Vergangenheit, zwischen Freundschaften mit Menschen und Maschinen. Die skizzierten Süchte sind Varianten, um für Augenblicke die Leiden des Selbst hinter sich zu lassen – das Orien-

tieren in einer komplexen Welt, das Bestehen auf dem Arbeitsmarkt, die Last der täglichen Entscheidungen, die Verantwortung unserer Beziehungen, den Druck der perfekten Maschinen und immer vollkommeneren Mitmenschen.

Süchtigen misslingt es, ihre Zusatzrealitäten in ein passendes Verhältnis zur Beschränktheit des kleinen Ichs zu bringen. Sie wollen das Menschliche und verlieren sich im Künstlichen. Sie verstricken sich in fantastischen Realitäten, verzetteln sich zwischen den Wirklichkeiten oder sind erschöpft ob den Nebenwirkungen, welche das Navigieren zwischen den Welten mit sich bringt. Sie scheitern daran, ihre Unvollkommenheit als Merkmal des Menschlichen zu erkennen, lassen sich dazu verführen, allzu fehlerlos, schön und funktionsfähig sein zu wollen.

Wer nicht süchtig werden will, kann versuchen, sich in seiner Fehlerhaftigkeit zu akzeptieren und anzuerkennen, dass die mühsame Suche nach sich Selbst, das tägliche Überwinden von Widerständen, den Menschen zum Menschen macht.

■
Dr. Joël Luc Cachelin (1981, www.wissensfabrik.ch) inspiriert und begleitetet mit der Wissensfabrik Unternehmen in der digitalen Transformation. Studium, Promotion und Weiterbildung an den Universitäten St. Gallen und Bern sowie an der HWZ Zürich. Er hat mehrere Sachbücher über die Digitalisierung veröffentlicht, zuletzt «Internetgott – Die Religion des Silicon Valley» (Stämpfli, 2017).

Im Netz des Netzes

Mit dem Internet und den digitalen Welten haben sich die Menschen eine unendliche Spielwiese geschaffen. Ein riesiges Whiteboard, das nach Herzenslust gestaltet werden kann, vom Einzelnen und von ganz vielen Menschen zusammen.

Von Hannes Oppermann

Menschen sind Erfinder. Was sie von allen anderen Wesen unterscheidet, ist ihre Fähigkeit, sich unbekannte Welten, Wesen und Dinge vorzustellen. Die Vorstellungskraft zeigt sich früh. Im kindlichen Spiel wird mit grenzenloser Fantasie erfunden und behauptet. Sich im Spielen zu verlieren, ist ein göttliches Gefühl, man vergisst Zeit und Ort und damit die eigene Sterblichkeit. Im Spiel eignen sich Kinder die Welt an und erfahren, dass das eigene Handeln eine Wirkung auslöst. Manche Vorstellungen bleiben Illusion, und andere werden Realität. Das neueste Spiel meines kleinen Neffen besteht zum Beispiel darin, alle Knöpfe im Fahrstuhl zu drücken, weil diese dann rot aufleuchten und der Fahrstuhl sich in Bewegung setzt. Er lernt, indem er Feedback für sein Handeln bekommt. Im Spiel können bestehende Ge-

genstände neu kombiniert und neue Funktionen entdeckt werden. Irgendwann reicht den Heranwachsenden jedoch das selbstgenügsame Spielen nicht mehr. Wer kennt den jugendlichen Welterschmerz nicht, bei dem man an der Grösse und Ungerechtigkeit der Welt leidet und alle und alles aufrütteln und verändern will? Die Ideen und Visionen sollen eine grössere Wirkung entfalten. Man will gestalten, Einfluss nehmen, Sinn finden.

Du bist, was du erlebst

Das ungeschriebene Gesetz unserer digi-

talent Zeit heisst: Sei kreativ, lebe intensiv, produziere bewundernswerte Dinge und lass andere daran teilhaben. Mache ich nicht mit, bin ich unsichtbar und der Online-Community wertlos.

Das gleiche Muster kennen wir aus der analogen Welt. Was muss man nicht alles erlebt haben, um darüber sprechen zu können? Für 50000 Franken auf den Mount Everest? Kein Problem. Den Jakobsweg wandern? Im Sommer in nur 14 Tagen geschafft.

Ergo: Du bist, was du erlebst (und online stellst).

Dabei triggern die sozialen Netzwerke, genauso wie Computerspiele und elektronische Geräte, ein Grundbedürfnis in uns. Feedback und Sichtbarkeit sind mittlerweile zur wichtigsten Währung geworden und stehen synonym für die eigene Bedeutung. Das internationale Zeichen für ge-

wonnene Aufmerksamkeit ist dabei der rote Punkt. Wir kennen ihn von Facebook, dem iPhone und unseren E-Mails. Wenn er aufleuchtet, tanzen die Neuronen im Rausch, denn ich bin gefragt und werde gesehen. Deshalb lässt uns das Digitale nicht mehr los, bevor der eigene Beitrag genügend Likes erhalten hat oder die Timeline leer gescrollt ist.

Aber nur gesehen werden, bedeutet nicht, dass mein Handeln sinnhaft für meine Mitmenschen (und damit auch mich selbst) wird. Das Streben nach Aufmerksamkeit führt vielmehr dazu, dass

man seine Erlebnisse auf Verwertbarkeit für die Crowd prüft. Man inszeniert sich, um die grösstmögliche Wirkung zu erzielen. Dadurch entsteht ein Aufmerksamkeitskreislauf, der immer wieder gefüttert werden muss. Und alles bleibt Spiel. Das Hochladen von Selfies, das Teilen von Katzenvideos, das unendliche Durchscrollen der Timeline bleiben ohne Konsequenzen für das analoge Leben. Vielleicht fühlt man sich in sozialen Netzwerken nah und verbunden, aber eigentlich sitzen wir doch alleine vor unseren Geräten. Gegen Einsamkeit ist das Netz nur ein Symptomreduzierer. Unsere Fähigkeit zu erfinden und zu gestalten, verkümmert im Nirwana der Timeline. Mit einem tatsächlichen Näherrücken, der engeren und tieferen Vernetzung oder neuen Formen demokratischen Handelns hat das nicht mehr viel zu tun.

Kein analoges Leben im Digitalen

Denkt man diese Art von selbstgenügsamer Unterhaltung in die Zukunft weiter, so landen wir vielleicht irgendwann in einer vollständig digitalen Welt. Aber nicht als Gestaltende, sondern als Abhängige. Unsere Körper hätten dann ausgedient und werden an eine Grundversorgung angeschlossen, die dafür sorgt, dass das Gehirn funktionsfähig bleibt. Wir leben unser Leben in einem digitalen Szenario oder direkt im Spiel, so perfekt gestaltet, dass wir den Unterschied zur realen, analogen Welt vergessen. Damit wäre der Körper mit seinen Mängeln und seiner Sterblichkeit (fast) überwunden, all unser Erleben fände nur noch im Kopf statt. Keine Berührung, kein wirklicher Geschmack oder Geruch erreicht unsere Sinne. Werden wir noch merken, ob wir mit einem Algorithmus oder einem ande-

ren Menschen kommunizieren? Das Leben wäre ein frei wählbares Szenario, das die eigenen Träume jeden Tag wahr werden liesse.

Bewahrer des Analogen

Solche Aussichten können die Gegenbewegung des Digitalen stärken. Die radikalen Offliner, die das Netz und die digitalen Welten verteufeln, schaffen sich fern von jeder Elektronik und Strahlung einen Ort, an dem nur zählt, was anfassbar ist. Dem Digitalen stellen sie das Reale entgegen. Diese Menschen leben im Einklang mit der Natur und den Tageszeiten, das Feuer gibt Wärme und Schutz, und man beschränkt sich aufs Minimum an Elektrizität, die man aus den Leitungen der Onliner illegal abzapft. Der Körper muss trainiert und gestählt werden, denn nur Stärke und Geschwindigkeit zählen im Kampf ums Überleben. Orientierung wird in einer vordigitalen Vergangenheit geholt, jeglicher Innovation misstrauisch begegnet.

Gestalter der Welt

Keine der beiden Gruppen scheint aus heutiger Sicht beneidenswert. Die eine hängt an der digitalen Nadel, die andere kämpft ums tägliche Überleben. Bleibt das Problem, wie können wir das Beste beider Seiten verbinden? Und bei jeder Erfindung stellt sich die Frage, wie und wozu sollten wir sie nutzen? Wichtig für die Zukunft wird sein, vom passiven Benutzer wieder zum Gestalter der Welt zu werden, in der wir leben. Analog und digital!



Hannes Oppermann ist Kulturwissenschaftler und Theaterdramaturg. Er arbeitete am Deutschen Theater Berlin, Theater an der Parkaue Berlin und zuletzt am Luzerner Theater. Seine Themenfelder sind Arbeitsprozesse im Kontext der Kunst, Künstleridentitäten und künstlerische Formen des Erzählens.



Regionale Suchtpräventionsstellen

Die acht regionalen Stellen für Suchtprävention (RSPS) sind Generalisten. Sie initiieren Projekte, beraten und begleiten Schulen, Gemeinden und andere lokale Player, bieten Fortbildungen an und koordinieren die Präventionsaktivitäten in ihrer Region. Die RSPS werden hauptsächlich von den Gemeinden finanziert, der Kanton leistet eine finanzielle Unterstützung bis zu 30%.

Suchtpräventionsstelle der Bezirke Affoltern und Dietikon

Grabenstr. 9, 8952 Schlieren
Tel. 044 733 73 65,
Fax 044 733 73 64
supad@sd-l.ch
www.supad.ch
Leitung: Karin Aeberhard

Suchtpräventionsstelle für den Bezirk Horgen

Samowar
Bahnhofstr. 24, 8800 Thalwil
Tel. 044 723 18 17
Fax 044 723 18 19
info@samowar.ch
www.samowar.ch
Leitung: Marlies Desarzens

Suchtpräventionsstelle Winterthur

Technikumstr. 1, Postfach
8403 Winterthur
Tel. 052 267 63 80
Fax 052 267 63 84
suchtpraev.winterthur@win.ch
www.suchtpraev.winterthur.ch
Leitung: Beat Furrer

Suchtpräventionsstelle Zürcher Unterland

(Bezirke Bülach und Dielsdorf)
Europastr. 11, 8152 Glattbrugg
Tel. 044 872 77 33
Fax 044 872 77 37
info@praevencion-zu.ch
www.praevencion-zu.ch
Leitung: Silvia Huber

Suchtpräventionsstelle des Bezirks Andelfingen

Landstr. 36, 8450 Andelfingen
Tel. 043 258 46 40
Fax 043 258 46 05
suchtpraevencion.andelfingen@ajb.zh.ch
www.zentrum-breitenstein.ch
Leitung: Christa Gomez

Suchtpräventionsstelle des Bezirks Meilen

Samowar
Hüniweg 12, 8706 Meilen
Tel. 044 924 40 10
meilen@samowar.ch
www.samowar.ch
Leitung: Luzia Bertogg, Anna Feistle,
Marlen Rusch

Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland

(Bezirke Hinwil, Pfäffikon und Uster)
Gerichtsstr. 4, Postfach
8610 Uster
Tel. 043 399 10 80
Fax 043 399 10 81
info@sucht-praevencion.ch
www.sucht-praevencion.ch
Leitung: Fridolin Heer

Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich

Röntgenstr. 44, 8005 Zürich
Tel. 044 412 83 30
Fax 044 412 83 20
suchtpraevencion@zuerich.ch
www.stadt-zuerich.ch/suchtpraevencion
Leitung: Eveline Winnewisser

Kantonsweit tätige, spezialisierte Fachstellen für Suchtprävention

Die acht kantonsweit tätigen Fachstellen für Suchtprävention (KFSP) sind Spezialisten. In ihrem Fokus stehen eine Zielgruppe, eine Suchtform oder sie nehmen übergreifende Aufgaben wahr. Sie arbeiten eng mit den regionalen Suchtpräventionsstellen zusammen. Die KFSP werden zur Hauptsache vom Kanton finanziert.

Fachstelle ASN. Alkohol- und Drogen- prävention im Strassenverkehr

Hotzestr. 33, 8006 Zürich
Tel. 044 360 26 00
Fax 044 360 26 05
info@fachstelle-asn.ch
www.fachstelle-asn.ch
Leitung: Chantal Bourlourd
Fachstelle für Alkohol-, Drogen-
und Medikamentenprävention im
Zusammenhang mit Strassenver-
kehr. Führt diverse Animationsin-
strumente für Schulen, Betriebe,
Vereine usw. (z.B. Funky-Bar,
Rauschbrillen und Fahrsimula-
toren).

FISP, Fachstelle für interkulturelle Suchtprävention und Gesundheits- förderung

Kehlhofstr. 12, 8003 Zürich
Tel. 043 960 01 60
Fax 043 960 01 61
fisp@bluewin.ch
www.fisp-zh.ch
Leitung: Claudia Arnold, Joseph Oggier
Fachstelle für Suchtprävention
unter der Migrationsbevölkerung.
Entwickelt, realisiert und koordi-
niert Projekte. Unterstützt Fach-
stellen in der migrationsgerechten
Entwicklung ihrer Projekte und
Materialien (inkl. Übersetzungen).

Pädagogische Hochschule Zürich Suchtprävention und Volksschule

Lagerstr. 2, 8090 Zürich
Tel. 043 305 68 00
Fax 043 305 55 56
suchtpraevencion@phzh.ch
http://suchtpraevencion.phzh.ch
Leitung: Ariane Koch
Suchtprävention in der Volksschu-
le (einschliesslich Behörden- und
Elternarbeit): Verantwortlich für
die Lehrer/innenbildung im
Bereich Suchtprävention. Erarbei-
tet Unterrichtshilfen und andere
Projekte zur schulischen Sucht-
prävention. Führt eine Mediothek
und Dokumentationsstelle.

ZüFAM, Zürcher Fachstelle zur Prävention des Alkohol- und Medikamenten-Missbrauchs

Schindlersteig 5, 8006 Zürich
Tel. 044 271 87 23
info@zuefam.ch
www.zuefam.ch
Leitung: Domenic Schnoz
Fachstelle für die Prävention des
Alkohol- und Medikamenten-
Missbrauchs. Entwickelt und koor-
diniert Projekte, Informations-
materialien und Schulungen.

Fachstelle Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung

Ausstellungsstr. 80, Postfach
8090 Zürich
Tel. 043 259 78 60
Fax 043 259 78 62
infosuchtpraevencion@mba.zh.ch
www.fs-suchtpraevencion.zh.ch
Leitung: Vigeli Venzin
Suchtprävention an Berufs- und
Mittelschulen (einschliesslich
Arbeit mit Behörden, Eltern
und Berufsbildnern/innen): Macht
Lehrer/innenbildung in Sucht-
prävention. Entwickelt Lehrmittel
und Projekte zur Suchtprävention
in der Sekundarstufe II. Unterhält
ein Netz von Kontaktlehrpersonen.

Institut für Epidemiologie, Biostatistik und Prävention der Universität Zürich, Abteilung Prävention und Gesundheits- förderung Kanton Zürich

Hirschengraben 84, 8001 Zürich
Tel. 044 634 49 99
praevencion@ebpi.uzh.ch
www.gesundheitsfoerderung-zh.ch
Leitung: Sibylle Brunner
Das EBPI ist im Auftrag der
Gesundheitsdirektion verantwort-
lich für die Koordination und
Umsetzung von Massnahmen im
Bereich Prävention und Gesund-
heitsförderung im Kanton Zürich.
Es koordiniert unter anderem die
Aktivitäten aller Stellen und
Akteure im Bereich der Sucht-
prävention und ist zuständig für
die Öffentlichkeitsarbeit in der
Suchtprävention.

Radix: Spielsuchtprävention & infoDoc

Pfingstweidstr. 10, 8005 Zürich
Fax 044 360 41 14
Spielsuchtprävention:
Tel. 044 360 41 18
spielsucht-praevencion@radix.ch
www.spielsucht-radix.ch
Leitung: Christian Jordi
Fachstelle für die Prävention von
Spielsucht, insbes. problemati-
schem Lotteriespielen sowie Wet-
ten, und anderen Verhaltenssüch-
ten. Bietet Fachberatung für Multi-
plikatoren an und entwickelt
Informationsmaterialien.
infoDoc:
Tel. 044 360 41 05
infodoc@radix.ch, www.infodoc-radix.ch
Leitung: Diego Morosoli
Öffentliche Dokumentationsstelle
für alle Belange der Suchtpräven-
tion.

Züri Rauchfrei Fachstelle für Tabakprävention

Zähringerstr. 32, 8001 Zürich
Tel. 044 262 69 66
Fax 044 262 69 67
info@zurismokefree.ch
www.zueri-rauchfrei.ch
Leitung: Christian Schwendemann
Fachstelle für Tabakprävention.
Einzelberatungen (u.a. zu Entwöh-
nungsmethoden), Beratung von
Betrieben. Schaffung von Materia-
lien für Schulen. Expertisen zu
Tabakpräventionsprogrammen.
Rauchstopp-Programme für
Jugendliche.