

# spectra

73



## Jugend

### 2 Eine nationale Gesundheitspolitik für die Jugend

Im Kindes- und Jugendalter werden wichtige Weichen gestellt für die Gesundheit im Erwachsenenalter. Deshalb sind Präventionsmassnahmen für junge Menschen besonders lohnenswert. Je früher Prävention einsetzt, desto wirkungsvoller kann sie sich entfalten. Zudem sollen schwierige Phasen in der Adoleszenz ohne Gefährdung der Gesundheit und der sozialen Integration überstanden werden. Vor dem Hintergrund dieser Überzeugungen erarbeitet das Bundesamt für Gesundheit zurzeit eine Strategie für eine kohärente Gesundheitspolitik für die Jugend.

### 3 Mehr Bewegung in den Schulalltag

Mens sana in corpore sano: Körperliche Aktivität ist nicht nur gesund, sondern fördert auch die geistige Leistungsfähigkeit, etwa die Konzentrationsfähigkeit oder das Schulklima. Um mehr Bewegung in die Schule zu bringen, hat das Bundesamt für Sport das Projekt schule.bewegt lanciert, das mit einfach umzusetzenden Lehrmitteln bewirken soll, dass täglich 20 Minuten Bewegung in die Klassen aller Alterstufen kommt. Mehr als 2400 Klassen haben sich bereits für das kostenlose und unkomplizierte Projekt angemeldet.

### 12 Jugendliches Rauschtrinken im Visier

Die Zahlen sprechen eine deutliche Sprache: 2100 Todesfälle und 30'000 verlorene Lebensjahre kostet der Alkoholkonsum in der Schweiz jedes Jahr. Besonders erschreckend ist das Konsumverhalten mancher Jugendlichen: Täglich werden fünf junge Menschen wegen Alkohol in die Notfallstation eingeliefert, das Rauschtrinken ist ein ebenso beliebter wie absurder Zeitvertreib. Die 1999 gestartete nationale Präventionskampagne «Alles im Griff?» erinnerte in einer letzten Staffel junge Menschen: «Schau zu dir und nicht zu tief ins Glas.»



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI  
Bundesamt für Gesundheit BAG

# Unterwegs zu einer nationalen Gesundheitspolitik für die Jugend

**Jugend-Gesundheit.** Das Bundesamt für Gesundheit spielt im Bereich der Jugend-Gesundheit eine wichtige Rolle. Dabei sind die nationale Koordination und die Entwicklung einer kohärenten Strategie «Jugend-Gesundheit» von zentraler Bedeutung. Diese wird zurzeit erarbeitet.

Das Bundesamt für Gesundheit (BAG) hat die Förderung der Gesundheit aller in der Schweiz lebenden Menschen zum Ziel. Es will die Menschen befähigen, ihre Verantwortung für die eigene Gesundheit wahrzunehmen. Zudem sollen Gesundheitsförderung, Prävention und Gesundheitsschutz sowie Heilung und Linderung von Krankheiten oder Unfällen im Hinblick auf den grösstmöglichen Gesundheitsgewinn für alle realisiert werden.

## Das beste Alter für Prävention

Präventionsmassnahmen für Menschen im Jugendalter sind dabei besonders lohnenswert. Im Kindes- und Jugendalter werden wichtige Weichen gestellt für die Gesundheit im Erwachsenenalter. Gemäss aktuellem Forschungsstand haben Kinder und Jugendliche mit ausgeprägten Risikofaktoren ein erhöhtes Risiko, auch später im Leben zu erkranken. Dies hat neben viel persönlichem Leid auch hohe volkswirtschaftliche Kosten zur Folge. Es ist erwiesen, dass Prävention wirkungsvoller ist, wenn sie möglichst früh beginnt. Deshalb ist der Prävention, Früherkennung, Frühintervention, Gesundheitsbildung/Gesundheitskompetenz und Gesundheitsförderung im Kindes- und Jugendalter besondere Beachtung zu schenken. In der Adoleszenz steigen die Risiken für

die Gesundheit: Körperliche und kognitive Entwicklung, Beziehungen und Sexualität, Autonomie- und Identitätsentwicklung, Schul- und Berufswahl – all diese Themen können interne Problembewältigungsverhalten (z. B. Depression, Essstörungen, Suizid) und externe Bewältigungsstrategien (z. B. Mobbing, Aggression, Delinquenz, Unfälle, Substanzmissbrauch) mit Folgen für die Gesundheit fördern. Das Jugendalter birgt aus der Sicht der Prävention sowohl viele Schwierigkeiten als auch sehr viele Chancen. Einerseits verändern sich die Problemverhaltensweisen Jugendlicher relativ schnell, was der Prävention eine hohe Aufmerksamkeit und Flexibilität abverlangt. Andererseits ist das Jugendalter eine Lebensphase, in der die Menschen im Allgemeinen eine hohe Lernbereitschaft aufweisen, was eine wesentliche Voraussetzung für eine wirksame Prävention und Gesundheitsförderung ist. Daraus lassen sich eine Reihe von Zielen einer zeitgemässen Jugendpolitik ableiten:

- Kinder und Jugendliche sollen die bestmögliche gesundheitliche Entwicklung erleben.
- Auch schwierige Entwicklungsphasen sollen ohne gesundheitliche Schäden und ohne Gefährdung der sozialen Integration und weiteren Entwicklung überstanden werden können.
- Auftauchende Entwicklungsprobleme sollen frühzeitig erkannt werden. Adäquate Hilfe für Kinder, Jugendliche und ihre Familien muss gewährleistet und allen zugänglich sein.

## Das Projekt Jugend-Gesundheit

Um den Bedarf eines verstärkten Engagements des BAG im Bereich der Jugend-Gesundheit zu eruieren, wurden verschiedene interne Abklärungen durchgeführt. Klärungs- bzw. Handlungsbedarf besteht in folgenden Bereichen:

– Strategieentwicklung/Definition: Was ist Jugend-Gesundheit? Welche kohärente Strategie verfolgt das BAG im Bereich Jugend-Gesundheit? Wie kann eine kohärente Definition aufgrund einer multifaktoriellen Sicht entwickelt werden? Wie können Forderungen aus dem Parlament umgesetzt werden?

– Koordination/Kommunikation: Sind die bestehenden BAG-Projekte aufeinander abgestimmt? Entsprechen sie der Strategie? Wie läuft die Koordination innerhalb des BAG, innerhalb des Bundes? Wie tritt das BAG gegen aussen auf? Wie können eine kohärente Definition und eine multifaktorielle Sichtweise allgemein verankert werden? Wie können die vielen Partner verstärkt zusammen arbeiten?

– Wissenstransfer: Wie werden BAG-Mitarbeitende, Partnerinstitutionen und andere Ämter informiert? Wie kann der Wissensaustausch, wie der Theorie-Praxis-Transfer gefördert werden?

– Dokumentation: Ist die Datenlage ausreichend? Werden die Projekte evaluiert? Welche eventuell neuen Risikofaktoren sollten erfasst werden? Wie können die Daten Interessierten zugänglich gemacht werden? Wie können Erhebungen des Bundes aufeinander abgestimmt werden?

– Innovation: In welchen Bereichen der Jugend-Gesundheit besteht noch Handlungsbedarf? Wo können/sollen neue Projekte lanciert werden?

Die Ergebnisse der internen Analyse werden zurzeit unter Einbezug von externen Fachexperten und Fachexpertinnen (Expertengruppe Jugend-Gesundheit, AG Jugend des BAG, andere Bundesämter, Verbände, Kommissionen, NGOs, Jugendliche) geprüft und allenfalls ergänzt, um daraus konkrete Handlungsoptionen für das BAG zu entwickeln. Die Analyseergebnisse sollten jetzt alle vorliegen. Die Ausarbeitung der konkreten Massnahmen wird in der zweiten Hälfte 2009 in Angriff genommen. Bereits jetzt kristallisiert sich heraus, dass neben den oben erwähnten noch weitere Fragen von Bedeutung sein werden:

- Welche Bedeutung haben Kinder im Vorschulalter für die Jugend-Gesundheitspolitik?
- Wie kann eine gesundheitliche Chancengleichheit (in Bezug auf Bildung, ökonomischen Status, Herkunft, föderale Strukturen usw.) angestrebt werden?
- Wie kann die Elterngesundheitsbildung gestärkt werden?
- Wie kann die Erreichbarkeit der Menschen durch Programme im Besonderen, aber auch durch den Gesundheitssektor ganz allgemein gelingen?

Parallel zur Erarbeitung der Analyse werden die vielen erfolgreichen Projekte des BAG im Bereich Jugend-Gesundheit weitergeführt. Einen Überblick über eine kleine Auswahl erhalten Sie auf den folgenden Seiten.

Kontakt: Sandra Wüthrich,  
Projektleitung Jugend-Gesundheit,  
sandra.wuethrich@bag.admin.ch

# Lehrpläne mit Weitsicht und Umsicht

**Bildung für eine nachhaltige Entwicklung.** In der globalisierten Welt ist die Sensibilität für komplexe Zusammenhänge eine zunehmend wichtige Kompetenz für ein verantwortungsvolles, nachhaltiges Handeln. Im Rahmen der UNO-Dekade «Bildung für nachhaltige Entwicklung» soll diese Kompetenz auch in der Schweiz mit einem Massnahmenplan für den transdisziplinären Unterricht gefördert werden.

Das Ziel der seit 2004 laufenden UNO-Dekade Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) ist es, über die Bildung Handlungs- und Denkweisen in die Gesellschaft einzubringen, die die nachhaltige Entwicklung fördern. In den Schweizer Schulen wird bereits heute vieles bezüglich BNE gelehrt, sei das mit Themen wie Umwelt, Gesundheit, Nord-Süd oder Menschenrechte. Die Idee hinter BNE ist es, diese Themen noch stärker zueinander in Bezug zu setzen und sie verstärkt auf die nachhaltige Ent-

wicklung auszurichten – im Sinn von sozialer Gerechtigkeit, ökologischer Verträglichkeit und ökonomischer Leistungsfähigkeit. Dabei werden Zusammenhänge zwischen lokalem Handeln und globaler Entwicklung und die Auswirkungen des gegenwärtigen Handelns auf zukünftige Generationen berücksichtigt. Ein Beispiel: Fischkonsum ist gut für die Gesundheit. Er kann durch die langen Transportwege oder die Überfischung der Meere aber die Umwelt belasten. So wie die Produktion und der Konsum von Fisch können im Schulunterricht verschiedene Themen in diversen Schulfächern behandelt und zu transdisziplinären Themen im Sinne von BNE ausgeweitet werden.

## Kein Mehraufwand für Lehrpersonen

Im Rahmen der UNO-Dekade BNE hat die Schweizerische Koordinationskonferenz Bildung für eine nachhaltige Entwicklung (SK BNE) einen Massnahmenplan verabschiedet. Die SK BNE ist ein Koordinationsinstrument des Bundes

und der Kantone, in dem die Bundesämter für Gesundheit (BAG), Umwelt (BAFU), Raumentwicklung (ARE), Berufsbildung und Technologie (BBT), die Direktion für Entwicklung und Zusammenarbeit (DEZA) und das Staatssekretariat für Bildung und Forschung (SBF) sowie die Schweizerische Konferenz der kantonalen Erziehungsdirektoren (EDK) vertreten sind. Das Ziel der SK BNE ist die Erarbeitung einer kohärenten Politik zur Integration von BNE in das Schweizer Bildungswesen. Der Massnahmenplan möchte dieses Ziel über drei Hauptmassnahmen erreichen: die Unterstützung der Integration von BNE in die sprachregionalen Lehrpläne (I) und in die Aus- und Weiterbildung von Lehrpersonen (II) sowie die Unterstützung einer schulischen Qualitätsentwicklung (III). Durch diese Massnahmen soll auf keinen Fall ein Mehraufwand für die Lehrpersonen entstehen, im Gegenteil: Durch die Schaffung von thematischen Verbindungen und Synergien im Sinne von BNE sollen Lehrerinnen und Lehrer in ihrer eigenen Ausbildung so-

wie im Unterrichtsalltag entlastet werden.

## Idealer Zeitpunkt für Umsetzung

Aufgrund der zurzeit laufenden Reformen im Rahmen von HarmoS und der sprachregionalen Lehrpläne ist der Moment für die Umsetzung des Massnahmenplans ausgesprochen günstig. Für die Integration von BNE in die sprachregionalen Lehrpläne wurde die Projektleitung des Deutschschweizer Lehrplans von der SK BNE beauftragt. Details zum Stand der Arbeiten sind auf [www.lehrplan.ch](http://www.lehrplan.ch) zu finden.

Weitere Links zum Thema:  
[www.edk.ch](http://www.edk.ch) > Arbeiten >  
Weitere Themen und Projekte

Kontakt: Dagmar Costantini, Programmleitung b + g Netzwerk Schweiz,  
dagmar.costantini@bag.admin.ch





## Aus erster Hand

Der Mehrheit der Schweizer Jugendlichen geht es gesundheitlich sehr gut. Sie rauchen weniger und konsumieren weniger illegale Drogen als in den 1980er- und 1990er-Jahren. Auch die Suizidrate ist seit 1980 gesunken. Dank Impfschutz und einer guten medizinischen Grundversorgung wachsen sie gesünder auf als noch vor wenigen Jahrzehnten. Sie sind engagiert, kreativ, unternehmungslustig und gut eingebunden. Allerdings zeigen 10 bis 20% der Jugendlichen Risikoverhaltensweisen, die zu gesundheitlichen Problemen und zu Integrationsschwierigkeiten führen können. Und um genau jene Gruppe müssen wir uns mit geeigneten Mitteln bemühen. Dabei sind Bund, Kantone, Gemeinden, NGOs und Schulen gefordert, die Balance zu finden

- zwischen Grenzensetzen und Grenzen-überschreiten-Lassen;
- zwischen Bevormundung und Selbstverantwortung;
- zwischen Stigmatisierung und Idealisierung;
- zwischen Jugendschutz und Jugendförderung.

Die Förderung von Gesundheitskompetenz, Entwicklung und Ressourcennutzung spielt dabei eine zentrale Rolle. Einzelne von den Massenmedien aufgebauchte Themen dürfen nicht überbewertet werden, vielmehr müssen Präventionsprojekte auf gesicherten Daten basieren. All dies sind Themen einer kohärenten Strategie im Bereich der Jugend-Gesundheitspolitik, die es auch innerhalb des BAG zu diskutieren gilt.

«Jugend» ist sowohl unsere eigene, individuelle Vergangenheit als auch unsere durch neue Generationen beeinflusste Zukunft. Ein besseres Verständnis und eine bessere Verständigung unter den Generationen sind gerade in der Gesundheitspolitik unabdingbar, damit Projekte nicht an der Zielgruppe vorbeigeplant werden. Kurt Tucholsky sagte dazu 1931: «Die verschiedenen Altersstufen des Menschen halten einander für verschiedene Rassen: Alte haben gewöhnlich vergessen, dass sie jung gewesen sind, oder sie vergessen, dass sie alt sind, und Junge begreifen nie, dass sie alt werden können.» Halten wir uns dies stets kritisch vor Augen, und wir haben bereits einen ersten Schritt getan in Richtung einer «gesunden» Jugend-Gesundheitspolitik. In diesem Sinne lade ich Sie ein, sich auf den nächsten Seiten einen Einblick über die aktuellen Tätigkeiten des Bundesamts für Gesundheit im Bereich Jugend-Gesundheit zu verschaffen.



Roy Salveter  
Leiter Abteilung  
Nationale Präventionsprogramme  
Bundesamt für Gesundheit

## Vielfältige Bewegungsideen für den Schulalltag

**Bewegungsförderung.** Zu den vielen positiven Wirkungen körperlicher Aktivität gehört auch die verbesserte geistige Leistungsfähigkeit. Deshalb sollte Bewegung gerade in der Schule fester Bestandteil des Alltags sein. Mit dem Bewegungsförderprogramm *schule.bewegt* lässt sich die tägliche Lektion «Bewegung» ohne grossen Zeitaufwand umsetzen.

Verschiedene Studien belegen den günstigen Einfluss von Bewegung auf die Konzentrationsleistungen von Schülerinnen und Schülern sowie auf das Schulklima. Die Losung muss also heissen: Täglich mehr Bewegung in der Schule. Das Projekt *schule.bewegt* des Bundesamts für Sport (BASPO) versteht sich als Dienstleistung für Lehrpersonen aller Schulstufen und stellt allen angemeldeten Klassen einfach umsetzbare Lehrmaterialien kostenlos zur Verfügung. Im Gegenzug dazu verpflichten sich die Klassen zu mindestens 20 Minuten Bewegung pro Tag. Diese kann auf dem Schulweg, während des Unterrichts, in den Pausen oder als Bewe-

gungshausaufgabe erfolgen. In diesem Schuljahr haben sich bereits über 2400 Klassen für *schule.bewegt* angemeldet, und es werden täglich mehr.

### Praktisch, gratis, flexibel und positiv

*schule.bewegt* ist ein unkompliziertes und wirksames Mittel, tägliche Bewegung in den Schulalltag zu integrieren. Lehrpersonen erhalten ein Kartenset mit Bewegungsideen, die ohne Vorbereitung durchgeführt werden können. Jede Klasse entscheidet selbst, wie sie sich täglich bewegen will, fünf Bewegungs- und ein Zusatzmodul stehen zur Auswahl.

Alle Schülerinnen und Schüler der angemeldeten Klasse erhalten kostenlos die entsprechenden Bewegungsmaterialien. Die Lehrperson bestimmt, wann sie mit *schule.bewegt* beginnt und wieder aufhört. Einzige Vorgabe: Die Mindestteilnahmedauer beträgt ein Quartal. Die Rückmeldungen von Lehrpersonen zeigen, dass die täglichen Bewegungssequenzen das Klassenklima verbessern, die Übungen einfach umsetzbar sind und Spass machen.

### So funktioniert *schule.bewegt*

Lehrpersonen schreiben ihre Schulklassen für mindestens ein Modul bei *schule.bewegt* ein. Anschliessend erhalten die Klassen per Post eine *schule.bewegt*-Broschüre, die bestellten Kartensets und die Praxismaterialien. Nach Abschluss des Programms können die Klassen *schule.bewegt* bewerten. Alle Klassen, die den Fragebogen ausfüllen, nehmen an der Verlosung zum jährlichen *schule.bewegt*-Sporttag in Magglingen teil. Zusätzlich werden während des Schuljahres rund 30 teilnehmende Schulen von einer Gotte oder einem Götti von *schule.bewegt* – allesamt bekannte Sportlerinnen oder Sportler – besucht.

Anmeldung und weitere Informationen unter [www.schulebewegt.ch](http://www.schulebewegt.ch).

Kontakt: Valérie Bourdin,  
Sektion Ernährung und Bewegung,  
[valerie.bourdin@bag.admin.ch](mailto:valerie.bourdin@bag.admin.ch)



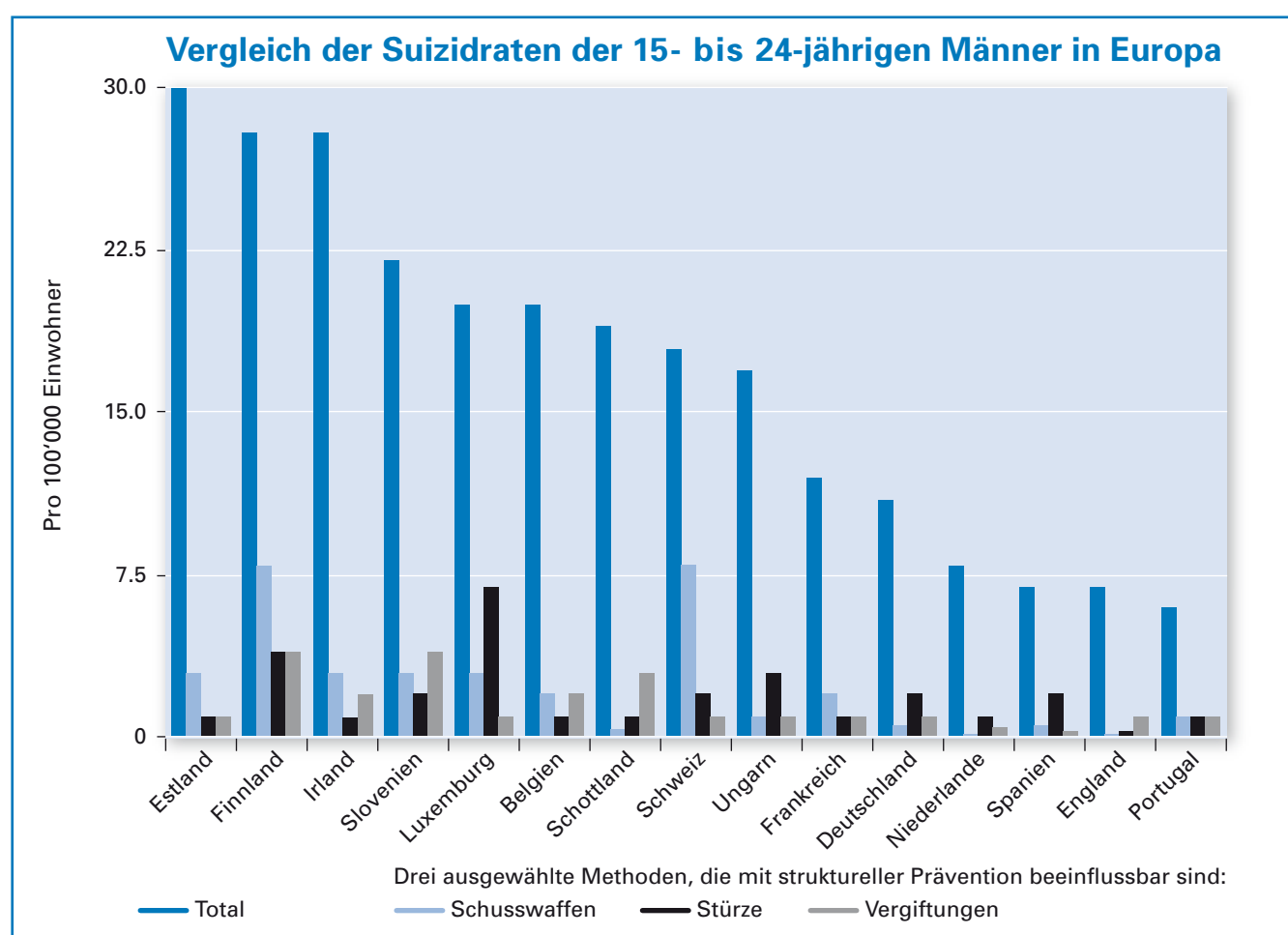
# Jung und verzweifelt?

**Suizid im Jugendalter.** In Europa ist Suizid nach Unfällen die zweithäufigste Todesursache bei 15- bis 24-Jährigen. In der Schweiz macht Suizid knapp einen Viertel aller Todesursachen bei jungen Menschen aus. Eine erfolgreiche Prävention gegen Jugendsuizid erfordert einen genauen Blick auf die Suizidgründe und -methoden aus der Genderperspektive.

In einer kürzlich veröffentlichten Studie wurden die Suizidfälle von 15- bis 24-Jährigen in den Jahren 2000 bis 2005 in 15 europäischen Ländern untersucht. Von den 14'738 Opfern waren 11'704 Männer und 3034 Frauen. Die häufigste Methode bei beiden Geschlechtern war Erhängen, wobei Männer diese Methode 5-mal häufiger anwendeten als Frauen. An zweiter Stelle bei den Männern lag Springen aus der Höhe, gefolgt von Erschiessen. Bei den Frauen war die zweithäufigste Methode der Griff zu Drogen oder Medikamenten, gefolgt von Springen aus der Höhe.

## Suizid – ein Männerproblem?

Was die europäische Studie zeigt, ist in den meisten Ländern der Welt zu beobachten: Es sterben wesentlich mehr Männer als Frauen durch Suizid, unabhängig vom Alter. Daten aus 90 Staaten zeigen eine Rate von 10 pro 100'000 bei männlichen und 4 pro 100'000 bei weiblichen Jugendlichen. Dieser Unterschied lässt sich auf den ersten Blick mit den unterschiedlichen Suizidmethoden von Männern und Frauen erklären: Männer wenden eher tödliche Methoden an. Sind Suizide deshalb ein «männliches Problem»? Bei näherer Betrachtung und unter Einbezug von Suizidalität wird klar, dass beide Geschlechter gleichermaßen betroffen sind, jedoch auf unterschiedliche Weise. Männer begehen häufiger effektiven Suizid durch die Wahl einer sicher tödlichen Methode (vgl. weiter unten). Momentane Suizidabsichten, Suizidversuche und Autoaggressionen mit und ohne tödliche Absicht sind bei 15- bis 20-jährigen Frauen häufiger als bei gleichaltrigen Männern. Studien aus den USA haben auch gezeigt, dass suizidales Verhalten von Frauen und Männern unterschiedlich gewertet wird. Männer, die einen Suizidversuch begangen hatten, wurden von ihren Gleichaltrigen geringer geachtet als Männer nach vollendetem Suizid. Soziostрукturell konstruierte Normen der Geschlechterrollen wirken somit auch bei selbstdestruktivem Verhalten handlungsleitend. Ein vollendeter Suizid wird als «rationaler Akt» eher Männern und der Suizidversuch als «emotionaler Akt» eher Frauen zugeschrieben. Geschlechterstereotype werden dadurch widerspiegelt. Aus dieser Perspektive betrachtet, stellt Arbeitslosigkeit für Männer ein grösseres Suizidrisiko dar als für Frauen. Für Männer sind Erwerbsarbeit und damit verbunden der soziale Status zentrale Faktoren ihrer männlichen Identität, die durch Arbeits-



Quelle: Värnik et. al. (2008). Gender issues in suicide rates, trends and methods among youths aged 15–24 in 15 European countries.

losigkeit stark erschüttert wird. Für Frauen sind eher psychosoziale Risikofaktoren wie sexuelle und/oder häusliche Gewalt, denen Frauen häufiger ausgesetzt sind als Männer, entscheidend für einen Suizid oder einen Suizidversuch. Insgesamt stellt die Pubertät per se eine instabile und vulnerable Lebensphase dar. Zeitliche Abweichungen von der «normalen» sexuellen Entwicklung sind in beiden Geschlechtern mit Suizidalität assoziiert. Homosexualität hat insbesondere bei jungen Männern einen starken Zusammenhang mit Suizidalität.

## Starker Einfluss von Geschlechterrollen auf das Hilfesuchverhalten und die Suizidmethode

Die soziokulturellen Normen der Geschlechterrollen widerspiegeln sich in allen Altersgruppen auch in der Bereitschaft, Hilfe einzufordern und anzunehmen. Frauen suchen generell häufiger ärztliche Hilfe auf und geben an, mehr emotionale Unterstützung zu haben. Dagegen reagieren Männer auf Stress nach dem «fight or flight»-Muster, mit einem hohen Risiko für Selbst- und Fremdschädigung. So werden Probleme bei Jungen häufig nicht in ihrer ganzen Dramatik wahrgenommen und/oder Depressionen nicht erkannt und behandelt. Diese Härte mit sich selbst schlägt sich bei den Männern in der Wahl der Suizidmethoden nieder. Mit einer Rate von 7 pro 100'000 ist Erschiessen die häufigste Methode bei den Schweizer Männern. Diesbezüglich hält unser Land eine traurige Spitzenposition in Europa

und weist eine ähnlich hohe Rate auf wie die USA. Rund 44% der 15- bis 24-jährigen männlichen Suizidopfer in der Schweiz setzen ihrem Leben mit einer Waffe ein Ende. Es ist nachgewiesen, dass diese hohe Quote in einem direkten Zusammenhang mit den geringen Zugriffsschranken für Waffen respektive mit der Aufbewahrung der Armeewaffe im Privathaushalt der Armeeangehörigen steht.

## Verfügbarkeit der Ordonnanzwaffen reduzieren

Beim Bund wächst das Bewusstsein, dass Suizid ein nicht mehr zu vernachlässigendes Gesundheitsproblem für die Schweiz darstellt. Staatliche Massnahmen, die zu einer dauerhaften Reduktion der Suizide führen, betreffen allerdings nicht nur gesundheitspolitische Institutionen, sondern verschiedene Politikbereiche. So hat beispielsweise das Bundesamt für Strassenbau (ASTRA) die Erforschung von Stürzen in die Tiefe finanziell unterstützt, und das Bundesamt für Gesundheit (BAG) hat beim Bericht zu den Ordonnanzwaffen des Departements für Verteidigung, Bevölkerungsschutz und Sport (VBS) mitgearbeitet.

Nach sorgfältiger Abwägung der Armeeverfügbarkeit und Präventionsbedürfnisse befürwortet das BAG eine starke Reduktion der Verfügbarkeit von funktionsfähigen Ordonnanzwaffen in Privathaushalten. Das BAG konnte nachweisen, dass damit mindestens 100 vorzeitige Todesfälle vermieden werden könnten. Das BAG ist sich bewusst, dass eine Reduktion der Armeewaffen in den Privathaushal-

ten eine einschneidende gesellschaftliche Veränderung darstellen wird. In verschiedenen parlamentarischen Vorstössen liegen Vorschläge für eine Neuordnung vor. Der VBS-Bericht ist ein erster Schritt in die richtige Richtung. Alle Präventionsfachleute sind nun herausgefordert, in ihrem Arbeitsfeld nächste Schritte zu machen.

Kontakt: Regula Rička,  
 Abteilung multisektorale Projekte,  
 regula.ricka@bag.admin.ch  
 Verena Hanselmann,  
 Projekt Gender Health,  
 verena.hanselmann@bag.admin.ch

Mehr Informationen zum Thema:

- Eidgenössisches Departement für Verteidigung, Bevölkerungsschutz und Sport VBS: Schlussbericht der Arbeitsgruppe Ordonnanzwaffen. 2008. (Gratisdownload <http://www.vbs.admin.ch/internet/vbs/de/home/documentation/bases.parsys.15167.downloadList.33977.DownloadFile.tmp/schlussberichtd191108.pdf>)
- Fokusbericht Gender und Gesundheit 2008. (Gratisdownload unter [www.bag.admin.ch](http://www.bag.admin.ch))
- Möller-Leimkühler, Anne Maria: Geschlechtsspezifische Unterschiede bei Depression und Suizidalität. In: J Neurologie, Neurochirurgie, Psychiatrie 2008;9 (3), 40–45
- Värnik, A., et al.: Gender issues in suicide rates, trends and methods among youths aged 15–24 in 15 European countries. Journal of Affective Disorders (2008), doi:10.1016/j.jad.2008.06.004



# Wie wirksam sind Frühförderung und Frühprävention?

**Fachtagung «Lebenschancen fördern».** Von Einzelprogrammen sind keine Wunder zu erwarten. Von grosser Bedeutung sind hingegen sozial- und bildungspolitische Massnahmen gegen die negativen Folgen sozialer Ungleichheit. Dies das Fazit einer Fachtagung über die Wirksamkeit von Frühförderung und Frühprävention im Kindes- und Jugendalter.

Am 30. Oktober 2008 fand im Kultur-Casino in Bern die von Infodrog organisierte Fachtagung «Lebenschancen fördern» statt, an der wissenschaftliche Ergebnisse aktueller, vom Bundesamt für Gesundheit (BAG) geförderter Interventionsprogramme und von deren Begleitforschung präsentiert wurden. Die Studien lieferten wertvolle, aber zum Teil ernüchternde Erkenntnisse. Sowohl das nationale Programm *supra-f* zur Suchtprävention bei gefährdeten Jugendlichen wie auch das Zürcher Programm *z-proso* zur Gewaltprävention zeigten trotz hoch dosierter Angebote eine relativ bescheidene Wirksamkeit. Wie Manuel Eisner, Leiter von *z-proso*, an der Tagung resümierte, stimme die Stossrichtung der Idee solcher Einzelprogramme, aber man dürfe von ihnen keine Wunder erwarten. Das Zürcher Elternprogramm Triple-P zeigte selbst nach drei Jahren keine positiven, sondern teilweise sogar negative Effekte. Wie es bei vielen Elternprogrammen der Fall ist, gelang es auch in diesem Fall nicht, Eltern mit Migrationshintergrund gleich gut zu erreichen wie Schweizer Eltern. Bessere Resultate konnte das Sozialkompetenz-Training PFAD vorweisen, bei dem einzelne positive Veränderungen bezüglich des aggressiven Verhaltens nachgewiesen werden konnten.

## Vielversprechende Cannabis-Projekte

Mehr Erfolg scheinen Projekte im Bereich Cannabis zu haben. Die Kurzintervention «Realize it!» (5 Einzel- und eine

## Online-Lexikon zu Prävention und Gesundheit bei Jugendlichen

Informationen zu vielen Themen rund um Prävention und Früherkennung von Drogenkonsum und anderem Problemverhalten im Jugendalter sind neu in einem Online-Lexikon abrufbar. Zu den meisten Schlagwörtern gibt es Links zu wissenschaftlichen Quellen, Websites und Organisationen. Das Lexikon orientiert sich an einer evidenzbasierten Prävention und wurde im Rahmen des Interventions- und Forschungsprogramms *supra-f* entwickelt. Bei vielen Schlagwörtern wird deshalb auf die Erfahrungen und Erkenntnisse aus diesem Programm verwiesen.

Das Lexikon befindet sich auf [www.infodrog.ch](http://www.infodrog.ch), Rubrik «Aktuell»



Gruppensitzung) wurde in 14 Suchtberatungsstellen Süddeutschlands und der Schweiz erprobt. Die positiven Ergebnisse führten dazu, dass der Transfer des Programms in Deutschland nun vom Bundesministerium für Gesundheit bundesweit gefördert wird. Bis im Oktober 2008 hatten bereits 147 Fachstellen «Realize it!» in ihr Beratungsangebot aufgenommen. Einen anderen Ansatz verfolgt die multidimensionale Familientherapie (MDFT). MDFT ist eine in den USA breit evaluierte, auf systemischer Grundlage konzipierte Kurztherapie (4 bis 6 Monate) für jugendliche Cannabisabhängige. Die Therapie ist sehr intensiv und verlangt von Klienten, Eltern und Therapeuten einen hohen Einsatz. MDFT wird zurzeit an der Fondation Phénix in Genf erprobt und vom Institut für Sucht- und Gesundheitsforschung Zürich evaluiert. Je 30 Jugendliche und ihre Eltern werden dabei zufällig entweder der MDFT oder der üblichen Behandlungsmethode zugewiesen. Erste Wirkungsergebnisse über die zwei

Gruppen werden Ende 2009 vorliegen. Mit viel Spannung erwartet werden auch erste Erfahrungsberichte des Berner Frühförderungsprojekts *primano*. *primano* wird in vier sozial eher belasteten Quartieren der Stadt Bern durchgeführt, in denen ein erhöhter Bedarf an Frühförderung angenommen werden kann. Das Projekt richtet sich an Kinder bis zum Alter von fünf Jahren und deren Eltern oder Erziehungsberechtigte. Die Förderangebote erfolgen zu Hause, in Tagesstätten für Kleinkinder und Spielgruppen sowie im Quartier. *primano* orientiert sich am holländischen Programm *Opstapje* und wird vom Psychologischen Institut der Universität Bern wissenschaftlich evaluiert. (Ein ausführlicher Artikel dazu folgt in der *spectra*-Ausgabe Nr. 74.)

## Modell Schweden: Fokus auf das Vorschulalter

Wie der schwedische Public-Health-Experte Sven Bremberg in seinem Einführungsreferat ausführte, ist der Zusam-

menhang zwischen sozioökonomischer Lage und Gesundheit bzw. Krankheit und Problemverhalten im Kindes- und Jugendalter besonders stark. Aus diesem Grund setzt die schwedische Gesundheitspolitik einen Schwerpunkt bei der Kinder- und Jugendgesundheit mit dem Resultat, dass über 90% aller Kinder eine Tagesstätte oder Vorschule besuchen. Damit diese Einrichtungen für alle Familien zugänglich werden, ist eine Finanzierung mit öffentlichen Geldern notwendig. Diese Investitionen machen sich jedoch bezahlt: Die Kinder verfügen über bessere soziale und kognitive Kompetenzen, haben weniger Verhaltensprobleme und sie profitieren von positiven Langzeiteffekten im Erwachsenenalter bezüglich Gesundheit und Arbeitsleistung. Ein grosses Potenzial ortet Bremberg auch in strukturierten Elternprogrammen. Der Anteil aller «Erst-Kind-Eltern» in Schweden, die ein solches Programm besucht haben, stieg von 4 % im Jahr 2004 auf 11% im letzten Jahr.

In der Schweiz besteht gegenüber Schweden bezüglich Frühförderung und -prävention ein grosser Nachholbedarf. Gemäss BAG-Direktor Thomas Zeltner werde die Bedeutung des Säuglings- und Vorschulalters für die späteren Lebens- und Gesundheitschancen in der öffentlichen Wahrnehmung unterschätzt. Im Unterschied zu Schweden seien bei uns starke staatliche Steuerungen eher unbeliebt, ein Zeichen dafür sei die kritische Diskussion um die frühe Einschulung.

Kontakt: Bernhard Meili, Infodrog, [b.meili@infodrog.ch](mailto:b.meili@infodrog.ch)

## Publikationen zum Thema

- 10 Jahre *supra-f*: Erkenntnisse und Folgerungen für die Prävention (55 Seiten, Deutsch und Französisch, gratis)
- «Realize-it!»: Evaluation einer Kurzintervention bei Cannabisabhängigkeit (47 Seiten, CHF 10.–)
- Frühprävention von Gewalt und Aggression. Ergebnisse des Zürcher Präventions- und Interventionsprojektes an Schulen. Manuel Eisner et al. (262 Seiten, Spezialpreis bei Infodrog: CHF 40.–)

Bestellungen über [www.infodrog.ch](http://www.infodrog.ch), Rubrik «Produkte». Alle PowerPoint-Präsentationen der Fachtagung «Lebenschancen fördern» sind erhältlich auf [www.infodrog.lebenschancen.ch](http://www.infodrog.lebenschancen.ch).

# «Angefeuert durch eine Gesellschaft, die sehr auf Leistung und das Aussehen achtet, auch ihre eigenen Grenzen immer weiter ausdehnen.»

**Interview.** Was sind die gravierenden Gesundheitsprobleme der Jugendlichen, welche Fragen bewegen junge Menschen heute? Im Gespräch suchen ein Experte, eine Expertin, ein Student und ein Gymnasiast nach Antworten. Nachdem die überholten Klischees von Alkohol und Tabak an ihren Platz verwiesen worden waren, führte die offene Diskussion zu den grundlegenden Problemen der Jugend: die Perspektivlosigkeit und der Leistungsdruck, welche beide ernst zu nehmende Folgen für die Gesundheit haben können.

## **spectra: Laut den Medien trinken und rauchen Jugendliche zu oft. Was sagen die Betroffenen dazu?**

**David Guerra:** Ja, es ist wahr, dass Jugendliche sich gerne treffen, um zusammen zu trinken. Trinken bedeutet auch, zusammen schöne Momente zu erleben, aber werfen Sie nicht alle in denselben Topf. Die Medien fokussieren sich auf diejenigen, die zu viel trinken, weil diejenigen, die nicht trinken, ihnen keinen Stoff zum Schreiben liefern! Im Ausgang fühlt sich derjenige, der nichts trinkt, schnell einsam und ausgeschlossen, während die anderen, dem Alkohol sei Dank, schnell ihre Hemmungen verlieren. Nichtsdestotrotz zeigen Jugendliche meistens eine gewisse Toleranz, wenn einer aus ihren Reihen keinen Alkohol trinken will.

## **spectra: Gehören Rauchen und Trinken zusammen?**

**David Guerra:** Nicht unbedingt. Viele Jugendliche rauchen nicht. Andere rauchen nur im Ausgang. Die Jugendlichen sehen die Schädlichkeit des Tabaks eher ein als jene des Alkohols. Man trinkt, um Spass zu haben, im Gegensatz dazu raucht man nur, wenn es einem nicht gut geht oder man gestresst ist.

**Nicolas Chachereau:** In Deutschland ist es verboten, an öffentlichen Orten zu rauchen, und es funktioniert eher gut; Gleiches gilt für Italien und Frankreich. Man gewöhnt sich übrigens schnell daran, und man schätzt es auch sehr, in einer Umgebung ohne Rauch zu sein. Die Rückkehr in die Schweiz ist entsprechend hart.

## **spectra: Professor Michaud, repräsentieren Alkohol und Tabak ernsthafte Probleme der Jugend?**

**Pierre-André Michaud:** In erster Linie für die Journalisten, ja. Ich bin persönlich genervt von diesem Wahn der Presse, der Jugend ein trauriges Bild anhängen zu wollen. Lesen Sie einmal die Artikel über die Jugend: Vier von fünf sind negativ!

Jetzt mal im Ernst: Die Jugendlichen sind nicht die Einzigen, die trinken; durch Alkohol verursachte Strassenunfälle sind bei Weitem nicht alle von Jugendlichen zu verantworten. Es gibt

nicht mehr Raucher unter den Jugendlichen als unter den Älteren. Wenn sich die Jugendlichen nicht wohlfühlen, sollte die wichtigste Frage lauten: Warum? Die Gesellschaft und die Erwachsenen stellen die Jugendlichen unter einen so enormen Druck – sie sollen ihr Verhalten ändern, gesünder leben, weniger trinken, eine gute und erfolgreich abgeschlossene Ausbildung vorweisen, usw. – und vergessen oft die Lebensbedingungen der Jugendlichen. Davon ausgenommen sind die Experten, die sich wirklich für die Jugendlichen interessieren. Diese wissen nämlich längst, dass da das wahre Problem liegt. Wieso ist es unmöglich, Spass zu haben, ohne etwas zu konsumieren? Weil die Gesellschaft es so vorschreibt. Wir leben in einer Zeit, in der die Suche nach dem Kick (möglichst heftig und hoch lebe das Adrenalin!) das grösste Glück ist. In Wirklichkeit ist das grösste Problem, welches die Gesundheit der Jugend beeinflusst, nicht der Konsum von irgendwelchen Substanzen, sondern die Unsicherheit, was in der Zukunft auf sie zukommen wird. Ohne Zukunft und ohne Halt und ohne «normale» Schulleistungen – wie soll man da seine Zukunft meistern?

Das Ergebnis einer vor einiger Zeit geführten Untersuchung des Bundesamts für Gesundheit (BAG) über die Folgen eines Lehrabbruchs auf die Gesundheit liess keinen Zweifel zu: Je länger die Perspektivlosigkeit andauert, desto mehr leidet die Gesundheit darunter. Dies sind bekannte Tatsachen, man darf das Thema nicht tabuisieren. Genauso wenig wie die Schwierigkeiten junger Menschen, sich nach einem Lehrabbruch wieder zu integrieren. Vor allem, wenn die Eltern finanziell benachteiligt sind, und auch nicht über genügend Beziehungen verfügen, um

«Die Gesellschaft und die Erwachsenen stellen die Jugendlichen unter einen so enormen Druck – sie sollen ihr Verhalten ändern, gesünder leben, weniger trinken, eine gute und erfolgreich abgeschlossene Ausbildung vorweisen usw. – und vergessen oft die Lebensbedingungen der Jugendlichen.»

Pierre-André Michaud

Vitamin B ins Spiel zu bringen. Die Jugendlichen sind schon aus diesen Gründen nicht alle gleich bezüglich ihrer Gesundheit.

Die Studie hatte auch ein anderes Ergebnis geliefert, welches eher unerwartet und eigenartig war: Die Jugendlichen, denen es am besten gelang, sich wieder zu integrieren, waren diejenigen,

die glaubten, man erwarte etwas von ihnen. Das heisst, es handelte sich nicht um Eigenmotivation, sondern es lag daran, dass sie Anerkennung für ihren Platz in der Gesellschaft erhielten.

Anders ausgedrückt, wenn die Gesundheitsexperten unserer Jugend helfen können, sollte auch unsere Gesellschaft eine bedeutende Rolle übernehmen. Hü-

«Die Medien fokussieren sich auf diejenigen, die zu viel trinken, weil diejenigen, die nicht trinken, ihnen keinen Stoff zum Schreiben liefern!»

David Guerra

ten wir uns also davor, die Probleme der Jugend alle in den gleichen Topf zu werfen und nur das Konsumationsproblem zu sehen, und erweitern wir die Diskussion.

Übrigens gibt es nicht «die Jugend» schlechthin. Diese Altersgruppe zeigt eine enorme Vielfalt verschiedener Temperamente und Lebenssituationen. Mit eingeschlossen sind auch die Verletzlichsten: diejenigen, die es von Anfang an schwer hatten, eine gute Gesundheit zu entwickeln.

Mit anderen Worten: Es gibt Determinanten für die Gesundheit. Den Experten sind diese auch bekannt, doch stürzen sich Politiker und andere weiterhin auf das Konsumationsproblem.

Um noch kurz auf den Unterschied zwischen der Schweiz und Deutschland in Sachen Tabak zurückzukommen: In der Schweiz braucht es effektivere Möglichkeiten für die Legislative, um unsere Umgebung und unsere Lebensbedingungen zu verändern; Das ist die sogenannte Verhältnisprävention. Wie kann man von Jugendlichen erwarten, langsam zu fahren, wo wir doch andauern mit Werbung für schnelle Autos konfrontiert sind, die einen einmaligen Kick verschaffen? Das ist pure Heuchelei ...

## **spectra: Kommen wir nun zu den jungen Frauen, die in Ihrem Heim Schutz finden, Frau Lopériol: Was sind ihre gravierendsten Probleme?**

**Evelyne Lopériol:** Ich kann mich nur Professor Michauds Standpunkt anschliessen. Hören wir auf, uns nur auf das Problem des Alkohols und des Tabaks zu versteifen. Dies war sicherlich ein Thema vor gut 15 Jahren, als Jugendliche allerlei Substanzen konsumierten, als sie sich schlecht fühlten, aber heutzutage ist das überhaupt kein Thema mehr. Natürlich habe ich Jugendliche, die Alkohol konsumieren, das ist aber nicht das Hauptproblem, sondern nur ein Symptom, hinter dem sich die echten Probleme verstecken. In der Vergangenheit gelang es uns, für die Jugendlichen einen Lehrmeister zu finden und sie wieder in die Gesellschaft zu integrieren. Heute haben sich die ge-



David Guerra

sellschaftlichen Rahmenbedingungen verändert, was ein grosses Problem darstellt. Die Jugendlichen im Heim hatten teilweise eine normale schulische Laufbahn hinter sich, als sie plötzlich stark einbrachen. Sie haben oft einen Aufenthalt in einer Psychiatrie hinter sich, und der Weg, der nötig ist, um wieder Vertrauen in sich zu fassen, ist lange und anstrengend. Die Rückfallquote ist hoch (Selbstmordversuche, Selbstverstümmelung usw.), oft aufgrund einer Stagnation der Fortschritte.

Vielfach sind ihnen alle Türen verschlossen. Wie wollen sie da rauskommen? Denn mit 18 Jahren müssen sie das Heim verlassen, und dann sehen sie sich davon bedroht, niemals ihren Platz in der Gesellschaft zu finden. Ihre Leiden zeigen sich oft in Form einer starken «Bobologie», einem Ausdruck ihrer psychischen Leiden. Andere junge Mädchen haben einen sehr schmerzhaften Weg hinter sich: keine Familie, keinen Halt, Missbrauch und mehrfaches schulisches sowie berufliches Versagen. Sie leiden an einem Mangel an Selbstvertrauen und sagen sich ständig: «Man wird mich nicht nehmen», «ich bin nicht gut genug». Unsere Arbeit besteht darin, das Warum zu finden und auf eine Verbesserung des Selbstvertrauens hinzuwirken.

## **spectra: Wie können diese Leiden definiert werden? Depressionen, Magersucht, Bulimie und Allergien?**

**Evelyne Lopériol:** Es geht um Persönlichkeitsstörungen. Einige geben sich völlig auf, andere leiden an psychischen Schwächen. Indem sie ihren Körper verletzen, gewinnen sie Erfahrungen über ihr eigenes Schmerzempfinden.

**Pierre-André Michaud:** Rückenschmerzen und Schlafstörungen zählen auch dazu. Anderes Verhalten könnte auf Depressionen hindeuten, denn Jugendliche zeigen ihr Leid selten als solches. Angefeuert durch eine Gesellschaft, die



# ergewöhnliche fixiert ist, müssen Jugendliche



Pierre-André Michaud



Nicolas Chachereau



Evelyne Lopériol

sehr auf Leistung und das Aussergewöhnliche fixiert ist, müssen Jugendliche auch ihre eigenen Grenzen immer weiter ausdehnen.

**Nicolas Chachereau:** Um die Störungen der mentalen Gesundheit zu erkennen, braucht es eine gewisse Reife. Mit 16 oder 17 kümmert man sich nicht darum. Persönlich muss ich sagen, dass ich erst vor kurzer Zeit realisiert habe, dass Jugendliche aus meinem Umfeld unter schizophrenen Störungen oder Essstörungen litten und leiden oder sehr schmerzhaft Verluste durchmachen mussten.

**spectra: Kann man den Anteil von Jugendlichen quantifizieren, die unter psychischen Störungen leiden?**

**Pierre-André Michaud:** Alles hängt vom Umfang der Frage ab. Die Smash-Studie, die vom BAG vor einigen Jahren geführt wurde, hatte einige Indikatoren für die Entwicklung von Jugendlichen entdeckt. Leider wurde diese Studie aus Spargründen eingestellt. Von den befragten jungen Mädchen gaben 30 bis 40% an, unter depressiven Phasen zu leiden. Ich würde sagen, dass etwa 5% aller Jugendlichen an schwerwiegenden und lang andauernden psychischen Problemen leiden, jedoch eine beträchtliche Zahl einmal eine schwierige Zeit durchmacht, aber gute Aussichten darauf hat, sich wieder zu fangen. Deswegen sollte man die Schwarzmalerei nicht übertreiben. Der Mehrheit der Schweizer Jugendlichen geht es gut. 95% von ihnen geben an, sich gesund zu fühlen, auch wenn es gewisse Dinge gibt, die sie beschäftigen. Hingegen muss ich Nicolas zustimmen, dass man sich gegen Ende der Adoleszenz seiner eigenen und der Verletzlichkeit anderer verstärkt bewusst wird.

Die Zunahme von psychischen Schwierigkeiten ist ein allgemeines Problem, und nicht nur jenes der Schweizer Jugendlichen.

Es gibt aber ein anderes Problem, von dem man viel zu selten spricht: die Behinderungen und die chronischen Erkrankungen. Stellen Sie sich, unter dem

**«Die Jugendsession ist kein wirkliches Parlament. Sie ist deswegen nicht minder wichtig, da sich dort Jugendliche aus der ganzen Schweiz treffen, um über politische Probleme zu sprechen, die sie berühren.»**

Nicolas Chachereau

Blickwinkel unseres Gesprächs, vor, wie schwer es für betroffene Jugendliche sein kann, sich in unsere auf Leistung fixierte Gesellschaft einzugliedern. Da besteht dringender Handlungsbedarf! Diejenigen, die unter Behinderungen oder chronischen Krankheiten leiden oder auf lange Zeit von Medikamenten abhängig sind, stellen eine grosse Herausforderung für unsere Gesellschaft und die Politiker dar. Denn die Versicherungen werden mit der Zeit nicht grosszügiger, ganz im Gegenteil.

**spectra: David Guerra, haben Sie Jugendliche mit Behinderungen oder chronischen Erkrankungen in der Schule erlebt?**

**David Guerra:** Ja, während der obligatorischen Schulstufe habe ich einen Schulkameraden gekannt. Das Verhalten der Mitschüler vereinfachte ihm das Leben nicht wirklich. Der Druck nach immer mehr und immer besser war für ihn wie für alle anderen allgegenwärtig. Von jedem wird verlangt, überdurchschnittlich gut zu sein – etwas Aussergewöhnliches zu sein. Es ist der Leistungsdruck, der all diese Probleme entstehen lässt.

**spectra: Werden diese Fragen in der Jugendsession angesprochen? Sie haben gesagt, dass die Themen im Voraus bekannt gegeben werden.**

**Nicolas Chachereau:** Ja, durch das Organisationskomitee, welches selbst auch aus Jugendlichen besteht. Es sind also sicher Fragen, die uns beschäftigen. Dieses Jahr war zum Beispiel die Frage, wie Alkohol durch die Medien dargestellt wird, ein Thema. Drei Vorschläge wurden ausgearbeitet, wobei der dritte mehr abschreckende Bilder verlangte: Man müsse die Leute schockieren, um sie betroffen zu machen.

**Pierre-André Michaud:** Die Experten wissen, dass Abschreckung nicht die beste Prävention ist. Diese Frage war Thema unzähliger Debatten; im englischsprachigen Raum wird verstärkt auf Abschreckung gesetzt, doch wirken diese Massnahmen eher kontraproduktiv. Um auf meinen Kurzbesuch in der Jugendsession vor etwa drei oder vier Jahren zurückzukommen: Ich war schockiert darüber, dass kein einziger Poli-

**«Man trinkt, um Spass zu haben, im Gegensatz dazu raucht man nur, wenn es einem nicht gut geht oder man gestresst ist.»**

David Guerra

ker unter ihnen weilte, abgesehen vom Bundespräsidenten. Also erlaube ich mir die Ansicht, dass es sich dabei um eine reine Alibi-Übung handelt.

**Nicolas Chachereau:** Die Jugendsession ist kein wirkliches Parlament. Sie kann es nicht sein, da die Jugendlichen dort nicht demokratisch gewählt wurden. Sie ist deswegen nicht minder wichtig, da sich dort Jugendliche aus der ganzen Schweiz treffen, um über politische Probleme zu sprechen, die sie berühren. Danach ist es die Sache des Forums, die

Ideen und Petitionen weiterzuverfolgen und Lobbyarbeit zu leisten.

**Pierre-André Michaud:** Ich erinnere mich sehr gerne an meinen Besuch an der Jugendsession, jedoch bleibt für mich die Frage bestehen, welchen Stellenwert die Jugendlichen in unserer Ge-

**«Toleranz anzuwenden heisst, gegen die Tendenz anzukämpfen, gefährdete Jugendliche als Geschwüre der Gesellschaft anzusehen.»**

Evelyne Lopériol

sellschaft haben. Die Gesundheit der Jugend, das ist ihre Zukunft, ihre Möglichkeit, sich in etwas einzubringen, das einen Sinn ergibt. Welche Möglichkeiten gibt man ihnen, sich in unserer demokratischen Gesellschaft für ihre eigene Zukunft einzubringen, und das nicht nur ein Mal jährlich während der Jugendsession? Es ist zweifelsohne nicht sehr einfach für unsere Jugendlichen, in einer Gesellschaft von Alten zu leben, denn die Schweizer Bevölkerung ist alt! So frage man die Jugendlichen: Wo ist euer Platz in der Gesellschaft? Habt ihr Orte, wo ihr euch ausdrücken könnt? Hört man euch an? Ich denke, dass dies ebenfalls bei der Gesundheit der Jugend eine Rolle spielt, im weitesten Sinne.

**David Guerra:** Diese Frage ist schwer zu beantworten, da es keinen wirklichen Dialog gibt.

**Pierre-André Michaud:** Zum Beispiel in Ihrem Gymnasium, was sind die Wege, etwas zu bewirken? Und funktionieren sie wirklich?

**David Guerra:** Die Klassensprecher stehen in regelmässigem Kontakt mit den Lehrpersonen. Doch dies funktioniert nicht immer. Ausserdem sind unsere Anforderungen eher bescheiden. Unser Hauptziel besteht darin, das Gymnasium abzuschliessen. Deswegen stellen wir keine essenziellen Forderungen, sondern beschränken uns auf lerntechnische und logistische Fragen, zum Beispiel die Forderung nach einer Mikrowelle in der Schulkantine.

**spectra: Welche Forderungen stellt Ihr an die Gesellschaft, an die Politiker, an die Erwachsene?**

**David Guerra:** Schwierig, hier eine spontane Antwort zu geben. Im Allgemeinen haben wir Glück in der Schweiz, denn es gibt eine komplette Infrastruktur mit Hilfezentren und Heimen, die uns zur Verfügung stehen. Wenn wir einmal den ersten Schritt gewagt haben, werden wir betreut und unterstützt. Übertreiben wir aber nicht mit dem Einfluss der Medien auf die Jugendlichen. Es ist vielmehr das Urteil der Erwachsenen, das negativ ist, indem sie uns alle

Fortsetzung auf Seite 8

in den gleichen Topf werfen. Eine Tatsache, die uns nicht gefällt.

*Nicolas Chachereau:* Ich denke auch, dass es Jugendliche gibt, die etwas für die Gesellschaft als Ganzes wollen. Es

---

«Wie kann man von Jugendlichen erwarten, langsam zu fahren, wo wir doch andauern mit Werbung für schnelle Autos konfrontiert sind, die einen einmaligen Kick verschaffen? Das ist pure Heuchelei.»

Pierre-André Michaud

---

handelt sich also um eine sozial-globale Frage.

*Pierre-André Michaud:* Tatsächlich sind wir in der Schweiz in Hinsicht Hilfsinfrastruktur gut bedient: Heime, Erzieher, Ärzte, Beratungsstellen usw. erlauben uns, auf die Probleme zu reagieren. Aber leider erst, wenn diese schon aufgetreten sind. Im Verhältnis gesehen, sind die in die Prävention investierten Mittel zu gering. Mit dem jetzigen Gesetzesvorstoss zur Prävention möchte man der Prävention mehr Gewicht zukommen lassen, auch wenn es zu Einsparungen an einem anderen Ort führen wird. Auf jeden Fall sollten wir uns den Föderalismus vor Augen halten. Was ist die Aufgabe der Kantone, und wo muss der Bund eingreifen?

*Nicolas Chachereau:* Wie sollte man in die Prävention investieren? Indem man Werbung macht, die ans Lächerliche grenzt? Und das erreichte Ergebnis in keiner Weise zu den eingesetzten Mitteln im Verhältnis steht?

*Pierre-André Michaud:* Nehmen wir die Verkehrsunfälle, die häufigste Todesursache bei Jugendlichen. Man könnte die Anzahl der Todesfälle durch verschiedene Umweltmassnahmen, beispielsweise Radwege oder der Anpassung des Schulwegs usw., verringern. Das ist es, was man heute unter einer wirksamen Prävention versteht.

*Nicolas Chachereau:* Ja, Radwege oder öffentliche Verkehrsmittel, das sind Determinanten für die Gesundheit, die unter anderem auch in einen viel weiteren Rahmen, nämlich dem des Klimawandels, einfließen. Also muss man sich aufgrund fehlender Wundermittel langfristig politisch engagieren. Für die Gesundheit genauso wie für globalere Aspekte.

*Pierre-André Michaud:* Dies entspricht genau der Neuorientierung der öffentlichen Gesundheit: eine vernetzte Blickweise. Eine erfolgreiche Prävention beschränkt sich nicht nur auf das Gebiet der Gesundheit. Deswegen spreche ich davon, die Lebensbedingungen der Jugendlichen im Allgemeinen zu verbessern. Natürlich steht es nicht in meiner Macht, das Klima zu verändern, aber



Pierre-André Michaud und Nicolas Chachereau

die Klimaexperten können ihre Kollegen aus anderen Fachbereichen auf die Grundfragen aufmerksam machen. Nehmen wir ein sehr aktuelles Beispiel.

---

«Also muss man sich aufgrund fehlender Wundermittel langfristig politisch engagieren. Für die Gesundheit genauso wie für globalere Aspekte.»

Nicolas Chachereau

---

Übergewicht ist eines der akutesten Probleme. Wir müssen uns mittelfristig (10 bis 15 Jahre) auf ein erneutes Ansteigen von Übergewicht und Diabetes einstellen. Dagegen kämpft man aber nicht, indem man Diäten verschreibt. Sondern indem man die Nahrungsmittelindustrie dazu zwingt, den Anteil Fett in den Lebensmitteln zu verringern, und indem man dem Detailhandel verbietet, Süßigkeiten genau auf Augenhöhe von Kleinkindern zu positionieren, denn diese können der Versuchung nicht widerstehen. Die wirksamen Massnahmen sind naheliegend. Einige Länder ergreifen sie, die Schweiz tut dies nicht, denn wir wollen es allen recht machen. Aber Prävention heisst, konkrete Massnahmen zu ergreifen und nicht nur Plakate aufzuhängen.

*Nicolas Chachereau:* Ja, es handelt sich nicht nur um Plakate und gesundheitliche Probleme. Was ich persönlich als Jugendlischer von der Gesellschaft, von den Politikern und den Erwachsenen

verlange, ist: Hören Sie auf, immer alles für die Lobbys und die Industrie zu tun. Hören Sie auf, diesen Leuten zu helfen, immer reicher zu werden auf Kosten unserer Gesundheit, des Klimas und der finanziell benachteiligten Menschen!

*Evelyne Lopériol:* Was ich noch in unsere Diskussion einbringen möchte, ist die Toleranz gegenüber psychischen Problemen von Jugendlichen. Hier sind aber die Spezialistenkreise noch weit davon entfernt, vorbildlich zu sein. Sie verweigern viel zu oft den betroffenen Jugendlichen die nötige Hilfe. Ich habe viel auf diesem Gebiet gearbeitet, damit die Jugendlichen sowie auch die Erzieher diese Betroffenen akzeptieren. Diese Arbeit ist sehr intensiv: Toleranz anzuwenden heisst, gegen die Tendenz anzukämpfen, gefährdete Jugendliche

---

«Übergewicht ist eines der akutesten Probleme. Dagegen kämpft man aber nicht, indem man Diäten verschreibt.»

Pierre-André Michaud

---

als Geschwüre der Gesellschaft anzusehen. Bei einer Tagung in Paris hat man uns verschiedene Zentren für Jugendliche in Nordfrankreich (einer wirtschaftlich benachteiligten Region) und in Belgien (Lüttich) vorgestellt, welche versuchen, mit wenig finanziellen Mitteln gefährdeten Jugendlichen zu helfen und diese in die Gesellschaft wieder zu integrieren. Davon sollten wir uns

inspirieren lassen. Wir müssen Aufklärungsarbeit leisten.

#### Unsere Gesprächspartner:

**David Guerra**, 16 Jahre alt, Gymnasiast in Morges, steht seit einiger Zeit in Kontakt mit Professor Michaud.

**Nicolas Chachereau**, 22 Jahre alt, hat dreimal an der Jugendsession teilgenommen und ist dieses Jahr dem Organisationskomitee beigetreten. Er studiert an der Universität von Lausanne Politikwissenschaft, Deutsch und Geschichte. Zurzeit nimmt er, im Rahmen von Erasmus, an einem Austausch an der Uni von Göttingen (Deutschland) teil.

**Evelyne Lopériol**, 55 Jahre alt, Leiterin des UCF Auffangheims (Unions Chrétiennes Féminines) für junge Frauen. Sie kümmert sich seit 36 Jahren um Jugendliche.

**Prof. Pierre-André Michaud**, 59 Jahre alt, Arzt, Leiter des UMSA, hat grosse Erfahrung auf dem Forschungsgebiet der öffentlichen Gesundheit. Kennt die Arbeit der Jugendsession, an der er schon teilgenommen hat. Hat am Gesundheitsbericht über die Gesundheit der Schweizer und des Obsan als Verantwortlicher für das Kapitel über die Jugend-Gesundheit mitgearbeitet.



# «cool and clean» – für sauberen und fairen Sport

**Prävention im Jugendsport.** «cool and clean» ist das grösste Präventionsprogramm im Schweizer Sport und setzt sich für einen sauberen und fairen Sport ein. Zielgruppen sind Leitende aller Sportarten mit ihren Jugendlichen im Alter von 10 bis 20 Jahren. Die Akzeptanz ist gross: Inzwischen bekennen sich rund 14'000 Leitende und über 100'000 Jugendliche dazu, «cool» zu sein und «clean» zu bleiben.

Der Jugendsport eignet sich besonders dafür, präventive Massnahmen wirkungsvoll und langfristig im Alltag zu verankern. Unabhängig von Alter oder Geschlecht werden beim Training und im Wettkampf Werte wie Respekt und Fairness auf spielerische Weise vermittelt. Da Gleichaltrige eine wichtige sozialisierende Rolle spielen, richtet sich «cool and clean» nicht an Einzelpersonen, sondern gezielt an Gruppen. Die Leitenden melden sich und ihr Team auf [www.coolandclean.ch](http://www.coolandclean.ch) an. Durch die Anmeldung verpflichten sich Leiter und Jugendliche, die fünf Commitments (Abmachungen) einzuhalten (siehe Box). Ist ein Team angemeldet, erhalten die Leitenden didaktische Materialien, Argumentarien und Anleitungen, um die Jugendlichen spielerisch zum Erfahrungsaustausch anzuregen, zu motivieren und zu begeistern. Dies immer mit dem Ziel, dass Leitende die Schutz-



mechanismen der Jugendlichen fördern, gefährdende Entwicklungen frühzeitig erkennen und darauf richtig reagieren können.

## «cool and clean» sorgt für saubere Sportanlagen und Sportveranstaltungen

«cool and clean» setzt nicht nur auf Verhaltens-, sondern auch auf Verhältnisprävention: Deshalb engagiert sich «cool and clean» dafür, dass Rauchverbote und der Alkohol-Jugendschutz an Veranstaltungen und in Sportanlagen (Stadien, Turnhallen, Clubhäuser etc.) umgesetzt und eingehalten werden. Der

grosse nationale Wettbewerb «Sport rauchfrei» dient dem Schutz vor dem Passivrauchen.

## «cool and clean» nutzt die Strukturen des organisierten Sports

Ursprünglich im Nachwuchsleistungssport entwickelt, ist «cool and clean» seit 2006 auch im Jugendsport aktiv. Getragen wird das Programm vom Bundesamt für Sport (BASPO), vom Bundesamt für Gesundheit (BAG) und von Swiss Olympic. Die Finanzierung erfolgt durch den Tabakpräventionsfonds. «cool and clean» arbeitet eng mit Jugend und Sport (J+S) zusammen und vernetzt In-

teressengruppen wie Verbände, Vereine, kantonale Sportämter und Präventionsfachstellen.

## Evaluert und empfohlen

2007 wurde das Programm mittels vier Studien und eines Reviews mit fünf international anerkannten Fachleuten durchleuchtet. Der Befund ist eindeutig: «cool and clean» leistet einen wichtigen Beitrag im Schweizer Sport, und es wird empfohlen, das Programm langfristig weiterzuführen.

## 5 Commitments

Wer bei «cool and clean» mitmacht, hält sich an diese fünf Abmachungen:

1. Ich will meine Ziele erreichen! (Jugendsport) / Ich will an die Spitze! (Nachwuchsleistungssport)
2. Ich verhalte mich fair!
3. Ich leiste ohne Doping!
4. Ich verzichte auf Tabak und Cannabis und trinke Alkohol, wenn überhaupt, verantwortungsbewusst!
5. Ich ...! Wir ...! (Hier wird ein eigenes Commitment formuliert.)

Kontakt: «cool and clean», Swiss Olympic Association, Haus des Sports, 3063 Ittigen, Tel. 031 359 72 27, [coolandclean@swissolympic.ch](mailto:coolandclean@swissolympic.ch), [www.coolandclean.ch](http://www.coolandclean.ch)

# Die Botschaften der Aidsprävention kommen bei den Jugendlichen an

**Prävention von HIV und anderen sexuell übertragbaren Krankheiten (STI)<sup>1</sup>.** Die Jugendlichen in der Schweiz wissen grösstenteils Bescheid über Risiken und Schutzverhalten bezüglich HIV/Aids. In den Schulen, wo das Präventionswissen vermittelt wird, arbeitet man an der weiteren Verbesserung des Unterrichtsfachs Sexual Health.

Jugendliche sind laut nationalem HIV/Aidsprogramm (NHAP 04–10) eine Zielgruppe der HIV-/STI-Prävention. Eine besondere Gefährdung liegt bei ihnen zwar nicht vor, aber die neuen «Generationen» sollen kontinuierlich und flächendeckend mit Prävention erreicht werden, damit das seit Jahren hohe Schutzniveau der Allgemeinbevölkerung gehalten werden kann. Entsprechende Präventionsmassnahmen finden v. a. in den Schulen statt, weil die Jugendlichen in den Ausbildungsstätten der obligatorischen und nachobligatorischen Schulzeit am besten erreicht werden.

Der Erfolg der Präventionsmassnahmen wird vom Bund kontinuierlich überprüft; zum einen anhand der vierteljährlich erhobenen Infektionszahlen, zum anderen über periodische Untersuchungen des Schutz- und Risikoverhaltens der über

17-Jährigen sowie anhand von supranationalen Forschungsprogrammen, die auch jüngere Jugendliche erfassen.

## Viele sind mit 17 schon sexuell aktiv

Die Präventionsbemühungen müssen kontinuierlich aufrechterhalten werden, weil immer mehr Heranwachsende schon mit 17 Jahren sexuell aktiv sind. Dieser Trend hält seit Beginn der Messungen in der Schweiz Anfang der 1970er-Jahre nahezu ungebrochen an. 2007 hatten 66% der männlichen und 55% der weiblichen 17-Jährigen die ersten sexuellen Erfahrungen bereits hinter sich.

## Präservative werden konsequent benutzt

Die jüngste Befragung von Adoleszenten zwischen 17 und 20 Jahren ergab folgende Befunde zum Schutzverhalten: Die Anzahl neuer fester bzw. Gelegenheitspartner ist in dieser Altersgruppe in den letzten zehn Jahren auf tiefem Niveau stabil geblieben: Rund 27% hatten im vergangenen Jahr einen neuen festen Partner, rund 18% hatten im vergangenen Halbjahr Sexualkontakt mit einem oder mehreren Gelegenheitspartnern. Die Verwendung von Präservativen hat sich in diesem Zeitraum (1997–2007) mit neuen festen Partnern von 74 auf 80% erhöht,

mit Gelegenheitspartnern ist sie auf höherem Niveau (87%) stabil geblieben.

## Die Schulen klären auf

In der Schweiz existieren derzeit zwei verschiedene Modelle der HIV-/STI-Prävention in den Schulen: In der Romanandie überlässt die Lehrerschaft die Sexualeufklärung vorwiegend externen Expertenteams aus spezialisierten Fach- und Beratungsstellen. In der Deutschschweiz führt die Lehrerschaft die Sexualeufklärung meist selber durch. Der Bund beauftragt momentan die pädagogische Hochschule Zentralschweiz (PHZ Luzern) mit der Verbesserung der Lehrerausbildung im Fach Sexual Health, damit die angehenden Lehrpersonen die diesbezüglichen Anforderungen des Lehrplans besser erfüllen können. Die Fachpersonen in HIV-/STI-Prävention und Sexual Health diskutieren momentan als dritten Weg eine Mischform, in der die Vorteile der beiden Modelle optimal zum Tragen kämen. Bei diesem Modell wären die Lehrpersonen dazu verpflichtet, Sexual-Health-Kunde selbst zu unterrichten, sie würden aber durch ein entsprechendes Aus- und Weiterbildungssystem und durch externe Expertenteams unterstützt, die sie bei spezifischen Schwierigkeiten beiziehen könnten. Mit diesem Modell wäre eine flächendeckende, kontinuierliche und

altersgerechte Auseinandersetzung mit dem Thema Sexual Health gewährleistet.

## Zufrieden mit der Sexualeufklärung

2007 gaben 97% der 17- bis 20-Jährigen an, in der Schule über Sexual Health gesprochen zu haben (2000: 87%). In der diesbezüglichen Zufriedenheit gab es keine Veränderung in den letzten sieben Jahren: Über drei Viertel der Befragten äusserten, in der Schule genügend Informationen zu HIV/Aids und Sexual Health erhalten zu haben; ein Fünftel war nicht zufrieden mit der schulischen Aufklärung. Zwischen den Sprachregionen Deutschschweiz, Romanandie und Tessin ergaben sich keine markanten Unterschiede.

## Fazit

Das Schweizer Informationssystem für Jugendliche zu HIV/STI und Sexual Health ist trotz gutem Niveau noch optimierbar. Das Schutzverhalten der sexuell aktiven Jugendlichen ist besser als das der Erwachsenen und darf deshalb momentan als vorbildlich bezeichnet werden.

(Quelle der sozialespidemiologischen Befunde: IUSPM 2009)

Kontakt: Martin Werner, Sektion Aids, [martin.werner@bag.admin.ch](mailto:martin.werner@bag.admin.ch)

<sup>1</sup> STI: Sexually Transmitted Infections

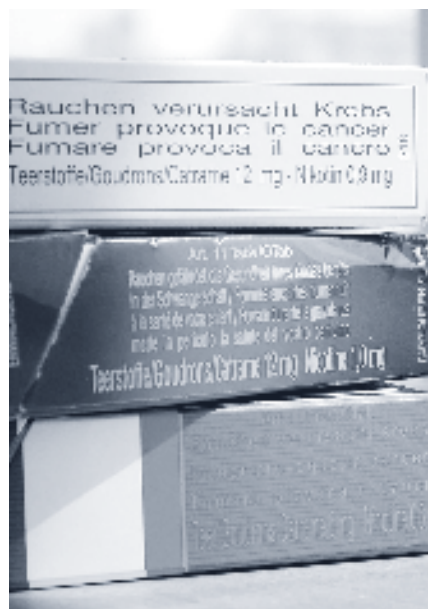
# Experiment Nichtrauchen: erfolgreich ins neunte Jahr

**Tabakprävention in der Schule.** Der nationale Wettbewerb «Experiment Nichtrauchen» ist im Herbst 2008 in seine neunte Runde gegangen. Das Projekt soll Klassen des 6. bis 9. Schuljahres zum Nichtrauchen motivieren und die Vorteile eines rauchfreien Lebens aufzeigen. Gemäss einer Studie sind Wissensvermittlung und Sensibilisierung die Stärken des Experiments Nichtrauchen.

Klassen, die beim Experiment Nichtrauchen mitmachen, verpflichten sich zu sechs Monaten Rauchfreiheit. Diese schliesst auch das Rauchen von Wasserpfeifen oder das Schnupfen von Tabak ein. Das Projekt bietet die einzigartige Möglichkeit, mit geringem Aufwand die Diskussion um das Rauchen in vielen Schulen aktuell zu halten. Erstmals fand das Experiment Nichtrauchen im Schuljahr 2000/01 statt. Gesamtschweizerisch beteiligen sich jährlich zwischen 2500 und 4000 Schulklassen am Wettbewerb. Dies entspricht ungefähr 20% aller Schüler und Schülerinnen des 6. bis 9. Schuljahres in der Schweiz.

## Mehr Wissen – aber auch weniger Rauch?

Für das Schuljahr 2006/07 untersuchte Holger Schmid, Leiter des Instituts Soziale Arbeit und Gesundheit der Hochschule für Soziale Arbeit an der Fach-



hochschule Nordwestschweiz, die Wirkung des Experiments Nichtrauchen bei 7. und 8. Klassen. Seine Studie zeigte: Jugendliche, die am Wettbewerb teilnehmen, sind über die Gefahren des Rauchens besser informiert als nichtteilnehmende Jugendliche. Zugleich widerlegte die Untersuchung eine oft geäusserte Kritik, das Experiment Nichtrauchen könnte durch Gruppendruck auf die Rauchenden das Klassenklima negativ beeinflussen. Bezüglich Rauchverhalten fand Schmid keine signifikanten Unterschiede zwischen Inter-

ventions- und Kontrollgruppe; nach Abschluss des Wettbewerbs war die Anzahl der Rauchenden in beiden Gruppen ähnlich. Untersuchungen in anderen europäischen Ländern, die dasselbe Projekt durchführten, wiesen jedoch durchaus kurzfristig signifikante Unterschiede nach.

## Reisegutscheine für Rauchfreiheit

Derzeit findet das Experiment Nichtrauchen zum neunten Mal statt. Mitte November 2008 meldeten sich 3223 Klas-

sen an. Anfang Mai 2009 werden unter den Klassen, die alle Wettbewerbsbedingungen eingehalten haben, hundert Reisegutscheine verlost. Ist die ganze Klasse rauchfrei, qualifiziert sie sich für die Kategorie A, in der es Gutscheine im Wert von 500 Franken zu gewinnen gibt. In der Kategorie B sind in einer Klasse einzelne Raucherinnen oder Raucher zugelassen, verlost werden hier Gutscheine im Wert von 250 Franken.

## Ein europäischer Wettbewerb

Das Experiment Nichtrauchen ist dem europäischen Projekt «Smokefree Class Competition» («Wettbewerb Rauchfreie Schulklasse») angeschlossen. Im laufenden Schuljahr machen insgesamt 19 Länder mit. 2007/08 lag die Schweiz mit 3629 Klassen bezüglich der Anzahl Schulklassen an zweiter Stelle nach Deutschland, bezüglich der Anzahl Schüler und Schülerinnen (66'000) an dritter Stelle nach Deutschland und den Niederlanden.

In der Schweiz wird das Experiment Nichtrauchen von der Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention, den kantonalen Tabak- und Suchtpräventionsstellen sowie den kantonalen Krebs- und Lungengligen durchgeführt. Seit 2004 liegt die Finanzierung beim Tabakpräventionsfonds.

Kontakt: Karin Erb,  
Projektmanagerin bei der  
Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention,  
karin.erb@at-schweiz.ch

## Kontakte

Sektionen, Fachstellen	Telefon	Sektionen, Fachstellen	Telefon
Sektion Aids	031 323 88 11	Sektion Drogen	031 323 87 13
Aids Dokumentation	031 323 26 64	Sektion Ernährung und Bewegung	031 323 87 55
Sektion Alkohol und Tabak	031 323 87 86	Sektion Grundlagen	031 323 87 93
Sektion Chancengleichheit und Gesundheit	031 323 30 15	Sektion Kampagnen	031 323 87 79

**spectra online: [www.spectra.bag.admin.ch](http://www.spectra.bag.admin.ch)**

## Impressum

### spectra Nr. 73, März 2009

«spectra – Gesundheitsförderung und Prävention» ist eine Informationsschrift des Bundesamts für Gesundheit und erscheint sechs Mal jährlich in deutscher, französischer und englischer Sprache. Sie bietet in Interviews und in der Rubrik «Forum» auch Raum für Meinungen, die sich nicht mit der offiziellen Haltung des Bundesamts für Gesundheit decken.

Herausgeber: Bundesamt für Gesundheit,  
3003 Bern, Tel. 031 323 87 79,  
Fax 031 324 90 33, [www.bag.admin.ch](http://www.bag.admin.ch)  
Realisation: Pressebüro Ch. Hoigné,  
Allmendstrasse 24, 3014 Bern,  
[hoigne@datacomm.ch](mailto:hoigne@datacomm.ch)  
Leitung Redaktionskommission: Adrian Kammer,  
[adrian.kammer@bag.admin.ch](mailto:adrian.kammer@bag.admin.ch)

Textbeiträge: Mitarbeitende des BAG, Christoph Hoigné, weitere Autoren  
Fotos: BAG, Christoph Hoigné, istockphoto.com  
Layout: Lebrecht typ-o-grafik, 3006 Bern  
Druck: Bütiger AG, 4562 Biberist  
Auflage: 6400 Ex. deutsch, 3400 Ex. franz.,  
1050 Ex. engl.

Einzelexemplare und Gratisabonnemente von «spectra» können bestellt werden bei:  
GEWA, Alpenstrasse 58  
Postfach, 3052 Zollikofen  
Telefon 031 919 13 13, Fax 031 919 13 14  
[service@gewa.ch](mailto:service@gewa.ch)

Die nächste Ausgabe erscheint im Mai 2009.



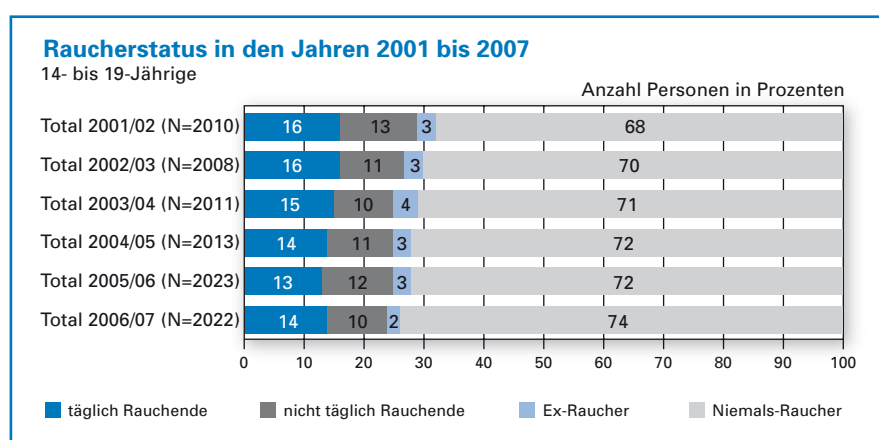
# Auch bei Jugendlichen zeigt die Tabakprävention Wirkung

**Tabakmonitoring 2001–2008.** Das Tabakmonitoring erfasst den Tabakkonsum der 14- bis 65-jährigen Wohnbevölkerung der Schweiz sowie weitere mit diesem Thema verbundene Aspekte. Dieser Artikel legt sein Augenmerk auf die Resultate der letzten Umfrage über die Entwicklung des Rauchverhaltens der Jugendlichen im Alter zwischen 14 und 19 Jahren.

Der Raucheranteil in der 14- bis 19-jährigen Wohnbevölkerung in der Schweiz ist von 29% in den Jahren 2001/02 auf 24% in den Jahren 2006/07 gesunken. Der Rückgang des Raucheranteils ist in allen drei Sprachregionen zu beobachten. Der Raucheranteil von jungen Männern und Frauen scheint sich anzugleichen. In den Jahren 2006/07 rauchten 25% der Männer und 23% der Frauen. Der Anteil Rauchender steigt mit zunehmendem Alter rasch an. Während bei den 14- bis 15-Jährigen in den Jahren 2006/07 8% rauchten, waren es bei den 16- bis 17-Jährigen 26% und bei den 18- bis 19-Jährigen 37%. Bei den 14- bis 15-Jährigen zeigt sich ein leichter Rückgang des Raucheranteils, bei den anderen Alterskategorien ist der Raucheranteil seit einigen Jahren mehr oder weniger konstant geblieben. 44% der rauchenden Jugendlichen denken nicht ans Aufhören. Die Hälfte glaubt, dass es ihnen schwer fallen würde, das Rauchen aufzugeben.

## Starker Einfluss von Familie und Freunden

Der starke Zusammenhang zwischen dem



eigenen Rauchverhalten und dem Rauchverhalten der Familie und des Freundeskreises hat sich wie in den Jahren 2001/02 und 2004/05 erneut bestätigt. Der Anteil der Jugendlichen, die täglich rauchen, ist fast dreimal so hoch, wenn beide Eltern rauchen (26%) als wenn kein Elternteil raucht (10%). Einen ähnlich starken Einfluss haben Geschwister. Der Anteil der Jugendlichen, die täglich rauchen, ist dreimal so hoch, wenn eines der Geschwister ebenfalls raucht (27%) als wenn kein Geschwister raucht (9%). Raucherinnen und Raucher haben häufiger Freunde, die ebenfalls rauchen. 83% der täglich Rauchenden schätzen, dass mindestens die Hälfte im Freundeskreis raucht. Bei den Niemals-Rauchenden sind es nur 28% mit einer gleich hohen Schätzung. Der Anteil rauchender Personen im Freundeskreis scheint trotzdem leicht abgenommen zu haben: Während in den Jahren 2001/02 nur 26% angaben, dass ihre Freunde

und Freundinnen nicht oder nur wenig rauchen, waren es in den Jahren 2006/07 bereits 39%.

Die wahrgenommene Schwierigkeit, mit dem Rauchen aufzuhören, hängt unter anderem davon ab, ob es schwer fällt, Zigarettenangebote abzulehnen und ob der Rauch inhaliert wird oder nicht. Wenn viele Freunde rauchen, wird der Rauchstopp ebenfalls als viel schwieriger eingeschätzt, als wenn nur wenige Freunde Tabak konsumieren. Die Jugendlichen aller Altersgruppen überschätzen interessanterweise nach wie vor den Anteil gleichaltriger rauchender Jugendlicher: Insgesamt gaben in den Jahren 2007/08 24% der Jugendlichen an zu rauchen. Die Jugendlichen schätzen den Raucheranteil in ihrem Alter jedoch auf über 49%.

## Raucher und Raucherinnen haben schlechteres Image

Nichtrauchende haben ein besseres

Image als Rauchende: Positive Eigenschaften schreiben die rauchenden Personen häufig den nichtrauchenden Personen zu, negative Eigenschaften vor allem den rauchenden Personen. Die drei Hauptgründe für das Rauchen sind: «Das Rauchen ist zur Gewohnheit geworden» (67%), «Ich bin oft im Stress und das Rauchen beruhigt mich» (72%) und «Ich genieße den Geschmack» (64%). Die Hauptgründe für das Nichtrauchen aus Sicht der Nichtrauchenden sind: «Rauchen ist ungesund» (93%), «Ich möchte nicht abhängig werden» (84%) und «Weil man dabei immer so stinkt» (80%). Etwas mehr als 74% verzichten zudem aufs Rauchen, «weil es teuer ist».

## Prävention ist auf dem richtigen Weg

Die Ergebnisse dieser Umfrage sind ganz im Sinne der Prävention und zeigen eine positive Entwicklung bezüglich Prävalenz und der Art und Weise, wie Jugendliche das Verhalten der Rauchenden und das Rauchen wahrnehmen. Ob Jugendliche rauchen oder nicht, hängt jedoch nach wie vor stark vom Umfeld ab.

## Weitere Informationen

Die Zusammenfassung und der vollständige Bericht ist unter [www.tabakmonitoring.ch](http://www.tabakmonitoring.ch) erhältlich.

Kontakt im BAG Anne Lévy,  
Leiterin Sektion Alkol und Tabak,  
[anne.levy@bag.admin.ch](mailto:anne.levy@bag.admin.ch)

# Trotz Verbot: Jugendliche kommen spielend leicht zu Zigaretten

**Jugendschutz im Test.** Seit 2006 gilt in vielen Kantonen ein Verbot des Tabakverkaufs an unter 18-Jährige. Doch eine Studie mit jugendlichen Testkäufern und Testkäuferinnen zeigt: Das Gesetz wird nur von einer erschreckend kleinen Minderheit der Verkaufsstellen eingehalten.

Zigaretten gehören in der Schweiz zu den Konsumgütern, die am leichtesten erhältlich sind. Es gibt rund 30'000 Verkaufspunkte, davon sind 18'000 Zigarettenautomaten, von denen viele rund um die Uhr zugänglich sind. Während beim Alkohol seit längerem schweizweit ein Verkaufsverbot an unter 16- resp. 18-Jährige gilt, sind Zigaretten frei verkäuflich – auch an Kinder und Jugendliche. Einige Kantone haben in den letzten Jahren auf diesen Missstand reagiert und den Jugendschutz verstärkt. Anfang 2006 setzte die Waadt als erster Kanton ein Verkaufsverbot von Tabakwaren an unter 18-Jährige in Kraft. Um die praktische Umsetzung dieser gesetzlichen Vorgabe zu überprüfen, führte die Schweizerische Fachstelle für Alkohol und andere Drogenprobleme (SFA) eine Studie mit jugendlichen Testkäuferinnen und Testkäufern durch.

## Bis zu 90% «erfolgreich»

Acht Jugendliche unter 18 Jahren absolvierten im Jahr 2007 Testkäufe in 396 Waadtländer Tabakverkaufsstellen. 340 davon waren bereit, den Jugendlichen die Zigaretten zu verkaufen, und hielten sich damit nicht an die gesetzlichen Vorgaben. Dies entspricht 86% aller getesteten Läden. Nur bei 71 Testkäufern (17.9%) verlangte das Ladenpersonal einen Ausweis. Erstaunlicherweise erhielten in 19 dieser Fälle die Jugendlichen die Zigaretten trotzdem. Die jüngeren Testkäuferinnen und Testkäufer (15 Jahre oder jünger) hatten in vier von fünf Fällen Erfolg beim Zigarettenkauf, die 17-Jährigen sogar in 90% der Fälle. Die grossen Ladenketten schnitten bei den Testkäufen etwas weniger schlecht ab als die übrigen Geschäfte (Detailhandelsgeschäfte, Tankstellen, Kioske). Sie verweigerten den Verkauf in 40% der Fälle.

## Ängstliches Verkaufspersonal

Zusätzlich zu den Testkäufen führte die SFA Interviews mit Verkäuferinnen und Verkäufern verschiedener Geschäfte durch. Aus diesen ging hervor, dass das Verkaufspersonal bei der Umsetzung der Bestimmung mit etlichen Schwierig-

keiten konfrontiert ist. So sind zwar das Gesetz und die drohenden Strafen bekannt, man getraut sich aber oft nicht, einen Ausweis zu verlangen – aus Angst, das Alter der jungen Menschen völlig falsch einzuschätzen. Unwirsch oder sogar aggressiv reagierende Jugendliche verstärken das Gefühl der Unsicherheit im Umgang mit solchen Situationen.

## Jugendschutz darf nicht Lippenbekenntnis bleiben

Die Testkäufe im Kanton Waadt zeigen, dass die neue Bestimmung bisher kaum befolgt wird. Versuche in anderen Kantonen kamen zu ähnlichen Ergebnissen. So stellte der Kanton Baselland Anfang 2008 mittels Testkäufen fest, dass das Tabakverkaufsverbot in der Hälfte der Fälle nicht eingehalten wird – obwohl die Verkaufsstellen vorgängig über mögliche Testkäufe informiert worden waren. Damit der Jugendschutz kein Lippenbekenntnis bleibt, muss das Verkaufspersonal stärker in seiner Aufgabe unterstützt werden. Dies kann mit Hilfe von Schulungen, Hinweisschildern an den Verkaufspunkten und mit Sensibilisierungsmassnahmen in der breiten Bevölkerung geschehen. Doch auch bei einem konsequenteren Vollzug wird die

Tatsache bestehen bleiben, dass Jugendliche ihre älteren Kolleginnen und Kollegen in die Läden schicken können, um für sie Zigaretten zu kaufen. Mit dem Ziel, diese Gesetzeslücke zu schliessen, hat Bern als erster Kanton seit dem 1. Juli 2007 auch die unentgeltliche Abgabe von Tabakwaren an unter 18-Jährige unter Strafe gestellt – davon ausgenommen sind nur die Erziehungsberechtigten. Die Erfahrung wird zeigen, ob es dank dieser zusätzlichen Jugendschutzbestimmung gelingen wird, die Jugendlichen vermehrt vom Rauchen abzuhalten.

## Die Studie

Hervé Kuendig, Angélick Schweizer, Gerhard Gmel (2008): Interdiction de vente de produits du tabac aux mineurs dans le canton de Vaud – évaluation de l'application de la loi relative aux commerces de détail par la technique du client «mystère». Lausanne: SFA-ISPA

Kontakt:  
Monique Helfer, Schweizerische Fachstelle für Alkohol und andere Drogenprobleme, Lausanne, [www.sfa-isp.ch](http://www.sfa-isp.ch),  
Tel. 021 321 29 11

## «Alles im Griff?» – Alkoholkampagne mit starkem Abgang

**Alles im Griff?** «Schau zu dir und nicht zu tief ins Glas» lautete seit 1999 das Motto der nationalen Alkoholpräventionskampagne. Im Dezember 2008 wurde die visuell starke «Alles im Griff?»-Kampagne mit neuen Sujets zum letzten Mal lanciert. Nochmals wurden Jugendliche gezielt auf die negativen Auswirkungen des problematischen Alkoholkonsums angesprochen.

Jeden Tag werden in der Schweiz fünf Jugendliche wegen Alkohol (meist Alkoholvergiftungen) in Notfallstationen eingeliefert. Gerade bei Heranwachsenden kann Alkohol – insbesondere das weit

verbreitete Rauschtrinken – schwere gesundheitliche Folgen haben. Alkohol erhöht die Gewaltbereitschaft, ist für eine Vielzahl von Unfällen verantwortlich und vermindert die Lebensqualität der gesamten Bevölkerung. Jährlich sind 2100 Todesfälle und 30'000 verlorene Lebensjahre auf Alkoholkonsum zurückzuführen.

### 2009 keine Kampagne

Im Juni des letzten Jahres hat der Bundesrat das Nationale Programm Alkohol 2008–2012 (NPA) verabschiedet. Das NPA sieht vor, dass die Bevölkerung für den eigenverantwortlichen und risikoreichen Umgang mit Alkohol sensibilisiert wird. Weiterhin schenkt es der

Problematik des Alkoholkonsums bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen besondere Beachtung. Es beruht auf der Vision: «Wer alkoholische Getränke trinkt, tut dies, ohne sich selber und anderen Schaden zuzufügen.» Das Bundesamt für Gesundheit hat bis Ende 2008 zusammen mit weiteren Bundesämtern und wichtigen Akteuren der Schweizerischen Alkoholpolitik den Umsetzungsplan für das NPA entwickelt. Aufgrund dieser Planungsphase wurde entschieden, dass 2009 keine nationale Alkoholpräventionskampagne durchgeführt wird.

### Neue Sujets im Dezember 2008

Im Dezember 2008 wurde die letzte

Welle der bekannten «Alles im Griff?»-Kampagne lanciert. Aufbauend auf dem bestehenden Konzept, wurden für den Abschluss der Kampagne drei neue Sujets präsentiert, welche die zentralen Themen aus dem NPA abdecken: Jugend, Gewalt und Unfall unter Alkoholeinfluss. Die Hauptbotschaften «Bei dir steig ich nicht ein» oder «Bleib cool, Mann!» oder «So leg ich für dich nicht auf» machen deutlich, welche negativen Folgen der Alkoholkonsum haben kann. Gezeigt wurden diese Situationen auf Plakaten, in Inseraten und Online-Bannern. Unterstützt wurde die Kampagne auch 2008 durch die Ausgehportale [www.tilllate.com](http://www.tilllate.com) sowie [www.lautundspitz.ch](http://www.lautundspitz.ch) und war wiederum stark im Partysegment präsent. Mit der Welle im Dezember 2008 ging eine über zehn Jahre erfolgreiche Kampagne zu Ende.

Kontakt: Adrian Kammer,  
Leiter Sektion Kampagnen,  
[adrian.kammer@bag.admin.ch](mailto:adrian.kammer@bag.admin.ch)  
Sonja Meierhans,  
Sektion Kampagnen,  
[sonja.meierhans@bag.admin.ch](mailto:sonja.meierhans@bag.admin.ch)



## «bildung + gesundheit» – ein Werkzeug für die Lebenswelt Schule

**Gesunde Schulen.** Das Programm bildung + gesundheit Netzwerk Schweiz (b+g) fasst die verschiedenen Aktivitäten des Bundesamts für Gesundheit im Bereich Prävention und Gesundheitsförderung zusammen.

Lanciert wurde das Programm 2002, es ist somit das Ergebnis einer langen Geschichte der Zusammenarbeit zwischen dem Bund und der Schweizerischen Konferenz der kantonalen Erziehungsdirektorinnen und -direktoren (EDK). b+g funktioniert als Netzwerk von Partnern (Verbände, höhere Fach- und pädagogische Schulen, Stiftungen, andere Bundesstellen), die sich mit spezifischen Themen und Aufgaben befassen. Diese Partnerorganisationen wurden ausgewählt, um eine optimale Qualität der zur Verfügung stehenden Mittel sicherzustellen. Folgende Hauptthemen werden behandelt: Sucht (Drogen, Cannabis, Alkohol, Tabak), Sexualerziehung, Ernährung, Bewegung, Sicherheit, Stress, Weiterbildung, Zusammenarbeit mit den Eltern. Es geht darum, alle Akteure im Schulbereich zu informieren und in die Verantwortung mit einzubeziehen, Verhaltensweisen zu unterstüt-

zen, welche der Gesundheit zuträglich sind.

### Die Lebenswelt Schule

Entsprechend dem Settingansatz wird die Schule als Lebensort betrachtet, in welchen Prävention und Gesundheitsförderung gesamtheitlich eingebracht werden sollen. Diese Vision deckt sich mit den Grundsätzen des Schweizerischen Netzwerks gesundheitsfördernder Schulen, eines zentralen Partners von b+g. Ganz konkret können alle möglichen Bereiche mit einbezogen werden: die Gestaltung des Pausenplatzes und des Schulwegs, die Aufteilung der Gebäude, die Zusammensetzung der Pausenverpflegung und der Mahlzeiten, die Verteilung der Aufgaben innerhalb des Lehrkörpers, die Lehrpläne für die verschiedenen Altersstufen und selbstverständlich die Entwicklung der Gesundheitskompetenz, die in die verschiedenen Schulfächer integriert werden kann. Die Gesundheitsförderung beschränkt sich also nicht auf die Anmeldung einzelner Kurse beim Programm. Sie versteht sich vielmehr als umfassende strukturelle Massnahme, um so die Überlastung der Lehrkräfte und die Überbeanspruchung der Schü-

lerinnen und Schüler zu vermeiden. Diese Sichtweise bedingt die Berücksichtigung aller Beteiligten: natürlich des Lehrkörpers und der Schülerinnen und Schüler, aber auch der Schulbehörden und Schulleitungen, der anderen Angestellten rund um die Schule sowie der Familienangehörigen.

### Eine Vielzahl von Angeboten

Die Netzwerkmitglieder von bildung + gesundheit – Netzwerk Schweiz entwickelten seit 2003 zahlreiche Hilfsmittel, die grösstenteils kostenlos zur Verfügung gestellt werden. Diese sind auf der Internet-Plattform [www.bildungundgesundheit.ch](http://www.bildungundgesundheit.ch) zusammengefasst. Dort können die verschiedenen Nutzergruppen diese Informationen in rund zehn verschiedenen Themengruppen konsultieren, Material herunterladen und bestellen. Folgende Beispiele verschiedene Partner illustrieren die Vielfalt des Angebotes: eine Checkliste der wichtigen Punkte, um einen Rat von Schülerfamilienmitgliedern einzusetzen; zahlreiche Broschüren wie «Warum Alkohol?»; eine Zusammenstellung von Expertinnen und Experten für Gesundheitsförderung im Schulbereich, insbesondere was das Schulklima betrifft;

Ratschläge für Ressourcenstärkung und Stressbewältigung im Alltag; eine Situationsanalyse der Sexualerziehung in den Schweizer Schulen und in den pädagogischen Hochschulen; «schlüsselfertige» pädagogische Sequenzen, die in verschiedene Materialien integriert werden können.

Durch diese Werkzeuge will b+g eine Schule unterstützen, die sich in einem gesunden Klima für alle Beteiligten im Schulbereich für die Gesundheit stark macht.

Kontakt: Dagmar Costantini,  
Programmleitung b+g Netzwerk  
Schweiz,  
[dagmar.costantini@bag.admin.ch](mailto:dagmar.costantini@bag.admin.ch)

Ergänzende Informationen:  
[www.schulundgesundheits.ch](http://www.schulundgesundheits.ch)