



# Suchtprävention im Kanton Zürich

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



SUCHT BEGINNT IM ALLTAG. PRÄVENTION AUCH.

## Was ist Suchtprävention?

Suchtprävention will Suchtentwicklungen vorbeugen und Abhängigkeit verhindern. Sie setzt früh an – bevor eine Sucht entsteht. Im Gegensatz zur Suchtberatung oder -behandlung arbeitet sie also nicht mit suchtkranken Menschen.

In ihrer Arbeit berücksichtigt Suchtprävention die Ursachen und möglichen Folgen von Sucht und Abhängigkeit. Verschiedenes kann süchtig machen: Unterschieden werden Suchtmittelabhängigkeiten wie die Abhängigkeit von Alkohol, Cannabis, Kokain, Tabak, Tabletten etc., sowie Verhaltenssüchte wie Spielsucht, Onlineabhängigkeit oder Sexsucht. Jedes Suchtmittel oder abhängig machende Verhalten wirkt anders. Auch die Gründe, warum jemand süchtig wird, sind sehr vielfältig. So gibt es Ursachen beim einzelnen Menschen, seiner persönlichen Lebensgeschichte und seiner körperlichen Veranlagung. Aber auch gesellschaftliche Verhältnisse können Sucht begünstigen, wie hohe Arbeitslosigkeit, mangelhaft umgesetzte Bestimmungen zum gesetzlichen Jugendschutz und anderes mehr.

Allen Formen von Abhängigkeit ist gemeinsam: Sie schädigen die körperliche und seelische Gesundheit der Betroffenen und belasten ihre Angehörigen und die Gesellschaft.

## Was sind die Ziele der Suchtprävention?

- Den Beginn des Suchtmittelkonsums verhindern oder verzögern
- Einen risikoarmen Umgang mit abhängig machenden Substanzen und Verhaltensweisen fördern und verhindern, dass die Risiken auf die leichte Schulter genommen werden
- Zum Konsumausstieg anregen
- Gesellschaftliche Strukturen und persönliche Verhaltensweisen stärken, welche gesundes Verhalten ermöglichen



SUCHT BEGINNT IM ALLTAG. PRÄVENTION AUCH.

## Wie erreicht Suchtprävention ihre Ziele?

Suchtprävention setzt an bevor eine Sucht entsteht, also möglichst schon im Kindes- und Jugendalter. Sie berücksichtigt die unterschiedlichen Bedürfnisse der verschiedenen Zielgruppen, wie etwa Jugendliche, Lehrpersonen oder Eltern. Häufig arbeitet sie mit Multiplikatoren, um die Zielgruppen zu erreichen: Zum Beispiel gelangt sie über Lehrpersonen oder Jugendarbeitende an Jugendliche. Sie setzt bei den gesellschaftlichen Verhältnissen an, etwa indem sie sich für die Einhaltung der Jugendschutzrichtlinien beim Tabak- und Alkoholverkauf stark macht. Ebenso wichtig sind die individuellen Verhaltensweisen, hier fördert Suchtprävention soziale und persönliche Kompetenzen, etwa indem sie Jugendliche lehrt, was massvoller Alkoholkonsum ist. Präventive Angebote werden immer über längere Zeit aufrechterhalten, nur so können sie Wirkung entfalten.

## Was machen die Stellen für Suchtprävention konkret?

Die Stellen informieren über Suchtentwicklungen und darüber, wie Abhängigkeiten vermieden werden können. Dazu produzieren und verteilen sie geeignete Informationsmaterialien und führen Veranstaltungen durch. Sie entwickeln gemeinsam mit interessierten Institutionen Konzepte zur Vermeidung von Sucht sowie zum Abbau suchtbegünstigender Verhältnisse und bieten Beratungen und Weiterbildungen zur Suchtprävention an.

« Sucht hat viele Ursachen.  
Prävention geht viele Wege. »



## Wo sind die Stellen für Suchtprävention tätig?

Die Stellen für Suchtprävention unterstützen Schulen mit vielfältigen Angeboten. Sie arbeiten im Freizeitbereich mit der Jugendarbeit zusammen und haben Angebote für Familien- und Elternorganisationen sowie für Institutionen der Altersarbeit. Weiter beraten und unterstützen sie Gemeinden und führen Weiterbildungen für Personal- und Ausbildungsverantwortliche durch.

## Was sind die inhaltlichen Schwerpunkte?

- Alkohol, Tabak und Cannabis, weil sie im Kanton Zürich zu den mit Abstand am häufigsten konsumierten Suchtmitteln gehören.
- Jugendschutz, weil trotz gesetzlichem Verbot immer wieder Alkohol und Tabak an Kinder und Jugendliche verkauft werden.
- Online- und Spielsucht, weil die Thematik viele Eltern und Lehrpersonen verunsichert und die Gefahren teilweise unterschätzt werden.
- Früherkennung und Frühintervention, weil vorbeugen besser ist als die spätere Behandlung.
- Suchtprävention im Alter, weil Sucht keine Altersgrenze kennt.
- Vernetzung und Kooperation, weil Suchtprävention viele Schnittstellen mit anderen Beratungs- und Fachstellen hat und eine Zusammenarbeit im Interesse der Zielgruppen liegt.

« Suchtprävention braucht uns alle.  
Auch Sie. »



SUCHT BEGINNT IM ALLTAG. PRÄVENTION AUCH.

## Warum sich Suchtprävention lohnt.

Suchterkrankungen verursachen persönliches Leid für die Betroffenen und ihre Angehörigen. Sie verkürzen die Lebenserwartung, unter anderem durch Unfälle, Suizide oder körperliche Schädigungen. Suchterkrankungen verursachen sehr hohe volkswirtschaftliche Kosten in Form von medizinischen Behandlungskosten, Produktionsverlusten durch Arbeitsunfähigkeit, Bekämpfung der Kriminalität im Bereich der illegalen Suchtmittel und anderem mehr. Problematischer Konsum, insbesondere von Alkohol, belastet zudem die Gesellschaft, etwa mit Lärm, Abfall, Vandalismus und Gewalt.

Untersuchungen\* zeigen, dass Prävention wirksam ist und sich auch finanziell lohnt. So haben beispielsweise Informations- und Schulungsmassnahmen wesentlich zum Rückgang des Tabak- und Alkoholkonsums in der Schweiz beigetragen. Die dadurch eingesparten Folgekosten von Sucht sind um ein Vielfaches höher als die in die Prävention investierten Mittel.

Sowohl wegen des vielen Leids als auch wegen der hohen Kosten gilt: Vorbeugen ist besser als heilen.

\* z.B: Synthesebericht – Ökonomische Evaluation von Präventionsmassnahmen in der Schweiz. Bericht im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit. 2010.

« Suchtprävention wirkt. »



## Was Sie tun können.

Alltag und Gesellschaft tragen entscheidend zur Suchtentwicklung bei. Schauen Sie daher hin, wenn Sie in Ihrem Freundes- oder Bekanntenkreis problematisches Verhalten oder suchtbegünstigende Verhältnisse wahrnehmen und beziehen Sie Stellung, auch wenn es unangenehm ist. Hinterfragen Sie Ihren eigenen Umgang mit Suchtmitteln und abhängig machenden Verhaltensweisen. Suchen Sie das Gespräch mit Freunden oder Fachpersonen, wenn Sie das Gefühl haben, dass Sie sich im kritischen Bereich bewegen.

Hilfreich dazu sind die Selbsttests auf [www.suchtpraevention-zh.ch](http://www.suchtpraevention-zh.ch). Insbesondere gegenüber Kindern und Jugendlichen tragen Erwachsene Verantwortung: Einmischen ist hier grundsätzlich gefragt, denn Wegschauen ist zwar einfach, leistet aber problematischen Entwicklungen Vorschub.

## [www.suchtpraevention-zh.ch](http://www.suchtpraevention-zh.ch) – Besuchen Sie uns

- Bestellung und Download von Materialien für Schulen, Gemeinden, Familien, Gastronomiebetriebe und Detailhandel und andere mehr.
- Selbsttests zum Konsum von Alkohol, Cannabis, Internet, Medikamenten und Tabak.
- Informationen zu Suchtmitteln und Verhaltenssuchten.
- Weitere Informationen zur Arbeit der Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich.

## Bestellung weiterer Broschüren

Online unter [www.suchtpraevention-zh.ch](http://www.suchtpraevention-zh.ch) oder unter Telefon: 044 634 49 99

## Wie sind die Stellen für Suchtprävention organisiert?

Im Kanton Zürich gibt es sieben kantonsweit tätige Fachstellen, die auf eine Suchtart, eine Zielgruppe oder auf übergeordnete Aufgaben spezialisiert sind, sowie neun regionale Suchtpräventionsstellen mit einem breiten Angebot für ihre jeweilige Region. Alle Stellen arbeiten eng zusammen: Sie tauschen Wissen aus, erarbeiten Materialien, bilden sich fort, geben das Magazin laut&leise heraus und betreiben die Webseite [www.suchtpraevention-zh.ch](http://www.suchtpraevention-zh.ch).

## Die Regionalen Suchtpräventionsstellen

Die neun regionalen Suchtpräventionsstellen sind zuständig für die präventive Grundversorgung in ihrer Region. Sie initiieren Projekte, Kurse und ähnliches und unterstützen und koordinieren bestehende Aktivitäten der Suchtprävention. Dabei orientieren sie sich an den lokalen und regionalen Bedürfnissen. Die regionalen Suchtpräventionsstellen werden hauptsächlich von den Gemeinden finanziert, der Kanton leistet finanzielle Unterstützung bis zu einem Drittel.

### **Suchtpräventionsstelle der Bezirke Affoltern und Dietikon**

Grabenstr. 9, 8952 Schlieren  
044 733 73 65  
[www.supad.ch](http://www.supad.ch)

### **Suchtpräventionsstelle des Bezirks Meilen, samowar**

Hüniweg 12, 8706 Meilen  
044 924 40 10  
[www.samowar.ch](http://www.samowar.ch)

### **Suchtpräventionsstelle des Bezirks Andelfingen**

Landstr. 36, 8450 Andelfingen  
043 258 46 11  
[www.zentrum-breitenstein.ch](http://www.zentrum-breitenstein.ch)

### **Suchtpräventionsstelle Winterthur**

Technikumstr. 1, 8403 Winterthur  
052 267 63 80  
[www.suchtpraevention.winterthur.ch](http://www.suchtpraevention.winterthur.ch)

### **Suchtprävention Bezirk Bülach**

Bahnhofstr. 3, 8180 Bülach  
044 872 77 33  
[www.praevention-fabb.ch](http://www.praevention-fabb.ch)

### **Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland**

(Bezirke Hinwil, Pfäffikon, Uster)  
Gerichtsstr. 4, Postfach, 8610 Uster  
043 399 10 80  
[www.sucht-praevention.ch](http://www.sucht-praevention.ch)

### **Fachstelle Suchtprävention Bezirk Dielsdorf**

Brunnwiesenstr. 8a, 8157 Dielsdorf  
043 422 20 36  
[www.sdbd.ch/suchtpraevention](http://www.sdbd.ch/suchtpraevention)

### **Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich**

Röntgenstr. 44, 8005 Zürich  
044 412 83 30  
[www.stadt-zuerich.ch/suchtpraevention](http://www.stadt-zuerich.ch/suchtpraevention)

### **Suchtpräventionsstelle für den Bezirk Horgen, samowar**

Bahnhofstr. 24, 8800 Thalwil  
044 723 18 18  
[www.samowar.ch](http://www.samowar.ch)

# Die kantonsweit tätigen, spezialisierten Fachstellen für Suchtprävention

**Am Steuer Nie (ASN). Unfallprävention im Strassenverkehr**  
Hotzestr. 33, 8006 Zürich  
044 360 26 00, [info@amsteuernie.ch](mailto:info@amsteuernie.ch)  
[www.amsteuernie.ch](http://www.amsteuernie.ch)

Fachstelle zur Prävention von substanz-, müdigkeits- und ablenkungsbedingten Verkehrsunfällen. Führt diverse erlebnisorientierte Einsatzmittel für Schulen, Betriebe und Vereine. Entwickelt Informationsmaterial.

**Fachstelle Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung**  
Ausstellungsstr. 80, 8090 Zürich  
043 259 78 60  
[infosuchtpraevention@mba.zh.ch](mailto:infosuchtpraevention@mba.zh.ch)  
[www.fs-suchtpraevention.zh.ch](http://www.fs-suchtpraevention.zh.ch)

Bietet Lehrer/innenbildung an Berufs- und Mittelschulen an. Entwickelt Lehrmittel und Projekte zur Suchtprävention auf der Sekundarstufe II. Koordiniert die Suchtprävention auf dieser Schulstufe und unterhält ein Netz von Kontaktlehrpersonen.

**FISP, Fachstelle für interkulturelle Suchtprävention und Gesundheitsförderung**  
Kehlhofstr. 12, 8003 Zürich  
043 960 01 60, [fisp@bluewin.ch](mailto:fisp@bluewin.ch)  
[www.fisp-zh.ch](http://www.fisp-zh.ch)

Fachstelle für Suchtprävention unter der Migrationsbevölkerung. Entwickelt, realisiert und koordiniert Projekte. Unterstützt Fachstellen in der migrationsgerechten Entwicklung ihrer Projekte und Materialien (inkl. Übersetzungen).

**Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich, Institut für Epidemiologie, Biostatistik und Prävention der Universität Zürich**  
Hirschengraben 84, 8001 Zürich  
044 634 49 99  
[praevention@ebpi.uzh.ch](mailto:praevention@ebpi.uzh.ch)  
[www.gesundheitsfoerderung-zh.ch](http://www.gesundheitsfoerderung-zh.ch)

Koordiniert und fördert im Auftrag der kantonalen Gesundheitsdirektion u.a. die Aktivitäten der Stellen und Akteure im Bereich der Suchtprävention. Leistet Beiträge an die Entwicklung der Suchtprävention und ist zuständig für die Öffentlichkeitsarbeit in der Suchtprävention.

**Pädagogische Hochschule Zürich, Fachstelle Suchtprävention Volksschule**  
Lagerstr. 2, 8090 Zürich  
043 305 68 00  
[suchtpraevention@phzh.ch](mailto:suchtpraevention@phzh.ch)  
<http://suchtpraevention.phzh.ch>

Ist für das Thema Suchtprävention in der Lehrer/-innenbildung verantwortlich und koordiniert die Suchtprävention in der Volksschule. Erarbeitet Unterrichtshilfen und andere Projekte für schulische Suchtprävention. Führt eine Mediothek und Dokumentationsstelle.

**Zentrum für Spielsucht und andere Verhaltenssuchte**  
Pfingstweidstrasse 10, 8005 Zürich  
044 360 41 18  
[spielsucht-praevention@radix.ch](mailto:spielsucht-praevention@radix.ch)  
[www.spielsucht-radix.ch](http://www.spielsucht-radix.ch)

Fachstelle für die Prävention von Spielsucht, insbes. problematischem Lotteriespielen sowie Wetten, und anderen Verhaltenssuchten. Bietet Fachberatung für Multiplikatoren an und entwickelt Informationsmaterialien.

**ZFPS, Zürcher Fachstelle zur Prävention des Suchtmittelmissbrauchs**  
Schindlersteig 5, 8006 Zürich  
044 271 87 23, [info@zfps.ch](mailto:info@zfps.ch)  
[www.zfps.ch](http://www.zfps.ch)

Fachstelle für die Prävention des Alkohol-, Tabak- und Medikamentenmissbrauchs. Lanciert und koordiniert Projekte, entwickelt Informationsmaterialien und Schulungsinstrumente.