

Kurzbeschreibung

«zackstark – rauchfrei durch die Lehre»

Ausgangslage

Die Adoleszenz ist eine kritische Lebensphase für den Einstieg in den Tabak- und Nikotinkonsum. Während der Anteil Rauchender im Alter von 11-15 Jahren bei 5.7% (2018) liegt¹, rauchen bei den 15-19-Jährigen bereits 22.5% (2017)². Je früher Jugendliche mit Rauchen beginnen, desto eher werden sie abhängig und desto schwieriger wird es später, wieder damit aufzuhören³.

Der Übertritt in eine Berufslehre nach der obligatorischen Schulzeit spielt beim Einstieg in den Tabakkonsum eine wichtige Rolle. Die berufliche Ausbildung stellt im Betrieb als auch in der Schule neue und hohe Anforderungen an die Lernenden. Hinzu kommt das Zurechtfinden in neuen Gruppen. Diese Unsicherheiten bergen ein erhöhtes Einstiegsrisiko. Die Berufslernenden weisen zudem einen heterogenen, insgesamt aber eher niedrigeren sozio-ökonomischen Status auf, was mit einer höheren Rauchprävalenz zusammenhängt. Eine Analyse der Berufs- und Mittelschulen im Kanton Aargau (2016) ergab einen Rauchendenanteil unter den Berufslernenden von 46%, im Vergleich zu 16% bei den Mittelschüler*innen⁴. Die Zielgruppe der Berufslernenden bedarf somit besonderer Beachtung.

Zielsetzung

- Das Projekt „zackstark – rauchfrei durch die Lehre“ motiviert Ausbildungsbetriebe dazu, Verantwortung für die Gesundheit ihrer Lernenden zu übernehmen.
- Die Lernenden bleiben während der gesamten Lehre rauchfrei.

Umsetzung

Die Lernenden unterzeichnen eine Vereinbarung mit dem Lehrbetrieb und verpflichten sich auf den Verzicht von Tabak- und Nikotinprodukten – bei der Arbeit als auch in der Freizeit. Bei Erfolg erhalten die Lernenden eine vom Lehrbetrieb festgelegte Belohnung. Beispiele für mögliche Belohnungen sind:

- Geldbetrag von mindestens CHF 100.00 pro Lehrjahr
- Mindestens 2 zusätzliche Joker-/Ferientage pro Lehrjahr
- Gutscheine im Wert von mindestens CHF 100.-

Die gesamte Administration und Erfassung der Lernenden erfolgt via Onlineplattform auf der Webseite www.zackstark.ch. Die Datenbank wird von der Lungenliga Aargau bzw. der Zürcher Fachstelle zur Prävention des Suchtmittelmissbrauchs (ZFPS) betreut und bewirtschaftet. Die einzelnen Betriebe erfassen ihre Lernenden selbst. Nach der Erfassung der Lernenden wird automatisch ein pdf-Dokument erstellt, welches die Beteiligten unterschreiben können.

Die angemeldeten Jugendlichen erhalten von der Fachstelle jährlich einen Kinogutschein als Anerkennung und Erinnerung an die Vereinbarung, sowie je nach kantonalen Voraussetzungen ein weiteres Geschenk.

¹Schweizerisches Gesundheitsobservatorium. (2019, März 28). Tabakkonsum (Alter: 11-15). Abgerufen 23. März 2020, von <https://www.obsan.admin.ch/de/indikatoren/MonAM/tabakkonsum-alter-11-15>

²Schweizerisches Gesundheitsobservatorium. (2019, November 26). Prävalenz des Tabakkonsums. Abgerufen 23. März 2020, von <https://www.obsan.admin.ch/de/indikatoren/MonAM/tabakkonsum-alter-15>

³Die Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich. (2009). Trinken, Rauchen und Kiffen bei Jugendlichen: Was Sie als Eltern, Lehrpersonen oder Berufsbildner/in tun können. Zürich, Schweiz.

⁴S. Unternährer, S. Loosli und M. von Ow. (2017). Tabakkonsum an Berufs- und Mittelschulen: Ist-Zustands-Analyse. Aarau, Schweiz.

Zusätzliche Angebote für die Betriebe:

Workshops für Lernende: Die Betriebe haben die Möglichkeit, kostenlose Tabakpräventionsworkshops für die Lernenden zu buchen. Damit soll eine zusätzliche Sensibilisierung von allen Lernenden in einem Betrieb stattfinden.

Kohlenmonoxid-Tests: Der Betrieb kann für die Überprüfung der Rauchfreiheit der Jugendlichen Kohlenmonoxid-Tests von der kantonalen Projektleitung durchführen lassen. Diese Tests sind freiwillig.

Beratung Tabakprävention im Betrieb: Wollen Sie das Thema Tabakprävention noch stärker im Betrieb verankern? Wir helfen Ihnen gerne dabei.

Coaching App «ready4life»: Die Lernenden werden 4 Monate durch zwei von Ihnen gewählten Gesundheits-Themen geführt. Anmeldung ist jeweils zwischen August und Februar möglich.

Aktuelle Zahlen

Das Projekt wurde am 1. August 2017 erfolgreich im Kanton Aargau lanciert. Seit Juni 2019 wird „zackstark“ auch im Kanton Zürich und seit 2022 auch im Kanton Bern umgesetzt. Im Juni 2022 wurden über 400 Betriebe und 2'200 Lernende erfasst. „zackstark – rauchfrei durch die Lehre“ wächst stetig und stösst bei den Betrieben auf grosses Interesse.

Organisationsstruktur

Fachstelle & Kontakt	Projektträger
Kanton Aargau	
Lungenliga Aargau • Jana Affolter (Projektleitung) zackstark@llag.ch	• Lungenliga Aargau • Kanton Aargau, Departement Gesundheit und Soziales, als Bestandteil des Kantonalen Tabakpräventionsprogramms
Kanton Zürich	
Zürcher Fachstelle zur Prävention des Suchtmittelmissbrauchs ZFPS • Stephanie Unternährer zackstark@zfps.ch	• Tabakpräventionsprogramm Kanton Zürich • Suchtpräventionsstelle Berufsbildung und Mittelschulen (Bildungsdirektion) • Lunge Zürich • Tabakpräventionsfonds
Kanton Bern	
Lungenliga Bern • Niklaus Schnider zackstark@lungenliga-be.ch	• Lungenliga Bern • Kanton Bern, als Bestandteil des kantonalen Tabak- und Nikotinpräventionsprogramms

Weitere Infos

www.zackstark.ch

[good-practice: Projektdatenbank](#)