KINDER +JUGEND FACHSTELLE AARETAL

Herzlich Willkommen zum Elternabend Suchtprävention

Das Moderationsteam

- Claudia Dietisheim und Simon Pfanner
  Kinder- und Jugendfachstelle Aaretal, OKJA

Sucht und der Umgang damit



Neues Tabakproduktegesetz tritt in Kraft

Aus HeuteMorgen vom 01.10.2024.
Bild: Keystone/Wolf von Dewitz

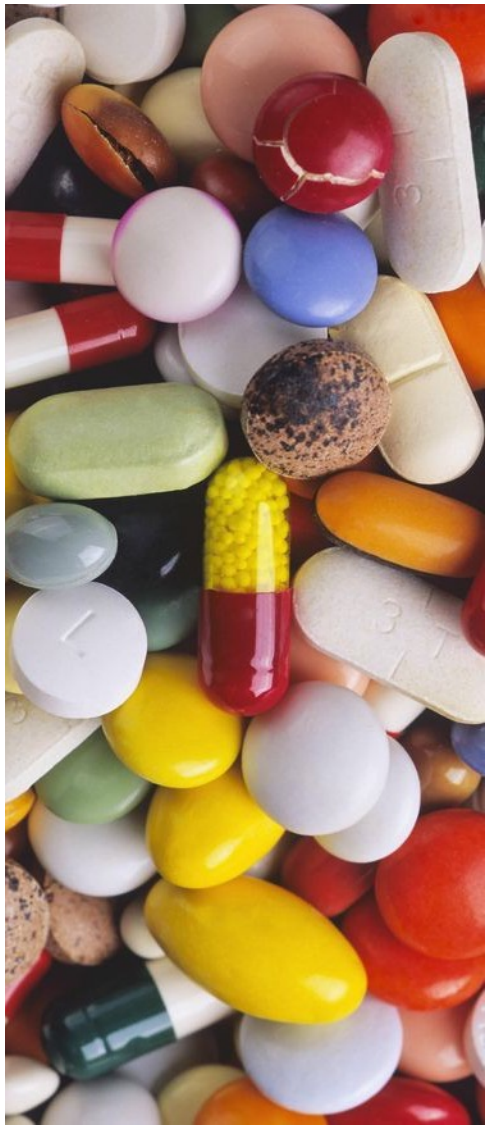
News > Schweiz >

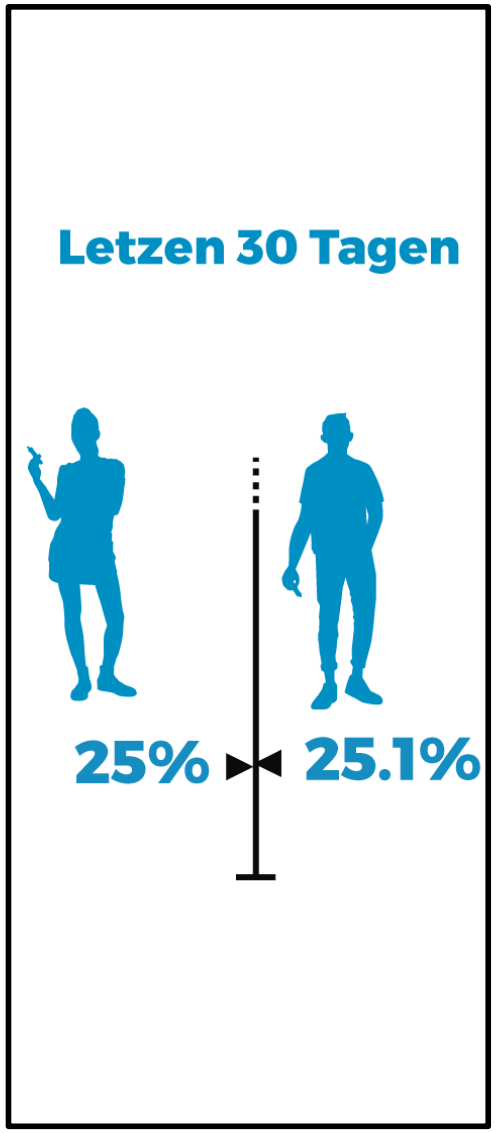
Zigaretten, Vapes, Snus & Co.

Ab sofort gelten in der Schweiz strengere Tabakregeln

Ein einheitliches Tabakgesetz ist in Kraft getreten. Nur noch volljährige Personen dürfen in der Schweiz Tabakprodukte kaufen.

Eliane Leiser
Dienstag, 01.10.2024, 05:57 Uhr
Aktualisiert um 07:04 Uhr





Ablauf

- 5’ Vorstellen der KJuFA
- 20‘ Informationen Workshop Suchtprävention
- 10‘ aktuelle Trends
- 25’ Workshop
- 5’ Schlussrunde

Offene Kinder- und Jugendarbeit (OKJA)

- Freiwilligkeit, Offenheit und Partizipation
- begleitet Kinder und Jugendliche ins Erwachsenenalter
- setzt sich für gute Aufwachsbedingungen ein
- Vermittelt zwischen Kindern, Jugendlichen, Bezugspersonen und weiteren Anspruchsgruppen.

Angebote im Bereich Prävention

- Workshop: Suchtprävention und „Liebe ist…“
- Beziehungsarbeit in der Freizeit, bei Projekten und auf den Plattformen der Sozialen Medien
- Beratungsangebot für Kinder, Jugendliche und ihre Bezugspersonen
- Fachberatung für Behörden

Kontakt OKJA:



Kinder- und Jugendfachstelle Aaretal

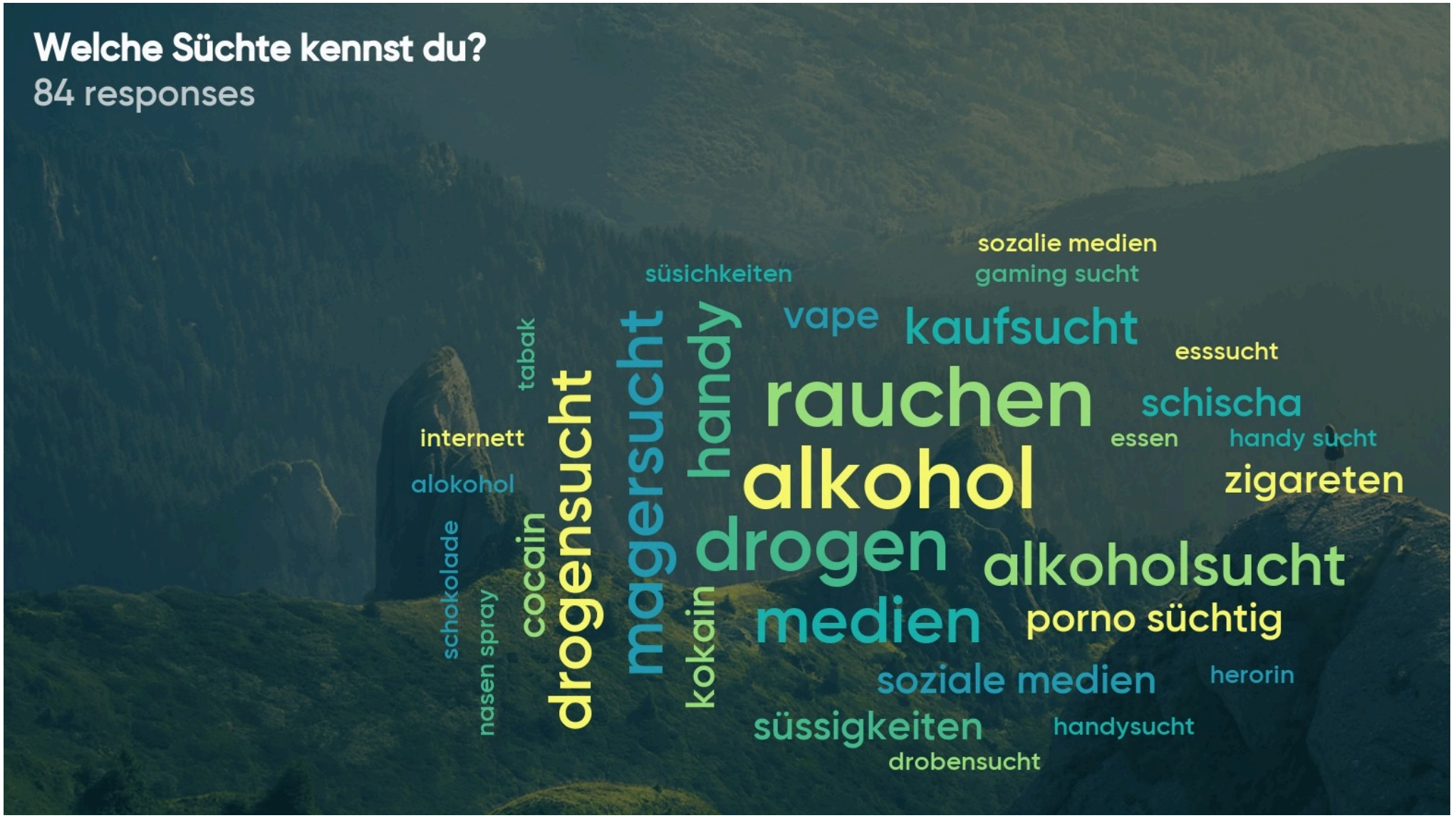
Schlossstrasse 18

3110 Münsingen

Suchtprävention 7. Klasse

Tag 1:

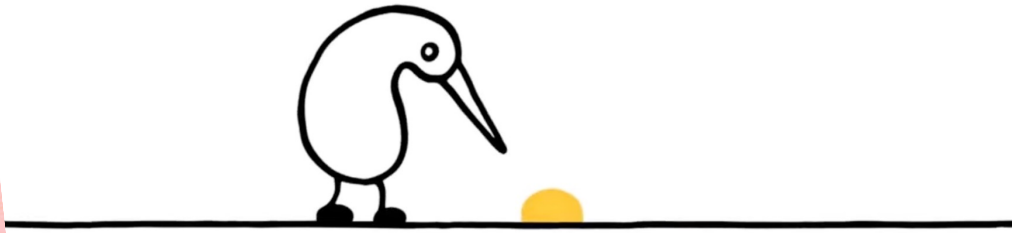
- Welches Wissen zum Thema ist vorhanden?
- Stoffgebunden / Stoffungebunden
- Selbsteinschätzung Bildschirmverhalten
- Was ist eine Sucht / Wie entsteht eine Sucht?
- Kurzfilme erstellen


Welche Süchte kennst du?
84 responses
sozalie medien
gaming sucht
süsichkeiten
vape
kaufsucht
esssucht
handy
magersucht
tabak
rauchen
schischa
internett
essen
handy sucht
alokohol
alkohol
zigareten
drogen
alkoholsucht
schokolade
nasen spray
cocain
drogensucht
kokain
medien
porno süchtig
soziale medien
herorin
süssigkeiten
handysucht
drobensucht

Beim Feste feiern gehört Alkohol einfach dazu.

Ich bin von keiner Sucht gefährdet.

Alkohol/Tabak sind Drogen.



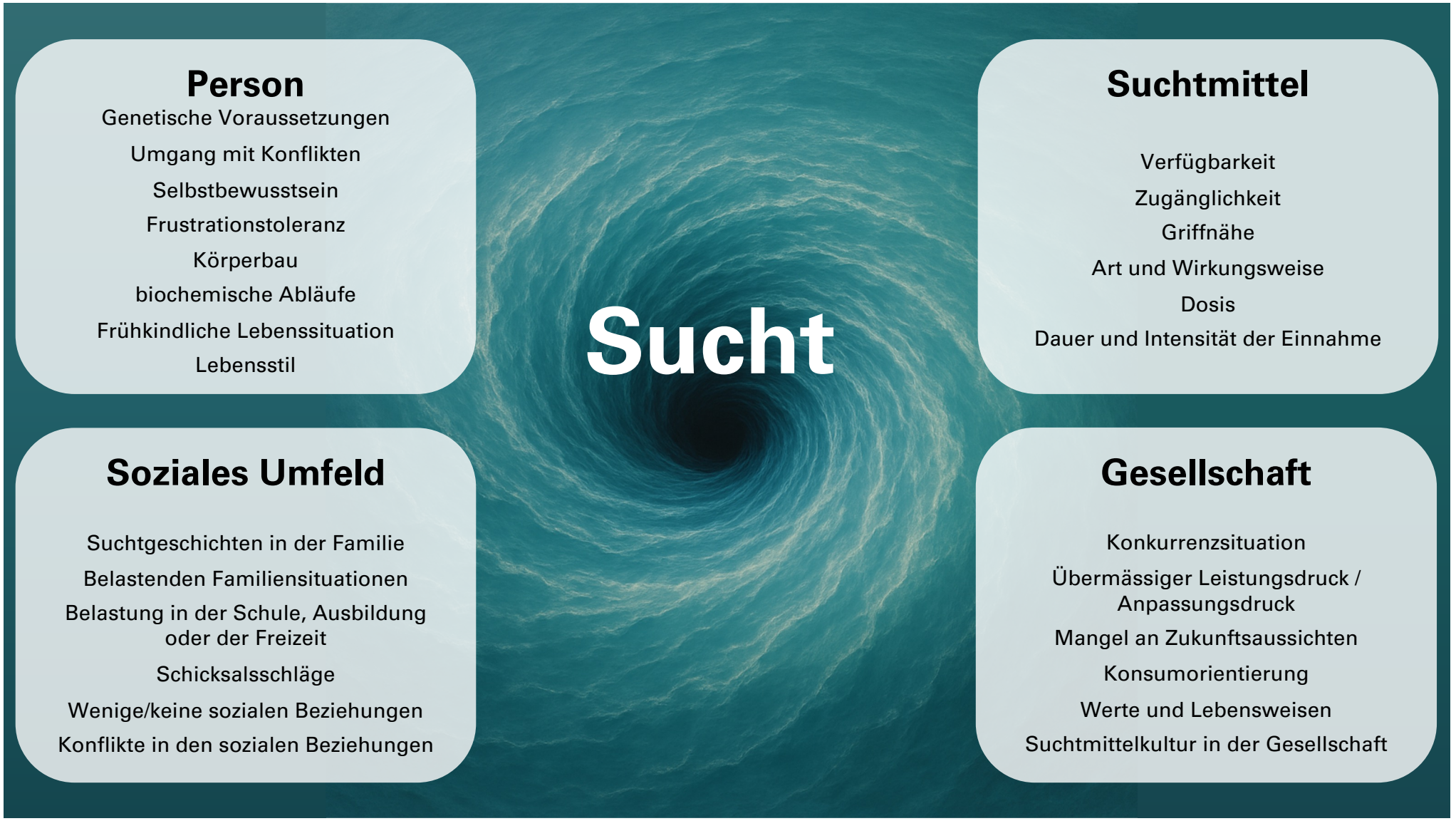
Selbsteinschätzung



Suchtprävention 7. Klasse

Tag 2:

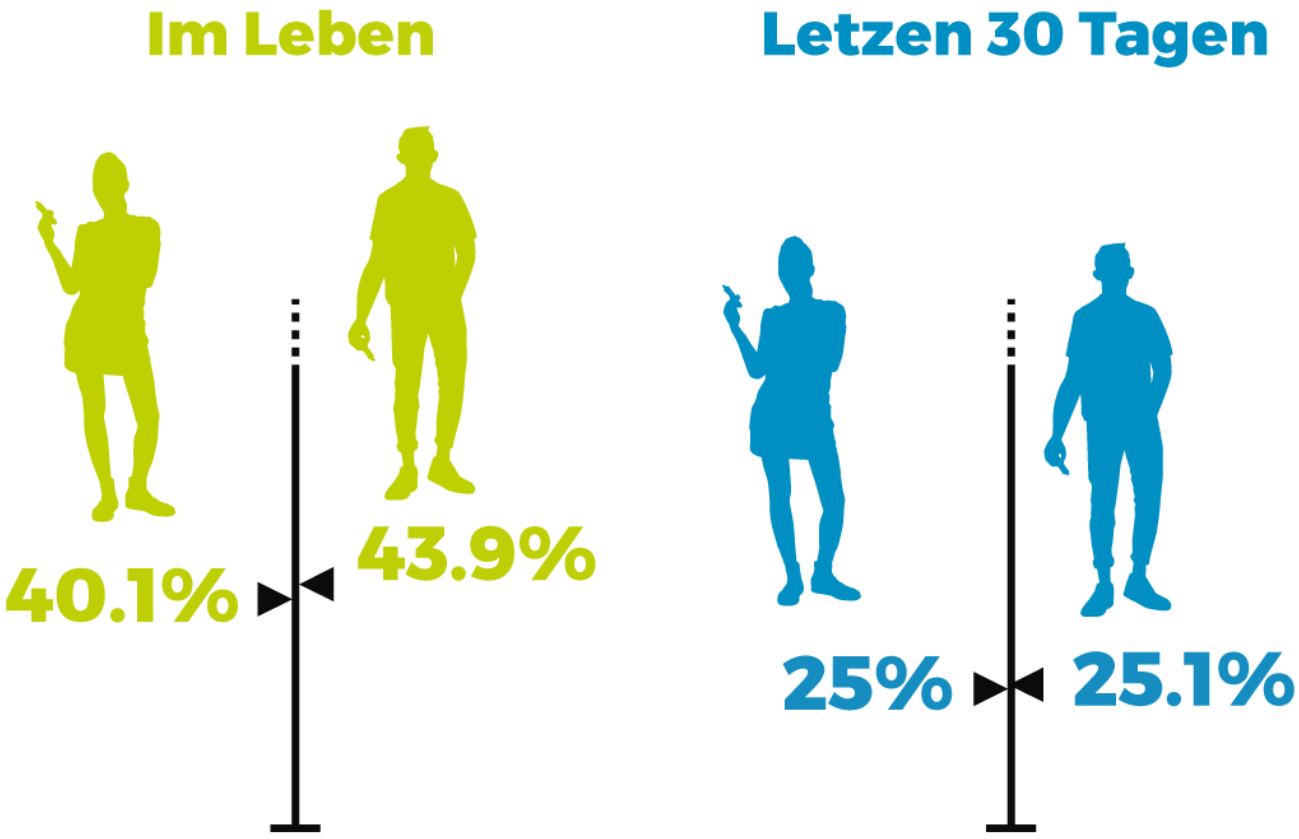
- Suchtmittel besprechen
- Suchtstrudel
- Schutz- und Risikofaktoren
- Wie funktioniert Werbung
- Hilfe holen


Person
Genetische Voraussetzungen
Umgang mit Konflikten
Selbstbewusstsein
Frustrationstoleranz
Körperbau
biochemische Abläufe
Frühkindliche Lebenssituation
Lebensstil
Suchtmittel
Verfügbarkeit
Zugänglichkeit
Griffnähe
Art und Wirkungsweise
Dosis
Dauer und Intensität der Einnahme
Sucht
Soziales Umfeld
Suchtgeschichten in der Familie
Belastenden Familiensituationen
Belastung in der Schule, Ausbildung oder der Freizeit
Schicksalsschläge
Wenige/keine sozialen Beziehungen
Konflikte in den sozialen Beziehungen
Gesellschaft
Konkurrenzsituation
Übermässiger Leistungsdruck / Anpassungsdruck
Mangel an Zukunftsaussichten
Konsumorientierung
Werte und Lebensweisen
Suchtmittelkultur in der Gesellschaft

Trend 1: Vape


VAPES BARS®
COOLES AUSSEHEN
MEGA GESCHMACK
Diamantenähnliches Design
mit Edelstahloberfläche
LED-Licht mit Logo
leuchtet beim Inhalieren.
www.dampf21.de
JETZT NUR
6,20 €
DIAMOND
600
GRAPE

Verwendung E-Zigaretten von 15-Jährigen (2022)



Quelle: HBSC (Delgrande Jordan et al., 2023)

Trend 2: Medikamente



Medikamente



Medikamente

- Jugendliche über Mischkonsum aufklären
- Tiktok Challenges – Paracetamol Challenge
- Medikamente ausser Reichweite
- Verwandte sensibilisieren (Grosseltern)
- Medikamente einzeln abgeben
- Vorrat im Auge behalten

Workshop

«Epizentrum des sozialen Lebens»



NOMOPHOBIE

Publiziert 3. November 2026, 04:51

2 Millionen Schweizer zeigen deutliche Anzeichen von Handysucht

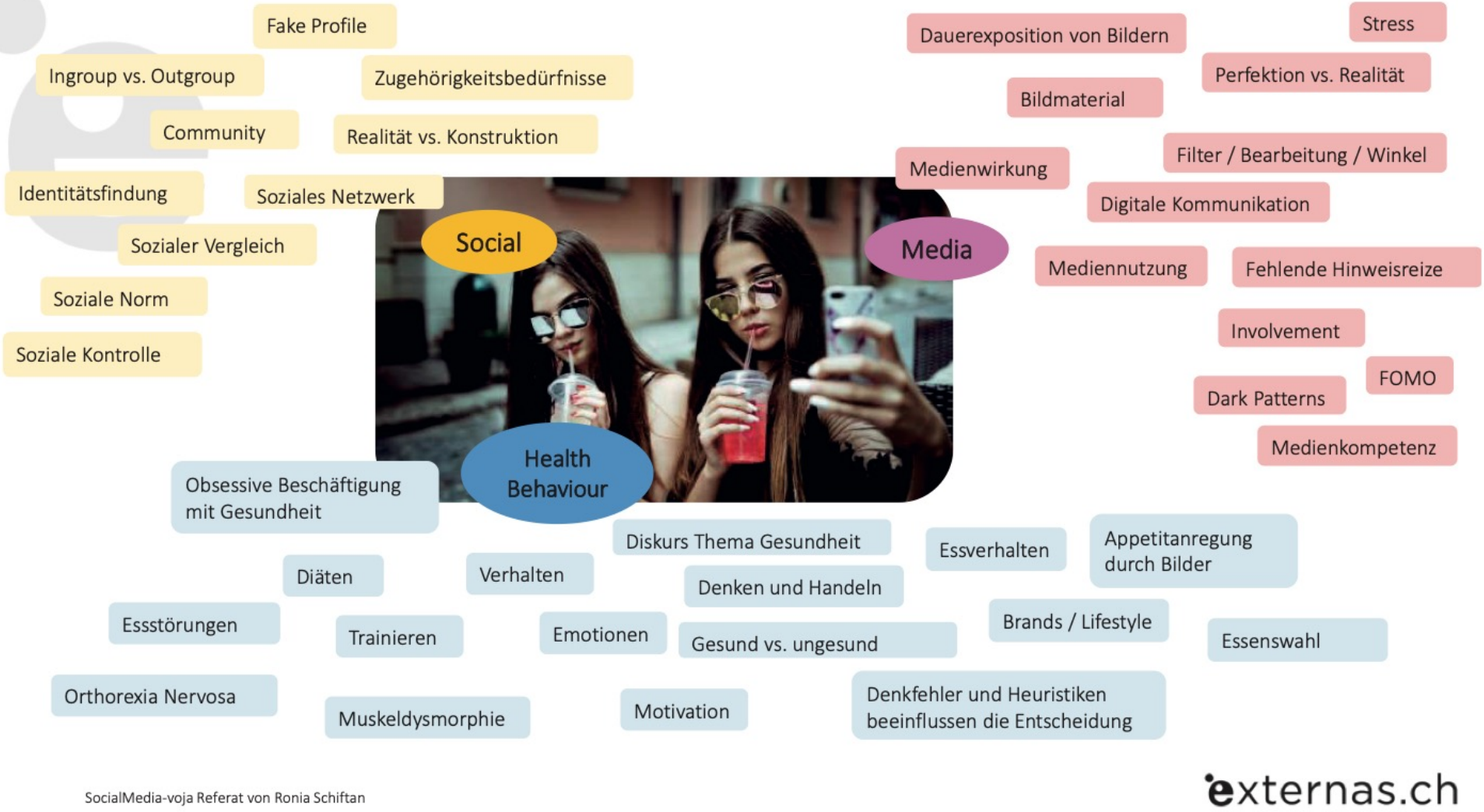
Fast alle Menschen in der Schweiz haben Angst, ohne Smartphone zu sein, wie eine Umfrage zeigt. Je jünger die Befragten, desto grösser ist die Angst.

~15%
der Bevölkerung ab 15 Jahren hatte im Jahr 2022 eine problematische Internetnutzung

~ 65%
Anteil der 11- und 15-Jährigen, die jeden Tag auf soziale Netzwerke gehen (2022)

~ 3 %
Anteil der gamenden 14- und 15-Jährigen, die ein problematisches Gamingverhalten aufweisen (2022)

Workshop



SocialMedia-voja Referat von Ronia Schiftan

externas.ch

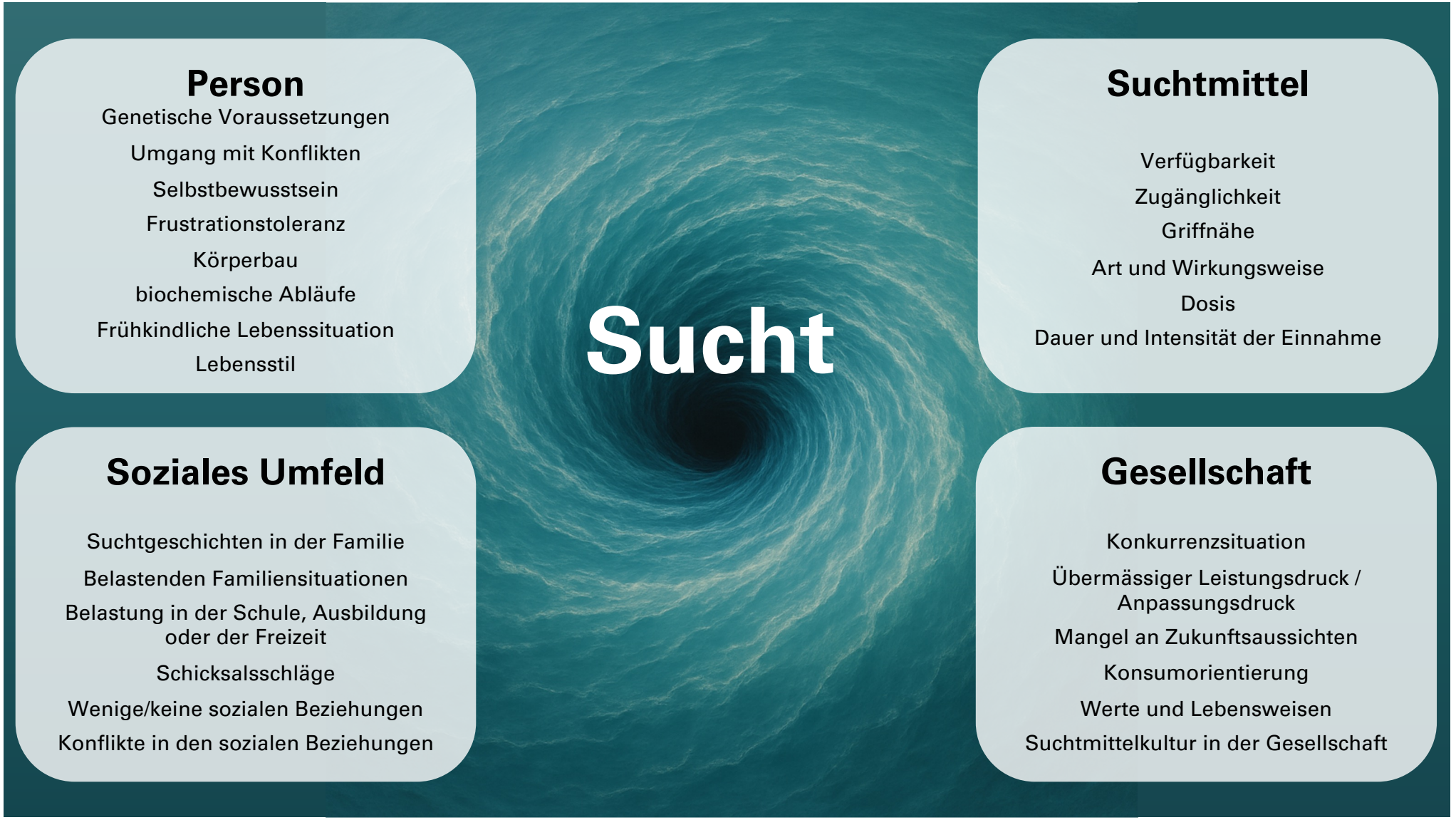
Workshop / Speed-Dating

- 5 Fragen pro Tisch
- je 5min besprechen und Ideen sammeln
- Schlussrunde: Gemeinsam Erkenntnisse sammeln

Fragen

1. Was machen wir, wenn unser Kind Influencer*innen bewundert und deren Lebensstil als erstrebenswert betrachtet?
2. Wie sprechen Sie mit Ihrem Kind über Social Media und Selbstbild?
3. Wie schaffen Sie es selbst Vorbild zu sein?
4. Welche Regeln zu Social Media und digitalen Medien gelten bei uns zuhause?
5. Was war bei unserer eigenen Identitätsfindung in der Pubertät anders als heute? Welchen Herausforderungen begegnen unsere Kinder und wie können wir sie dabei begleiten?

Früher vs. Heute



Person

Genetische Voraussetzungen

Umgang mit Konflikten

Selbstbewusstsein

Frustrationstoleranz

Körperbau

biochemische Abläufe

Frühkindliche Lebenssituation

Lebensstil

Suchtmittel

Verfügbarkeit

Zugänglichkeit

Griffnähe

Art und Wirkungsweise

Dosis

Dauer und Intensität der Einnahme

Soziales Umfeld

Suchtgeschichten in der Familie

Belastenden Familiensituationen

Belastung in der Schule, Ausbildung oder der Freizeit

Schicksalsschläge

Wenige/keine sozialen Beziehungen

Konflikte in den sozialen Beziehungen

Gesellschaft

Konkurrenzsituation

Übermässiger Leistungsdruck / Anpassungsdruck

Mangel an Zukunftsaussichten

Konsumorientierung

Werte und Lebensweisen

Suchtmittelkultur in der Gesellschaft

Schlussrunde

Unter www.jugendfachstelle.ch finden Sie die Präsentation, weiterführende Links und Studien zum Thema

Links und Informationen

- **feel-ok.ch** Themensammlung, Aktuelles
- **projuventute.ch** Themensammlung, Aktuelles, Beratung
- **zischtig.ch** Elternblog, Infos zu Trends und Apps, Kurse
- **suchtschweiz.ch** gemeinnützige Stiftung zum Thema Sucht
- **jugendundmedien.ch** Empfehlungen, Zahlen und Fakten
- **bernergesundheit.ch** Suchtberatung
- **infodrog.ch** Koordinationsstelle und Fachstelle Sucht



DANKE!