

Medienmitteilung  
Sperrfrist 19. August 2020

## **«zackstark – rauchfrei durch die Lehre»: Über 400 Lernende waren im ersten Jahr erfolgreich**

**Im Kanton Zürich läuft seit einem Jahr das Projekt «zackstark – rauchfrei durch die Lehre». Es unterstützt und motiviert Berufslernende, während ihrer Ausbildung aufs Rauchen zu verzichten. Mit Erfolg: Über 70 Betriebe, davon 13 aus dem Zürcher Oberland, und über 400 Lernende machen beim Projekt mit. Mehr als 90 Prozent der Teilnehmenden bleiben rauchfrei – eine zackstarke Leistung!**

Die meisten Raucherinnen und Raucher beginnen im Alter von 15 bis 19 Jahren mit dem Rauchen – häufig während der Lehre. Sie verbringen dann viel Zeit im Betrieb, müssen sich in der Erwachsenenwelt zurechtfinden und machen neue Erfahrungen. Dazu gehört oft auch das Rauchen. Hier setzt das Projekt «zackstark– rauchfrei durch die Lehre» an.

### **Der Betrieb als Coach**

«zackstark» leistet einen wichtigen Beitrag zur Gesundheit und Eigenverantwortung der Lernenden. Gleichzeitig bietet es den Unternehmen messbaren Nutzen. Dazu sagt Stephanie Unternährer, Projektleiterin bei der Zürcher Fachstelle zur Prävention des Suchtmittelmissbrauchs (ZFPS): «Gerade weil die Jugendlichen viel Zeit im Betrieb verbringen und wichtige Entwicklungsschritte machen, ist es sinnvoll, wenn die Betriebe ihre Lernenden als Vorbild dabei unterstützen, rauchfrei zu bleiben.» Das Vorgehen ist sehr einfach: Die Lehrbetriebe melden sich und ihre Lernenden auf der Onlineplattform [zh.zackstark.ch](http://zh.zackstark.ch) an. Anschliessend unterzeichnen die Lernenden einen Vertrag, in dem sie zustimmen, während der gesamten Lehre – bei der Arbeit und in der Freizeit – rauch- und nikotinfrei zu werden oder zu bleiben. Die Betriebe erhalten Infomaterial und können zusätzlich kostenlose Workshops für ihre Lernenden buchen. Bei Erfolg bekommen die Lernenden vom Lehrbetrieb eine Belohnung im Wert von 100 Franken oder zwei zusätzliche Ferientage pro Lehrjahr. «zackstark» belohnt zusätzlich alle angemeldeten Lernenden mit einem Kinogutschein.

### **Gesundes Engagement, das sich lohnt**

Nach einem Jahr «zackstark» im Kanton Zürich sind über 400 Lernende in über 70 Betrieben, davon 13 im Zürcher Oberland, rauchfrei geblieben. Ein grosser Erfolg – auch für die beteiligten Ausbildungsbetriebe. Dies bestätigt Sonja Frei,

Bildungsverantwortliche des Alterswohnheims am Wildbach, Wetzikon: «Durch die Teilnahme setzen sich unsere Lernenden von Beginn der Ausbildung an mit den Themen Rauchen und Sucht auseinander. Wir stärken dadurch ihre Selbstkompetenz und Eigenverantwortung und leisten einen wichtigen Beitrag zur Förderung ihrer Gesundheit.»

«zackstark» wird damit sowohl für die Lernenden als auch für den Betrieb zu einer positiven Erfahrung. Die Lernenden achten auf ihre Gesundheit und sparen viel Geld. Der Betrieb wiederum zeigt sein Engagement als gesundheitsbewusster Ausbilder und profitiert von weiteren Vorteilen. Kunden und Patienten werden beim Kontakt zum Beispiel keinem Rauchgeruch ausgesetzt – was das positive Image des Betriebs fördert. Lernende die nicht rauchen sind durchschnittlich weniger oft krank und es entsteht weniger Fehlzeit im Lehrbetrieb. Gerade auch weil alle Beteiligten profitieren, ist Projektleiterin Stephanie Unternährer für die Zukunft des Projekts «zackstark» zuversichtlich. Im Kanton Zürich bieten die Stellen für Suchtprävention des Kantons zusammen mit weiteren Projektpartnern das Projekt allen Ausbildungsbetrieben an. Interessierte Lernende und Betriebe im Zürcher Oberland haben jederzeit die Möglichkeit, beim Projekt mitzumachen.

«zackstark- rauchfrei durch die Lehre» wird im Kanton Zürich von der Fachstelle Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung, der Zürcher Fachstelle zur Prävention des Suchtmittelmissbrauchs (ZFPS) und der LUNGE ZÜRICH in Zusammenarbeit mit den regionalen Suchtpräventionsstellen angeboten. Das Projekt wird vom Tabakpräventionsfonds mitfinanziert und im Rahmen des Kantonalen Tabakpräventionsprogramms umgesetzt. Weitere Informationen unter [www.zh.zackstark.ch](http://www.zh.zackstark.ch).



**Kontakt für interessierte Betriebe in der Region**

Dominique Lorandt, Fachmitarbeiterin Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland  
Tel. 043 399 10 85, [d.lorandt@sucht-praevention.ch](mailto:d.lorandt@sucht-praevention.ch)

**Medienkontakt**

Stephanie Unternährer, Kantonale Projektleitung, Zürcher Fachstelle zur Prävention des Suchtmittelmissbrauchs (ZFSP), Schindlersteig 5, 8006 Zürich, Tel. 078 743 68 61, [unternaehrer@zfps.ch](mailto:unternaehrer@zfps.ch)

Dominique Lorandt, Fachmitarbeiterin Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland, Gerichtsstrasse 4, Postfach, 8610 Uster, Tel. 043 399 10 85, [d.lorandt@sucht-praevention.ch](mailto:d.lorandt@sucht-praevention.ch)

ZFPS, Projekt «zackstark», Schindlersteig 5, 8006 Zürich



ZFPS, Projekt «zackstark», Schindlersteig 5, 8006 Zürich