

«Bei Stress sollten Freunde helfen, nicht Alkohol»

REGION «Sibesiech» oder «Broforlife»: Statt auf die Gefahren des Trinkens hinzuweisen, liess die Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland kryptische Botschaften auf Plakate drucken. Leiter Fridolin Heer erklärt, warum.

In der ganzen Schweiz soll derzeit über Alkohol gesprochen werden. Das ist das Ziel der nationalen, vom Bundesamt für Gesundheit gesteuerten «Dialogwoche Alkohol», die seit 2011 alle zwei Jahre stattfindet. Derzeit ist es wieder so weit, und einige regionale Stellen nutzen die Gelegenheit, um eigene Kampagnen zur Alkoholprävention zu lancieren.

So auch die Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland. Seit dem 4. Mai und bis vor kurzem hingen an insgesamt 25 neuralgischen Stellen in den Bezirken Hinwil, Pfäffikon und Uster rote, etwas rätselhaft Plakate auf. Darauf stand bloss «Sibesiech?», «#Broforlife» oder «Rüstig». Seit dieser Woche sind die Plakate mit einer Botschaft ergänzt, die das Ganze auflösen soll: «Freunde. Unverzichtbar. Beziehungen sind ein wirksamer Schutz vor Sucht.» Fridolin Heer, Leiter der Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland, erklärt im Interview die etwas versteckte Botschaft der Aktion.



Versteckte Botschaften an Alkoholabhängige: Fridolin Heer, Leiter der Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland, vor einem der Plakate. *Seraina Boner*

#Broforlife, Sibesiech oder Rüstig. Wie kamen Sie ausgerechnet auf diese Begriffe?

Fridolin Heer: Sie stehen für die drei Zielgruppen unserer Plakataktion. Jüngere Männer, Männer mittleren Alters sowie ältere Menschen. Auf die Begriffe kamen wir in Workshops, die wir gemeinsam mit Vertretern dieser Zielgruppe geführt haben.

Erklären Sie: Worum gehts? Wir möchten sensibilisieren und zum Nachdenken anregen. Unsere Botschaft ist eine positive: Freunde und soziale Kontakte sind unverzichtbar. Damit wollen wir zeigen: Beziehungen sind viel die bessere Problemlösungsstrategie als Alkohol.

Es geht also um Alkoholprävention. Warum weisen Sie nicht auf die Gefahren von übermäßigem Konsum hin?

Uns geht es nicht darum, den Alkohol als Genussmittel und Kulturgut verbieten zu wollen. Wir möchten lediglich aufzeigen, dass es je nach Situation einen kritischen Konsum gibt. Der Betrachter des Plakats soll

«Uns geht es nicht darum, den Alkohol als Genussmittel und Kulturgut verbieten zu wollen.»

sich hinterfragen: Wie viel trinke ich? Und: In welchen Situationen trinke ich? Ist das punktuell im Ausgang oder bei Festen, kein Problem. Trinke ich aber regelmässig abends zuhause oder schon auf dem Heimweg zur Bewältigung von stressigen oder belastenden Situationen, wird es kritisch. Hier möchten wir in einen Dialog treten und mit der positiven Botschaft eine Alternative aufzeigen.

Das Rauschtrinken bei Jungen ist bekannt. Warum trinken Ältere?

Ältere Menschen sind oft sehr isoliert, haben nur wenige Freunde. Dazu kommen Krisen wie die angeschlagene Gesundheit, Probleme mit Medikamenten oder ein verstorbener Lebenspartner. Am meisten Alkoholtrinken gibt es aber bei Männern ab Mitte 40.

Warum?

In unserer Kampagne haben wir für diese Gruppe das Wort «Sibesiech» gewählt. Diese Männer stecken in vielen verschiedenen Rollen, tanzen auf vielen

Hochzeiten: Sie sind Vater, Partner, wollen beruflichen Erfolg haben, engagieren sich vielleicht zusätzlich in einem Verein oder pflegen ihre kranke Mutter. Statt die freie Zeit zur Erholung zu nutzen, arbeiten sie noch mehr. Um dann die Belastung mit Alkohol zu kompensieren. Die Hauptbetroffenen entsprechen also nicht dem Stereotyp ungebildet, arbeitslos, draussen auf der Parkbank. Im Gegenteil sind es häufig gut gebildete, Vollzeit arbeitende Männer, die eine übervolle Agenda haben – und dies nicht nur im Erwerbsleben. Bei Stress sollten aber Freunde helfen, nicht Alkohol.

Was bringt das? Reden ist schön, aber das Problem damit ja noch nicht gelöst.

Nein, aber darüber zu reden bringt Entlastung. Ich bin nicht mehr alleine. Ich kriege Rückmeldung von jemandem, dem ich vertraue. Wenn ich selber die Einsicht habe, dass ich zu viel trinke, und akzeptiere, dass ich ein Problem habe, informiere

«Jeder sollte sich fragen: Kann ich meinen Konsum noch steuern?»

ich mich weiter, mache einen anonymen Test oder lasse mich beraten. Beziehungen sind ein Schutzfaktor. Bei älteren Menschen, die nicht mehr viele Freunde haben, sind alle sozialen Kontakte gefordert. Das können beispielsweise Mitarbeiter von Pro Senectute sein – oder eben die Scrabble-Gruppe, worauf unsere Kampagne anspielt.

Wenn ich jemanden kenne, der ziemlich viel trinkt. Soll ich ihn darauf ansprechen?

Auf jeden Fall. Aber nicht sagen, was du machst, ist schlecht. Sondern: Das ist nicht gut für dich. Hier sind alle gefragt: Freunde, Eltern, Lehrer, und so weiter. Jeder Dritte kennt übrigens jemanden mit einem Alkoholproblem.

Wie schlimm ist es denn, wie viele haben effektiv ein Alkoholproblem?

Insgesamt gibt es schätzungsweise eine Viertelmillion Menschen in der Schweiz, die alkoholabhängig sind. Pro Jahr sind rund 2000 Todesfälle direkt auf Alkohol zurückzuführen. Und hinter jeder sechsten psychischen Krankheit steckt ein Alkoholproblem. Kommt dazu, dass Alkoholkonsum viele teils schwere Krankheiten begünstigt.

Wie viel Alkohol ist zu viel?

Hier muss man unterscheiden. Einerseits geht es um die Menge des Konsums. Andererseits aber auch um die Situationen, in denen wir trinken. Jeder sollte sich fragen: Kann ich meinen Konsum noch steuern? Kann ich einen Tag ohne Alkohol leben? Um herauszufinden, ob man die Kontrolle noch hat, empfehlen wir, pro Woche mindestens zwei alkoholfreie Tage einzuschalten.

Trinken wir allgemein zu viel Alkohol?

Insgesamt hat der Pro-Kopf-Konsum in den letzten Jahren abgenommen. Das ist erfreulich. Es wäre illusorisch und wie gesagt auch falsch, Alkohol verbieten zu wollen. Er ist ein Kulturgut. Ich wiederhole mich: Problematisch wird es, wenn Alkohol nicht mehr Genussmittel, sondern Bewältigungsinstrument ist.

Zum Schluss: Was ist Ihr Lieblingsgetränk?

Kaffee.

Bravo, nicht reingefallen. Aber trotzdem: Wann trinken Sie Alkohol?

An meiner Hochzeit. Generell bei Festen. Sonst eher selten, auch zum Essen nicht. Aber: Auch zu viel Kaffee kann problematisch sein. Die Dosierung ist entscheidend.

Interview: Andres Eberhard

Raser auf Töff gestoppt

ILLNAU-EFFRETIKON Die Stadtpolizei Illnau-Effretikon konnte gestern morgen einen Raser anhalten. Laut einer Medienmitteilung hatte die Polizei im Ausserortsbereich der Usterstrasse eine Geschwindigkeitskontrolle durchgeführt. Dabei wurde ein Motorradfahrer mit 145 km/h gemessen – erlaubt sind an dieser Stelle 80 km/h.

Dem Mann wurde der Führerausweis an Ort und Stelle abgenommen. Zudem stellte man sein Motorrad sicher. Der Raser wird sich vor der Staatsanwaltschaft verantworten müssen.

Der Töfffahrer ist allerdings nicht der einzige, der in der Kontrolle hängen blieb. Gleich für zehn weitere Fahrzeuglenker setzte es nämlich eine Ordnungsbuss ab. *zo*

Verurteilung wegen Drohung aufgehoben

REGION Ein Mann aus dem Zürcher Oberland ist vom Obergericht zu Unrecht wegen Drohung verurteilt worden. Zu diesem Schluss kommt das Bundesgericht.

Die Staatsanwaltschaft See/Oberland hatte den Mann im Dezember 2014 wegen Drohung angeklagt. Sie warf ihm vor, im Juni 2014 nach einer frühmorgendlichen Ruhestörung ausgerastet zu sein. Dabei soll er sich vor den geschlossenen Haupteingang eines im selben Haus befindlichen Ladens begeben haben. Als er hinter der verschlossenen Tür eine Person erblickt habe, habe er mit einem Messer hin und her gefuchelt, eine Art Schnittbewegung gemacht und Worte wie «morta» oder «mor-

te» geschrien. Dadurch habe sich die Person bedroht gefühlt.

Berufung des Staatsanwalts

Das Bezirksgericht Uster konnte sich aus den diversen Aussagen und Zeugenbefragungen keinen Reim machen und sprach den Beschuldigten, der die Tat stets bestritten hat, vom Vorwurf der Drohung frei. Für die erlittene Untersuchungshaft erhielt der Mann eine Entschädigung von 350 Franken und 4000 Franken als Genugtuung.

Die Zürcher Staatsanwaltschaft erhob daraufhin Berufung ans Obergericht. Dieses sah es als erwiesen an, dass der Hausbewohner die Person im Laden tatsächlich mit dem Messer in der Hand mit dem Tode bedroht hatte und bestraft ihn mit

einer bedingten Geldstrafe von 90 Tagessätzen zu je 70 Franken. Der Mann erhob Beschwerde ans Bundesgericht – erfolgreich.

Widersprüchliche Aussagen

Die Richter in Lausanne haben den Hausbewohner von Schuld und Strafe freigesprochen. Vorab erachtete das Bundesgericht die Aussagen des Mannes als glaubhaft. Dieser hatte stets erklärt, er habe um 6.45 Uhr seinen Wohnort verlassen, sei – auf dem – an der fraglichen Eingangstür vorbeiführenden Weg – zu seinem Auto gegangen und dann zu einer Tankstelle gefahren. Demgegenüber sind die Aussagen der drei Zeugen widersprüchlich, und selbst die Aussagen der Hauptzeugin sind in sich nicht folgerichtig.

In der Gesamtbetrachtung bestehen, so das Bundesgericht zusammenfassend, derartige Zweifel an der Schuld des Mannes, dass dieser gestützt auf den Grundsatz «im Zweifel für den Angeklagten» vom Vorwurf der Drohung freizusprechen ist. Der Entscheid des Obergerichts war deshalb willkürlich. Der Fall geht zurück ans Zürcher Obergericht, welches nun über die noch offenen Fragen – die finanziellen Folgen der ungerechtfertigten Untersuchungshaft und die Kosten im Verfahren vor Obergericht – befinden muss. Zudem muss der Kanton Zürich dem Mann für das Verfahren vor Bundesgericht 3000 Franken überweisen.

*Urs-Peter Inderbitzin
Urteil 6B_1190/2016*

Stau nach Unfall im Aatal

AATHAL Ein 59-jähriger Mann fuhr am Donnerstag kurz nach 12.30 Uhr mit seinem Auto auf der Aathalstrasse Richtung Wetzikon. Nach einer Linkskurve geriet das Fahrzeug auf die Gegenfahrbahn. Es kam zu heftigen Kollisionen mit dem entgegenkommenden Personenwagen einer 50-jährigen Frau sowie dem nachfolgenden Auto eines 50-jährigen Lenkers. Während die Autofahrerin unverletzt blieb, wurden die zwei Autofahrer sowie eine 46-jährige Beifahrerin mit leichten bis schweren Verletzungen mit Rettungswagen ins Spital gebracht. Die Aathalstrasse musste für mehrere Stunden gesperrt werden, der Verkehr grossräumig über Seegraben/Pfäffikon oder Riedikon umgeleitet. *mig*