

# Suchtprävention

Zürcher Oberland



**Lernende stärken - Problemen vorbeugen**

Unsere Angebote für Lernende

**Stress, Überforderung, psychische Belastungen, Suchtmittelkonsum: Lernende in schwierigen Lebens- und Arbeitssituationen sind auch für Lehrbetriebe eine Herausforderung. Wir unterstützen Sie dabei, Lernende frühzeitig zu stärken und Problemen vorzubeugen.**

Neben individuellen Lösungen bieten wir folgende Angebote an:

**prev@work**

Evidenzbasiertes 3-Säulen-Präventionsprogramm zur nachhaltigen Stärkung und Förderung von Lernenden und Betrieben.

**zack  
stark** nikotinfrei  
durch die  
Lehre

Kostenloses Programm zum Verzicht von Tabak- und Nikotinprodukten während der Lehrzeit.

**ready 4 life**

Kostenlose Coaching-App zu Themen wie Stress, Sozialkompetenz, Social Media, Gaming und verschiedenen Substanzen.

Gerne beraten wir Sie unverbindlich und unterbreiten Ihnen ein auf Ihre Bedürfnisse zugeschnittenes Angebot.

## **Kontakt**

**Blanche Wies**

E-Mail: [b.wies@sucht-praevention.ch](mailto:b.wies@sucht-praevention.ch), Tel. 043 399 10 85

**Suchtprävention Zürcher Oberland**

Gerichtsstrasse 4 | Postfach  
8610 Uster

[info@sucht-praevention.ch](mailto:info@sucht-praevention.ch)  
[www.sucht-praevention.ch](http://www.sucht-praevention.ch)

Kennen Sie schon  
unsere Angebote für  
Mitarbeitende, Ausbildungsverant-  
wortliche und Führungskräfte? Unter  
[www.sucht-praevention.ch](http://www.sucht-praevention.ch/betrieb)  
/betrieb erfahren Sie mehr.

