

Maurmer Post



Binz



Ebmatingen



Maur



Uessikon



Aesch

Schule im Dunst der Sucht



Die Gesprächspartner der MP in der Schule Looren: Schulleiter David Wirth mit den beiden Schulsozialarbeiterinnen Carina Marti (Mitte) und Christina Müller.

Vapen und Snus Seit etwa zweieinhalb Jahren beobachtet die Suchtprävention Zürcher Oberland mit Sitz in Uster immer mehr Fälle von Sekundarschülerinnen und -schülern, die schon in der Sek vaped und snusen. Warum greifen Jugendliche zu süchtig machenden Mitteln? Und wie gehen die Maurmer Sekundarschule Looren und die Maurmer Jugendarbeit mit dieser Entwicklung um?

«Wer küsst schon gerne Nikotin?» Dieser Slogan und der röchelnde Marlboro-Mann hielten mich in der Oberstufe vom Rauchen ab. Zigaretten und Alkohol scheinen bei Jugendlichen heute zum Glück ziemlich out zu sein. Dafür greifen immer mehr Zweit- und Drittskler zu Vapes oder schieben sich zwischendurch ein Nikotinpäckchen hinter die Unterlippe. Die Folgen dieses Konsums sind noch nicht eingehend erforscht. Klar ist aber, dass sowohl E-Zigaretten als auch Snus und Nikotinbeutel süchtig machen.

Kurz zu den Begriffen: Vapes sind elektronische Geräte, mit denen Flüssigkeiten, so genannte Liquids, oder Kräuter verdampft und anschliessend inhaliert werden. Man spricht auch von E-Zigaretten, Ein-

weg-E-Zigaretten oder Vaporizern. Im Gegensatz zu herkömmlichen Zigaretten findet keine Verbrennung statt. Im alltäglichen Sprachgebrauch hat sich für diese Geräte der Begriff «Vapes» etabliert. Snus sind kleine Beutel mit Tabak und Nikotin. Nikotinbeutel enthalten pflanzliches Füllmaterial und Nikotin, aber keinen Tabak. Im Alltag werden die Begriffe «Snus» und «Nikotinbeutel» oft synonym verwendet.

Stark wirkende Suchtmittel

Nikotin ist ein Nervengift. Es hat bei Kindern und Jugendlichen noch negativere Auswirkungen als bei Erwachsenen. Vor allem werden Jugendliche besonders schnell abhängig von Nikotin, weil ihr noch nicht voll entwickeltes Gehirn sehr

empfindlich auf Belohnungen reagiert und früh auf die Suchtmittel konditioniert wird.

Die meisten Einweg-Vapes enthalten die maximal zulässige Nikotinmenge von 20 mg pro Milliliter und bergen deshalb eine enorme Suchtgefahr. Bei den Nikotinbeuteln gibt es im Gegensatz zu Snus in der Schweiz keine gesetzliche Nikotinobergrenze. Nikotinbeutel mit 30 mg/g Nikotin oder mehr sind deshalb auch bei minderjährigen Konsumierenden leider Realität. Bei einem Testkauf des Schweizer Fernsehens konnte ein Minderjähriger sogar ein Produkt aus dem Ausland mit 150 mg/g Nikotin beziehen.

Seit dem 1. Oktober 2024 ist die Gesetzeslage eindeutig: Das Tabakproduktegesetz verbietet in der

ganzen Schweiz, Zigaretten, Vapes, Snus, E-Zigaretten und andere Produkte mit Nikotin sowie Vapes ohne Nikotin an unter 18-Jährige weiterzugeben, selbst wenn das kostenlos geschieht. Den Konsum jedoch regelt das Tabakproduktegesetz nicht. Minderjährige machen sich daher selbst nicht strafbar, wenn sie vaped oder snusen. Die Weitergabe von Tabak- oder Nikotinprodukten durch Minderjährige an andere Minderjährige jedoch ist strafbar. Ausserdem ist es an manchen Orten verboten, Tabak und Nikotinprodukte zu konsumieren, so zum Beispiel laut Volksschulverordnung auf Schulgeländen im Kanton Zürich.

Sek-Schülerinnen und -Schülern ist oft nicht klar, dass sie sich unter Umständen gesetzeswidrig verhal-



Am Morgen liegt das Schulhaus Looren schon mal im Dunst. Von Vapes kommt dieser aber zum Glück nicht.

ten. Schliesslich kann man Vapes und Nikotinbeutel vielerorts kaufen, ohne auch nur nach dem Ausweis gefragt zu werden. Ganz so, als handle es sich um Äpfel oder ein Sandwich. Der Kauf im Internet ist naturgemäss gänzlich frei von Hürden. Ausserdem saugt bereits die komplette Peer-Group am Plastikröhrli. Also chill, Mann!

Tun, was die anderen tun

«Ich wurde in der Pause von einem Mitschüler aus der 3. Sek aufgefordert, mal an seiner Vape zu ziehen», erzählt mir ein Zweitsekler, der anonym bleiben möchte. «Ich wollte keinen Stress, also habe ich es gemacht. Es schmeckte schön süss. Ich habe mir dann auch eine Vape gekauft.» So einfach ist der Einstieg. Einweg-Vapes gibt es an fast jedem Kiosk für etwa 10 Franken. Oder beim nächsten Kollegen. «Es war kein Problem, eine Vape zu kaufen», erzählt der grossgewachsene Vierzehnjährige mit der tiefen Stimme, der mindestens drei Jahre älter wirkt, als er ist. «Ich bin einfach zum Kiosk gegangen und habe mir eine geholt. Niemand wollte meine ID sehen.»

Nikotinbeutel haben unter Jugendlichen eine besonders steile Karriere hingelegt. «Unter Jugendlichen aufgekommen ist Snus während der Coronazeit, denn hinter der Maske sah man nicht, dass Jugendliche einen Pouch im Mund hatten», berichtet Sonja Kessler, Fachmitarbeiterin Prävention der Suchtprävention Zürcher Oberland mit Sitz in Uster. Sie beobachtet seit zweieinhalb Jahren einen regelrechten Boom von Vapes und Nikotinbeuteln, auch in der Region Maur. 2022 konsumierten 13 Prozent der 15-jährigen Jungen innerhalb der letzten 30 Tage mindestens einmal Snus, das ist eine Verdoppelung seit 2018. Bei den weiblichen Jugendlichen stieg der Anteil von 1 Prozent im Jahr 2018 auf 6 Prozent 2022. Das hält die Schweizer HBSC-Studie

(Health Behaviour in School-aged Children) von 2022 fest. Sie erhob das Konsumverhalten von Kindern zwischen 11 und 15 Jahren.

«Wir sind nur vereinzelt mit Fällen von Vapen und Snuskonsum konfrontiert, sind jedoch wachsam und nehmen Vorfälle ernst», sagt David Wirth, Schulleiter der einzigen Maurer Sekundarschule Looren. «Ich behandle im Schnitt einen Vorfall pro Semester, damit ist das Thema in der Looren allerdings nicht prioritär. Meistens wird uns in solchen Fällen von Schülern gemeldet, dass jemand auf dem WC gevapt hat.» Der Umgang mit diesem Verhalten an seiner Schule sei klar, so Wirth: Vapes und Pouches werden eingezogen und die Eltern informiert. Neben einem Gespräch erfolgt ein schriftlicher Verweis im Schülerdossier. Die Schulregeln legen seit langem fest, dass Suchtmittel auf dem Schulareal und bei Schulanlässen verboten sind, egal, ob es um Zigaretten, Alkohol oder andere süchtig machende Substanzen geht.

Vapen betrifft in der Looren in der Tendenz eher Mädchen, Snus die Jungen, so Wirth. Die meisten betroffenen Schüler kommen aus der zweiten und dritten Sekundarstufe, aber in Einzelfällen seien auch schon Erstsekler und sogar Sechstklässler mit Vapen in Verbindung gebracht worden, betont Christina Müller, Schulsozialarbeiterin an

der Schule Maur. «2021 und 2022 poppte das Thema deutlich präsentiert auf, worauf wir uns noch stärker mit Suchtprävention auseinandergesetzt, Fact Sheets für Eltern und Schüler herausgegeben und Workshops in der sechsten Klasse und in der Sek durchgeführt haben. Snus war da noch kein Thema, es ging vor allem ums Vapen.»

Keine gesunde Alternative

Vapes und Nikotinbeutel sind nicht die gesunde Alternative zum Rauchen, das wissen inzwischen auch alle Kinder und Jugendlichen. «Die beiden wichtigsten Gründe für den Konsum, die wir bei den Schülerinnen und Schülern feststellen, sind Stress und Zugehörigkeit», erklärt Carina Marti, ebenfalls Schulsozialarbeiterin an der Schule Maur. «Wir besprechen gemeinsam bessere Strategien, aber ohne den drohenden moralischen Zeigefinger. Das Wichtigste ist, eine Beziehung zu den Schülern herzustellen, die einen Dialog ohne Vorwürfe ermöglicht.» Schwieriger ist es, mit dem Wunsch nach Aufmerksamkeit umzugehen. Der Druck, der Coolste oder die Krasseste zu sein, erhöht sich Richtung Pubertät von Jahrgangsstufe zu Jahrgangsstufe. Auch der Gruppendruck in der Peer-Group ist oft hoch. Doch es zeigt sich auch, dass Schülerinnen und Schüler sich zu wehren wissen. Es sei auch schon mal vorgekommen, dass ein Jugendlicher während einer Gruppenarbeit im Gruppenraum gevapt habe. Mitschülerinnen und Mitschüler haben dieses Verhalten aber nicht einfach toleriert, sondern gemeldet.

«Ihn haben wir über mögliche Folgen des Vapens aufgeklärt und auch die Eltern in den Aufklärungsprozess einbezogen», erinnert sich Müller. «Wer Suchtmittel nehmen will, bekommt und nimmt sie. Deshalb ist es so wichtig, mit den Jugendlichen im Gespräch zu bleiben und ihnen die Folgen der Substanzen und ihres Verhaltens aufzuzeigen. An der Sekundarschule werden

EDITORIAL

Liebe Leserin
Lieber Leser



Nutzen Sie KI? Falls ja: Waren Sie schon einmal damit konfrontiert, dass Ihr KI-Tool Ihnen eine sehr überzeugende Antwort oder Lösung für Ihre Frage oder Ihr Problem geliefert hat, von der Sie genau wussten, dass sie nicht stimmt? Um nicht zu sagen: Die KI spuckte gequirelten Blödsinn aus.

Haben Sie es dabei belassen und sich einfach gefreut, dass Sie es besser wissen? Haben Sie Ihre KI belehrt (und damit trainiert)? Oder waren Sie vielleicht sogar irritiert und mussten erst einmal recherchieren, wer nun tatsächlich recht hat, Sie oder KI?

Ein zwölfjähriger Flugzeugfreak erzählte mir bei einer Flugshow am Wochenende, seine KI habe behauptet, dass es noch zehn Exemplare der Maschine gebe, die vor uns auf dem Rollfeld stand. Dabei wisse er genau: Sie sei die einzige, die noch existiert! Gleich darauf belehrte er die Gesprächspartnerin in seinem Handy. Die bedankte sich artig und entschuldigte sich für den Fehler.

Meine Gedanken starteten einen Tiefflug durch die Philosophie: KI sucht nicht nur Informationen zusammen, sondern verbreitet auch Fake News. Mittlerweile prüfen wir Rechercheergebnisse genau. Gut so. Wohin gelangen wir aber, wenn unser Misstrauen auch die Wahrheit erfasst? Wenn wir die Orientierung im Dickicht der Daten verlieren und Tools uns sagen, was stimmt? Im schlimmsten Fall zeigen wir irgendwann jedes gestreifte Insekt als Asiatische Hornisse an – selbst wenn es nur eine Schwebfliege ist, die sich der wundervollen Technik der Mimikry bedient. Misstrauen als Lebensprinzip? Wir sollten stur dagegen andeuten, bevor wir das Denken noch verlernen.

Anne-Friederike Heinrich

LESEN SIE AUCH:

Telefonbetrug

8

Vorsicht bei Zeitdruck und Drohungen

Behördenapéro

11

Kick-off für die neue Legislatur

Persönlich

21

Bei Lucas Bindschädler dreht sich alles ums Holz

Hilfe, mein Kind vapt – was Eltern tun können

Bewahren Sie vor allem Ruhe und versuchen Sie, mehr über die Gründe zu erfahren. Es gibt nicht automatisch grosse Probleme, wenn Jugendliche Alkohol, (E-) Zigaretten und Cannabis probieren. Bei den meisten Jugendlichen bleibt es beim Ausprobieren.

Wenden Sie sich dennoch an die Schulsozialarbeit (SSA) der Schule Ihres Kindes oder an die Sucht-

prävention Zürcher Oberland. Die Suchtpräventionsstelle bietet weiterführende persönliche Beratung an, kostenlos und vertraulich, immer Dienstagnachmittag 14–17 Uhr und Donnerstagsvormittag 9–12 Uhr.

Infoline: 043 399 10 99
www.sucht-praevention.ch



Vapes machen schnell süchtig, vor allem Kinder und Jugendliche.

Bild: Shutterstock

von der Schulsozialarbeit spezifische Präventionslektionen in allen Klassen durchgeführt, in denen den Jugendlichen unter anderem vermittelt wird: Es ist okay, nicht mitzumachen und Nein zu sagen.»

Nein sagen ist schwer

Das ist allerdings gar nicht so einfach. Vor allem dann nicht, wenn rauchende und vapende Menschen zum alltäglichen Bild gehören. In der Schweiz greifen 24 Prozent der Bevölkerung regelmässig zum Glimmstängel. Die Zahlen waren zuletzt zwar leicht rückläufig, der Konsum neuer Tabakprodukte steigt aber. 2023 wurden über eine Milliarde Sticks für elektronische Geräte zur Erhitzung von Tabak verkauft. 2024 waren es fast 1,6 Milliarden Sticks. Bei den (Einweg-) E-Zigaretten sowie bei Snus und Nikotinbeuteln ist von einer ähnlichen Entwicklung auszugehen, auch wenn genaue Zahlen zum Verkauf von Vapes in der Schweiz fehlen. Von einem Verkaufsrückgang kann also keine Rede sein.

Besonders schwierig ist für Jugendliche das Neinsagen, wenn ihr direktes Umfeld zu Suchtmitteln greift. Vapen der grosse Bruder oder die Mutter, ist die Hemmschwelle sehr niedrig, auch zur E-

Zigi zu greifen. «Für uns sind der Austausch und die Zusammenarbeit mit den Eltern unserer Schülerinnen und Schüler sehr wichtig», betont David Wirth. Er empfiehlt, dass Eltern das Gespräch mit ihren Kindern suchen, ihnen erklären, warum sie vom Vapen abraten, und sich mit den Lehrpersonen und den Schulsozialarbeiterinnen austauschen.

Umwelt vor Gesundheit

Oft sind die Auswirkungen auf ihre Gesundheit für vapende und snusende Jugendliche sehr weit weg. Sie sind zu jung, um sich darüber Sorgen zu machen, dass sie einmal Mundhöhlenkrebs bekommen könnten. «Wenn wir aber mit den Folgen von Vapen und Snusen für die Umwelt argumentieren, zeigen sich viele Jugendliche plötzlich einsichtig.» Darüber staunt Sonja Kessler von der Suchtprävention Zürcher Oberland des Öfteren. «Wenn Jugendliche erfahren, dass der Konsum von Nikotinprodukten umweltschädlich ist, weil Anbau, Produktion und Entsorgung von Tabak Pflanzen und Tiere gefährden sowie wichtige Ressourcen wie Land und Holz verbrauchen, legen sie oft die Vape gleich beiseite.»

Was zeigt: Wer sich ernsthaft mit der Lebenswelt von Sekundarschü-

lern auseinandersetzt und sich in sie hineindeguckt, findet auch Hebel, die vor dem Konsum von Suchtmitteln zu schützen.

Junge Menschen schützen

Helfen könnte auch, den Zugang zu Vapes und Nikotinbeuteln weiter zu erschweren, zum Beispiel indem man sie verteuert oder Alterskontrollen verschärft respektive wirklich durchführt. Die Erhöhung der Tabaksteuer hat sich neben Beschränkungen von Werbung und Marketing für Tabakprodukte als wirksamstes Mittel gegen das Rauchen erwiesen. Das dürfte auch bei Vapes und Nikotinbeuteln funktionieren. Aktuell haben Minderjährige das fatale Vape-Gerät viel zu einfach, schnell und kostengünstig in der Hand oder ein Bökli mit Pouches in der Tasche. Ist der Kioskbetreiber doch einmal wachsam und verlangt die ID, schaffen wenige Klicks im Internet das meiste Gewünschte herbei.

Ein Lichtblick ist die anstehende Revision des Tabakproduktegesetzes. Ab 2027 werden die Massnahmen zur Einhaltung des Jugendschutzes verschärft; eine deutlich strengere Alterskontrollpflicht im Onlinehandel wird eingeführt. Dann

muss für einen Kauf im Internet nicht nur der amtliche Ausweis vorgelegt werden, die Alterskontrolle muss auch zuverlässig sein. Dass der Kaufende sein Alter selbst einfach angibt, ist dann nicht mehr möglich. Zudem erarbeitet der Bundesrat gerade einen Gesetzesartikel, der ein Verbot von Einweg-E-Zigaretten in der Schweiz enthält. National- und Ständerat haben dem Verbot zugestimmt. Der Bundesrat hat nun zwei Jahre Zeit, eine entsprechende gesetzliche Regelung auszuarbeiten.

Und Cannabis?

Ob die Legalisierung von Cannabis, wie sie die Schweiz für kommendes Jahr plant, mit dem Blick auf Jugendliche der richtige Weg ist, muss mit einer gehörigen Portion Skepsis beobachtet werden. Kinder- und Jugendpsychiater warnen eindringlich vor den möglichen Auswirkungen dieses Schrittes auf die Jüngsten in unserer Gesellschaft. Einfach zur Erinnerung: Bis 2019 war der Verkauf von Snus in der Schweiz verboten. Ein Bundesgerichtsentscheid vom Mai 2019 hob dieses Verbot jedoch auf.

Text und Bilder:

Anne-Friederike Heinrich



Wer zu viele Rauschmittel konsumiert, kann vielleicht nicht einmal mehr «Looren» buchstabieren.

Wie kann ich aufhören? – Hilfe für Jugendliche

Wenn Vape oder Pouches für dich immer wichtiger werden, wende dich an eine Vertrauensperson, zum Beispiel an deine Eltern, eine Lehrperson oder die Schulsozialarbeit.

Die Infoline der Suchtprävention Zürcher Oberland und Selbsttests bieten dir zudem die Möglichkeit, dich zu informieren und deinen Konsum besser einzuschätzen:

**Infoline : 043 399 10 99
(Dienstag 14–17 Uhr und
Donnerstag 9–12 Uhr)
[www.sucht-praevention.ch/
selbsttests](http://www.sucht-praevention.ch/selbsttests)**

Auch folgende 24-h-Beratungsstellen für Jugendliche unterstützen dich anonym und kostenlos:

**147.ch oder Telefon 147 sowie
jugendberatung.me**

Wie merke ich, ob mein Kind Suchtmittel konsumiert?

Beobachten Sie Ihr Kind. Sprechen Sie es an, wenn Sie Rauch, süsslichen Vapegeruch oder Alkohol riechen.

Weitere Anzeichen, dass etwas nicht so gut laufen könnte:

- Die Leistungen in der Schule lassen plötzlich nach.
- Der Schlafrythmus verändert sich.
- Das Kind zieht sich neuerdings zurück und weicht aus.
- Es verliert das Interesse an Hobbys und Freundschaften.
- Es hat starke Gefühlsschwankungen, leidet unter Lustlosigkeit.
- Das Kind ist oft traurig.
- Es hat Geldsorgen.