



**EXPERIMENT
NICHTRAUCHEN**

Das Magazin zum Experiment Nichtrauchen
www.experiment-nichtrauchen.ch

Nummer 31, Juni 2014



DIE PREISÜBERGABE IM KANTON NEUENBURG

EXPERIMENT NICHTRAUCHEN – WIE GEHT ES WEITER?

Liebe Schülerinnen und Schüler

Sicher seid ihr mit euren Gedanken schon fast in den Sommerferien! Zeit, sich endlich zu erholen, aber je nachdem besteht auch die Gefahr, vielleicht beim Feiern doch mal eine angebotene Zigarette nicht abzulehnen. Nun, bleibt stark, denn ihr wisst ja jetzt, wie schnell eine Zigarettenabhängigkeit eintreten kann.

Wir blicken wiederum auf einen erfolgreichen Wettbewerb zurück mit über 50 000 Teilnehmerinnen und Teilnehmern aus der ganzen Schweiz. Der Tabakpräventionsfonds stellt uns weiterhin die notwendigen Mittel zur Verfügung, um den Schulklassenwettbewerb auch in den beiden kommenden Schuljahren anbieten zu können. Wir freuen uns bereits auf die nächste Runde Experiment Nichtrauchen 2014/2015. Für alle künftigen Sechst- bis Neuntklässler (HarmoS-Zählung 8. bis 11. Klässler) startet der Wettbewerb am 10. November 2014. Eure Lehrer/eurer Lehrer erhält

die Anmeldeunterlagen per Post zugestellt. Ab September sind Anmeldungen möglich auf www.experiment-nichtrauchen.ch.

Wir danken euch für eure Teilnahme am Experiment Nichtrauchen 2013/2014. Einige von euch verlassen jedoch in diesem Sommer die Schule und gehen einen neuen Weg. Euch wünschen wir alles Gute und hoffen selbstverständlich, dass ihr euch endgültig zum rauchfreien Leben entschieden habt. Lernende können beim Projekt «Rauchfreie Lehre» www.rauchfreielehre.ch mitmachen.

Wir wünschen euch schöne Sommerferien und bis bald.

EUER TEAM
**EXPERIMENT
NICHTRAUCHEN**

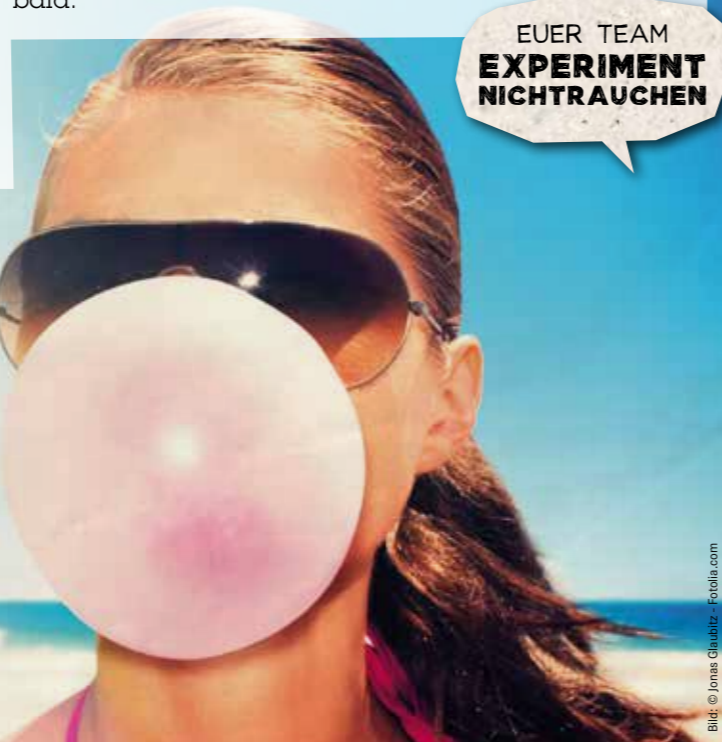


Bild: © Jonas Glauz - Fotolia.com

ZWISCHENWETTBEWERB OXY 30

Die folgenden Oxy-Leserinnen und Leser haben die Wettbewerbsfragen richtig beantwortet und einen Gutschein im Wert von Fr. 50.- von SportXX gewonnen: Mischa Kälin, Bilten / Geraldine Wey, Altbüren / Fabio Steffan, Gersau / Anina Gunawardena, Lachen / Yannick Brunner, Zuchwil / Anja Holzer, Sachsels / Silas Beshay, Dietikon / Joana Filipa Pinho Vita, Granges-Paccot / Lucy Kart, Léchelles / Georgy Karavaev, Campione

Wir wünschen viel Spass beim Sport ohne Rauch!

SERVICE

AG Lungenliga Aargau
Gesundheitsförderung und
Tabakprävention
Telefon 062 832 40 14
Departement Gesundheit
und Soziales DGS
Kantonsärztlicher Dienst
Sektion Präventivmedizin
und Gesundheitsförderung
Telefon 062 835 29 60

AR Departement Gesundheit
Beratungsstelle für Suchtfragen
Telefon 071 791 07 40

AI Gesundheits- und Sozialdepartement
Kommission für Gesundheitsförderung
Telefon 071 788 94 52

BS Gesundheitsdepartement des Kantons
Basel-Stadt, Abteilung Prävention
Kinder- und Jugendgesundheitsdienst
Telefon 061 267 45 20

BL Lungenliga beider Basel
Fachstelle Tabakprävention
Telefon 061 927 91 25

BE Berner Gesundheit
Zentrum Bern
Telefon 031 370 70 70
Zentrum Jura bernois-Seeland
Telefon 032 329 33 70
Zentrum Oberland
Telefon 033 225 44 00
Zentrum Emmental-Oberaargau
Telefon 034 427 70 70

FR CIPRET Freiburg
Fachstelle Tabakprävention
Telefon 026 425 54 10

GL Lungenliga Glarus
Telefon 055 640 50 15

GR Gesundheitsamt Graubünden
Gesundheitsförderung und Prävention
Telefon 081 257 64 05
Krebsliga Graubünden
Telefon 081 252 50 90

LU Akzent
Prävention und Suchttherapie
Telefon 041 420 11 15

OW Lungenliga Unterwalden
Telefon 041 670 20 02

NW Gesundheitsförderung und Integration
Telefon 041 618 75 93

SH Fachstelle für Gesundheitsförderung
Prävention und Suchtberatung
Telefon 052 633 60 10

SO Lungenliga Solothurn
Fachstelle Prävention und
Gesundheitsförderung
Telefon 032 628 68 29

SG Gesundheitsdepartement
Amt für Gesundheitsvorsorge
ZEPRA
Telefon 058 229 87 60

Lungenliga St. Gallen
Kompetenzzentrum Tabakprävention
Telefon 071 228 40 25

SZ Lungenliga Schwyz
Telefon 055 410 55 52
gesundheit schwyz
Gesundheitsförderung und Prävention
Telefon 041 859 17 27

TG Lungenliga Thurgau
Telefon 071 626 98 98

UR Amt für Volksschule
Gesundheitsförderung Uri
Telefon 041 500 47 27
Lungenliga Uri
Telefon 041 870 15 72

VS CIPRET Wallis
Telefon 027 948 46 42

ZG Gesundheitsamt des Kantons Zug
Gesundheitsförderung und Prävention
Telefon 041 728 35 20
Lungenliga Luzern-Zug
Telefon 041 429 31 10

ZH Fachstelle für Tabakprävention
Züri Rauchfrei
Telefon 044 262 69 66

Fürstentum Liechtenstein
Amt für Soziale Dienste
Kommission für Suchtfragen
Telefon +423 236 72 72

Ab ins Web:
Hier findet ihr interessante Links zum
Thema Rauchen. Schaut doch mal rein:
www.at-schweiz.ch
www.feelok.ch
www.smokefree.ch
www.feelreal.ch

**Arbeitsgemeinschaft
Tabakprävention**
Telefon 031 599 10 20
Fax 031 599 10 35
info@at-schweiz.ch
www.at-schweiz.ch

HERZLICHE GRATULATION NACH LA CHAUX-DE-FONDS

Im Kanton Neuenburg haben die Klassen 8tr112 aus La Chaux-de-Fonds, 9ma11 aus Peseux und 9pp3 aus Le Locle den nationalen Wettbewerb gewonnen – bravo! Es gibt in Neuenburg aber noch für andere Grund zum Jubeln: Die Teilnehmerklassen des Experiments Nichtrauchen konnten hier nämlich auch bei einem kantonalen Wettbewerb mitmachen. Sie mussten dafür ein Plakat oder einen Videoclip fabrizieren zum Thema Tabakkonsum. Gewonnen haben mit ihrem Film die Schülerinnen und Schüler der Arbeitsgruppe 1 der Schule «La Grande Ourse» in La Chaux-de-Fonds. Der Text wurde von Malou Graf verfasst.



Bild: David Bares

Warum gibt es in Neuenburg gleich zwei Wettbewerbe zum Experiment Nichtrauchen, einen nationalen und einen kantonalen? «Wir wollen damit den Jugendlichen einen zusätzlichen Ansporn geben, dem Tabakkonsum abzuschwören», sagt Emmanuelle Mundry Mentha dazu. Sie ist in Neuenburg als Präventionsfachfrau bei «Vivre sans fumer» verantwortlich für das Projekt.

Am 15. Mai fand die Preisverleihung in der Schule der Gewinnerinnen und Gewinner des kantonalen Preises, im Collège «La Grande Ourse» in La Chaux-de-Fonds, statt.

Zuerst orientierte Emmanuelle Mundry Mentha über das Experiment Nichtrauchen und präsentierte Zahlen und Fakten zum Tabakkonsum von Jugendlichen in der Schweiz.

Dann konnten sich alle die Plakate der Schülerinnen und Schüler ansehen. Der kantonale Wettbewerb 2013/2014 stand unter dem Motto «Tabak und Umwelt». Die Klassen konnten entweder Plakate gestalten zu diesem Thema oder einen Videoclip drehen. Es waren ihnen für die Umsetzung keine Grenzen gesetzt – ausser einer: Keine Zigarettenmarke durfte namentlich erwähnt sein, keine Zigarettenpackung für die Gestaltung benutzt werden. Es soll schliesslich nicht unfreiwillig noch Werbung fürs Rauchen gemacht werden!

Die drei Klassen, die am kantonalen Wettbewerb mitgemacht haben, sind alle mit einem Videoclip ins Rennen gestiegen. Die siegreiche Klasse erhielt einen REKA-Gutschein im Wert von 300 Franken.

Es folgte die Übergabe der Preise an alle Gewinnerklassen aus dem Kanton Neuenburg – und nicht zuletzt: ein Apéro mit Snacks, Dipp-Gemüestängeln und etwas zum Trinken.

Mehr Informationen gibt es hier:
www.vivre-sans-fumer.ch/experienconfumeur

Der Film der Arbeitsgruppe 1 kann hier angeschaut werden:
<http://youtu.be/sZ1ielBhMvY>

Und alle Gewinnerklassen des Wettbewerbs 2013/2014 sind hier aufgeführt:
<http://www.at-schweiz.ch/de/startseite/experiment-nichtrauchen>

SIND E-ZIGARETTEN HARMLOS?

Oder ist der Konsum von E-Zigaretten eine Falle, die zuschnappen kann?

Die Tabakindustrie stellt das Rauchen als coole Sache dar: Rauchwolken schweben in der Luft, sexy Blicke treffen sich, eine Zigarette steckt lässig zwischen den Fingern. Doch Zigaretten sind als Suchtstängel in Verruf geraten. Auch Filmstars, die rauchen, zeigen sich in der Öffentlichkeit meist ohne Zigarette. Das ist schlecht für das Geschäft der Tabakindustrie.

Zurück in die Vergangenheit?

Aber jetzt sind immer mehr Filmstars mit einer E-Zigarette in der Hand zu sehen, unter anderem Leonardo DiCaprio und Johnny Depp. Werden diese Stars zu neuen Vorbildern, die Jugendliche zum Konsum von E-Zigaretten verleiten sollen? Führt uns die Tabakindustrie zurück in frühere Zeiten, als 70 Prozent der Männer rauchten und auch immer mehr Frauen zur Zigarette griffen?

Stellt euch vor, die Hälfte der Leute im Restaurant oder auf der Strasse hätte eine E-Zigarette im Mund. Soll mit der E-Zigarette das Rauchen wieder zu einem alltäglichen Bild werden? Nein danke. Die Mehrheit der Leute lebt rauchfrei. Das gilt für Junge und Alte.

Ausprobieren und hängen bleiben?

Der Weg von der E-Zigarette zur Tabakzigarette kann sehr kurz sein. Statt einer E-Zigarette zur Abwechslung mal eine Tabakzigarette ausprobieren, scheint harmlos zu sein. Aber vielen Jugendlichen ist schon die erste Zigarette zum Verhängnis geworden. Denn die Suchtwirkung des Nikotins ist so stark wie bei Kokain oder Heroin.

12 Prozent der 15-Jährigen rauchen täglich, zwischen Jungen und Mädchen gibt es keine Unterschiede. Davon zünden vier von fünf die erste Zigarette schon vor dem Mittagessen an. Das zeigt: Nikotin macht schneller abhängig als viele denken.

In der Schweiz

Im Handel sind in der Schweiz nur E-Zigaretten ohne Nikotin erhältlich. E-Zigaretten mit Nikotin dürfen zum persönlichen Konsum in begrenzten Mengen aus dem Ausland eingeführt werden.

Bus, Tram, Zug ohne E-Zigaretten

Der Verband öffentlicher Verkehr hat auf den Fahrplanwechsel von Dezember 2013 in den Verkehrsmitteln den Gebrauch von E-Zigaretten untersagt. Zum Verband gehören 127 Transportunternehmen, unter anderem die SBB und PostAuto Schweiz.



Kantonale Tabak- und Suchtpräventionsfachstellen, Krebs- und Lungenligen

OXY – Das Magazin zum Experiment Nichtrauchen
Herausgeberin: Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention Schweiz AT, Haslerstrasse 30, 3008 Bern
Redaktion: Patricia Götti, götti kommuniziert, Nicolas Broccard, Büro Context und die Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention Schweiz
Auflage: 53'000 in Deutsch, 6'100 in Französisch, 2'400 in Italienisch
Gestaltung: cR Kommunikation AG, Bern
Bild Titelseite: David Haas, Bern
Druck: Albrecht Druck, Obergerlafingen

Die Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention Schweiz AT führt den Wettbewerb zusammen mit den kantonalen Tabak- und Suchtpräventionsstellen sowie den kantonalen Krebs- und Lungenligen durch. Experiment Nichtrauchen wird vom Tabakpräventionsfonds finanziert.