

Wie viel ist zu viel?

Franziska Ulrich, Kommunikationsverantwortliche Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland

Spontan haben sich Passantinnen und Passanten den Fragen des Alkohol-Quiz gestellt und sich damit einen alkoholfreien Feierabenddrink verdient.

Eine Gruppe Jugendlicher fachsimpelt gemeinsam über die Frage: «Was wird bei regelmässigem Alkoholkonsum grösser?» Klar, die Brüste, aber nur bei Männern. Übermässiger Alkoholkonsum senkt den Testosteronspiegel und hat viele Kalorien, ideale Voraussetzungen für unerwünschte Männerbrüste. Nicht ganz freiwillig am Aktionsstand vorbeigeschaut, weil geschickt von ihrem Gymnasiallehrer, ziehen sie mit neuen überraschenden Erkenntnissen an die FunkyBar weiter.

Gute Alkoholprävention ist, wenn es uns gelingt, Menschen so zu informieren, dass sie das Risiko einschätzen und Alkohol verantwortungsbewusst konsumieren können.

«Frage beantworten und FunkyDrink erhalten» lockt das Plakat vor der Post Uster am diesjährigen nationalen Aktionstag Alkoholprobleme: Mit den humorvollen Fragen des Alkohol-Quiz des Bundesamtes für Gesundheit ausgerüstet, sprechen wir an einem sonnigen 24. Mai um 16 Uhr Jung und Alt in der belebten Einkaufspassage an.

Auch Mütter und Väter mit bepackten Kinderwagen sind bereit zum Fragespiel: «Was kann man besser, wenn man getrunken hat? Schnarchen, durchschlafen, einschlafen?» Das Eis bricht schnell, wir kommen ins Gespräch, informieren zur Aktion, beantworten Fragen. Wer am Quiz teilnimmt, erhält dieses als Dankeschön im Kleinformat mit auf den Weg, um weiterzuspielen und sich Wissen zum Umgang mit Alkohol anzueignen. Davon dürfen sich Mitmachfreudige an der FunkyBar unter dem Zeltdach mit einem alkoholfreien Drink erfrischen.

Nicht alle haben Zeit und Musse an diesem Spätnachmittag für Fragequiz und gemütlichen Feierabenddrink. Viele Passanten sind in Eile, ihre Einkäufe rasch

zu erledigen, sind auch nicht gewohnt, dass ihnen für einmal zwischen Post und Einkaufszentrum nicht ein Sonderangebot aufgedrängt wird oder sie für einen guten Zweck spenden sollen. So bleibt es bei einigen beim Schauen und zögerlichen Vorbeigehen.

Mit Witz und Humor die Distanz zum Thema brechen

Das Organisationsteam der Standaktion am nationalen Aktionstag Alkoholprobleme ist sich einig: Die Aktion, in Zusammenarbeit mit der kantonsweit tätigen Fachstelle ASN – Am Steuer Nie, ist geglückt. Auf niederschwellige und humorvolle Art konnten wir zum Thema Alkohol sensibilisieren: Erwerbstätige, Renter und Rentnerinnen, Jugendliche und Familien waren spontan bereit, am Alkohol-Quiz mitzumachen und sich anschliessend an der FunkyBar einen Drink mixen zu lassen. Mit rund 100 Personen sind wir zwischen 16 und 19 Uhr ins Gespräch gekommen. Über 80 alkoholfreie Cocktails sind in diesem Zeitraum ausgegeben worden. In der Sitzecke lagen zudem Postkarten mit der Botschaft «Freunde. Unverzichtbar. Beziehungen sind ein wirksamer Schutz vor Sucht.» zum kostenlosen Versand auf. Etliche Postkartengrüsse an Grosseltern, den Partner oder die Nachbarin fanden so den Weg in den Briefkasten und waren eine weitere einfach zugängliche Präventionsmassnahme.

«Gute Alkoholprävention ist, wenn es uns gelingt, Menschen so zu informieren, dass sie das Risiko einschätzen und Alkohol verantwortungsbewusst konsumieren können. Mit Witz und Humor konnten wir mit der Aktion die Distanz zum Thema brechen und die Leute bei ihrem Wissensstand abholen», so Raphaela Hügli, Projektleiterin der Aktion und Fachmitarbeiterin der Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland. Wir bleiben dran.

www.sucht-praevention.ch/dialog
www.amsteuernie.ch