


## JUGEND, FREIZEIT: DER GAMER UND DIE INSTA-QUEEN



«Nach Wodka und Red Bull  
hat man kein Kopfweh»

-> Seite 10

Was hat Sucht  
mit Ethik zu tun?

-> Seite 13



# INHALT

3  
Editorial

3  
Wichtige Termine

4  
Tipps von Angehörigen zu Angehörigen

5  
40. GV der ada-zh: Die Angehörigenarbeit bei Suchtkranken ist wichtiger denn je

5  
Gegen das Vergessen

6  
Dampfen darf nicht das neue Rauchen werden



7  
Überlegungen ohne Anspruch auf Wissenschaftlichkeit

8  
Drogen und Strassenverkehr  
Die Verkehrstherapeutin ist erstaunt über das Unwissen der fehlbaren Autofahrer hinsichtlich Drogenwirkung.

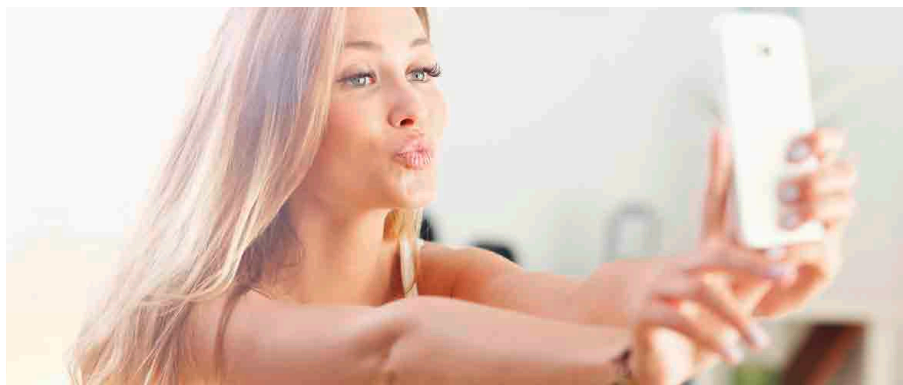
2

10  
Nach Wodka und Redbull hat man kein Kopfweh  
Wir sprachen mit einem Partygänger und haben Erstaunliches gehört.



13  
Freiheit und ihre Grenzen  
Dr. Julia Wolf ist Mitglied der Eidg. Kommission für Suchtfragen. Perspektiven hat sie zum Gespräch getroffen.

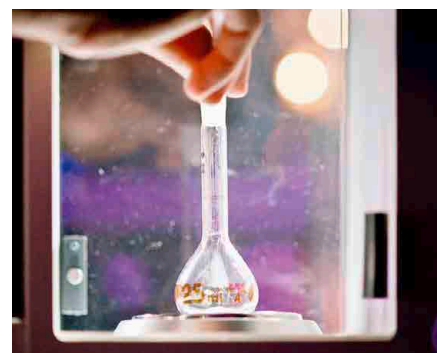
17  
Der Gamer und die Insta-Queen  
Regine Rust, Leiterin der Suchtfachstelle St. Gallen, über das Verhalten von Mädchen und Knaben bezüglich ihrem Verhalten in den sozialen Medien und Gamen im Internet.



18  
Allein oder mit andern  
Wir stellen den neuen Roman von Theres Roth-Hunkeler vor.

20  
Prävention und Schadenminderung in der Nacht: Ein europäischer Ausblick  
Alexander Bücheli, profunder Kenner der Szene, über psychoaktive Substanzen im Nachtleben, Prävention und Schadenminderung.

24  
Wenn schon, dann ein paar Regeln beachten  
Streetwork Zürich berät und begleitet junge Menschen in Krisensituationen – auch im Umgang mit Drogen.



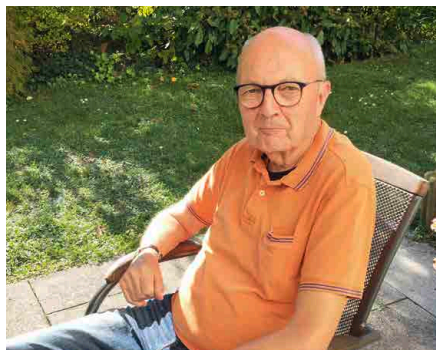
27  
Tour d'Horizon bei Infodrog  
Alle reden von MDMA, Partydrogen – und niemand weiss genau, was das ist. Infodrog muss es wissen. Wir sprachen mit Dominique Schori.

30  
Reise zum Nordkap gescheitert  
Eine Geschichte über eine unerwartete und sehr belastende Situation.

31  
Impressum

# LIEBE LESERIN, LIEBER LESER.

Editorial



Haben Sie sich auch schon einmal darüber Gedanken gemacht, ob legale oder illegale Drogen schädlicher sind? Was verwerflicher ist, wenn eine junge Mutter am Sandkastenrand einen Joint raucht oder auf der Bank dahinter zwei Freundinnen sich ein Gläschen Prosecco genehmigen?

Immerhin sind wir in dieser scheinbar unendlichen Diskussion einen Schritt weiter gekommen: Cannabis soll legalisiert werden. Das empfiehlt die Eidgenössische Kommission für Suchtfragen dem Bundesrat. Neu plädiert sie nicht nur für einen straffreien Konsum, sondern auch für einen legalen, regulierten Markt: «Das Wissen über die Hanfpflanze und die daraus gewonnenen psychoaktiven Substanzen habe

sich stark erweitert», schreibt die Kommission. Sie verweist auch auf Erfahrungen im Ausland. Die Legalisierung von Cannabis habe in verschiedenen Ländern eine Entwicklung von regulierten Märkten und eine Professionalisierung (sprich weniger verunreinigte Ware – Red.) der Produktion ermöglicht.

Reden wir einmal von Zahlen: Jährlich sterben in der Schweiz 9'500 Personen an Raucherkrankheiten, dazu kommen 1'600 Alkoholtote und 136 Drogentote. Martin Vetterli schreibt dazu im Beobachter: «Aber Tote kann man nicht ernstlich gegeneinander aufrechnen. Jeder vorzeitige Todesfall ist einer zu viel. Die Statistik sagt nur, wie gefährlich Nikotin und Alkohol sind».

Wissen und Eigenverantwortung sind also gefragt. Dazu sagt Frau Dr. Julia Wolf im Interview in dieser Ausgabe von PerSpektiven: «Der erwachsene Mensch sollte das Recht haben, darüber frei zu bestimmen, solange er anderen damit keinen Schaden zufügt. Der Mensch hat das Recht, auch unvernünftig sein zu dürfen. Niemand kann dem Menschen vorschreiben, was das Beste für seine Situation ist. Der erwachsene Mensch soll selber in der Lage sein, die

Folgen seines Tuns und Lassens abzuwägen – und die Verantwortung dafür zu übernehmen».

Gegner einer Regulierung argumentieren oft mit Scheingründen, Scheinwissen und Traditionen – oder – ökonomischen Kriterien. Der Staat glaubt, seine Bürger schützen zu müssen, damit sie ihm später nicht auf der Tasche liegen. Derselbe Staat redet aber nicht von den Steuermillionen, die ihm durch die Illegalität entgehen, den Aufwand, den er für Justiz, Polizei und Gesundheitswesen aufbringen muss, ohne dafür entschädigt zu werden.

Es ist also langsam Zeit, umzudenken. Regulierung von Cannabis bringt das Ende von Rechtsunsicherheit, unnötiger Stigmatisierung und schafft Nutzen – für alle.

Ich wünsche Ihnen eine gute Lektüre.

Erwin Sommer, Chefredaktor

## AGENDA

### Wichtige Termine

#### Seminare

CRAFT Seminar:

**Kompakt-Seminar für Angehörige  
– geschickt Einfluss nehmen**  
3.6./17.6. 18.15 – 19.35 Uhr  
in Zürich

**ACT Seminar: Achtsam und gelassen  
das Leben meistern**

16.10./30.10./13.11./27.11.2019

#### Themenabende

**Wolfgang Weigand, Theologe und**

**Coach: Trauer und Abschied**

31.10./7.11.2019,  
18.30 – 20.00 Uhr in Zürich

#### ada-zh und arud

**Crystal Meth/Partydrogen**

Herbst 2019

**Auskünfte und Anmeldung ada-zh: 044 384 80 10**

### ADA-ZH LEISTUNGSBERICHT



Dieser Ausgabe liegt der Leistungsbericht von ada-zh bei. Darin finden Sie alle Zahlen und Fakten über unsere Tätigkeit 2018. Für Ihre Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Rufen sie uns an!

Auskünfte unter  
044 384 80 10