



3. St.Galler Symposium Suchtprävention

LEISTUNGSDRUCK UND SUCHTMITTEL

**Donnerstag, 30. Mai 2024, 14.00 – 17.30 Uhr
Klubschule Migros Ostschweiz, St.Gallen**



ZEPRA PRÄVENTION
UND GESUNDHEITSFÖRDERUNG

LEISTUNGSDRUCK UND SUCHTMITTEL

Alltagsbewältigung durch psychoaktive Produkte – und wo die Prävention ansetzen kann

Ein hektischer Alltag, berufliche Herausforderungen oder gesellschaftlicher Leistungsdruck – all das kann Stress auslösen. Wie Menschen damit umgehen, ist sehr unterschiedlich. Nicht selten wird zur Stressbewältigung zu Suchtmitteln gegriffen. Substanzen wie Alkohol, Cannabis oder Beruhigungsmittel, aber auch Games oder Glücksspiele zählen zu den psychoaktiven Produkten. Diese werden oft zur kurzfristigen Entspannung und zum «Abschalten» genutzt. Erfolgsdruck kann unter anderem dazu führen, dass Menschen mittels Stimulanzien wie Kokain oder Ritalin versuchen ihre Leistungsfähigkeit zu steigern. Wie hoch das individuelle Risiko ist, bei Stress zu Suchtmitteln zu greifen, ist von vielen Faktoren abhängig, z. B. dem beruflichen und sozialen Umfeld, Persönlichkeitsmerkmalen, dem eigenen Gesundheitszustand oder vorhandenen Unterstützungsmöglichkeiten. Das Symposium Suchtprävention 2024 thematisiert die komplexen Zusammenhänge zwischen Sucht und Stressbewältigung und zeigt wirksame Präventionsansätze auf.

PROGRAMM

13:30 Uhr **Eintreffen**

14:00 Uhr **Begrüssung und Einführung** durch Tagesmoderatorin, **Sonja Hasler** und **Dr. med. Karin Faisst**,
Leiterin Amt für Gesundheitsvorsorge des Kantons St.Gallen

14:20 Uhr **Inputreferat 1:**

Psychoaktive Substanzen als erste Hilfe – Motive, Wirkungen und Konsummuster

Psychoaktive Substanzen werden unter anderem konsumiert, um die Leistung zu steigern, Emotionen zu regulieren, sozial zugänglicher zu werden oder um das psychische Wohlbefinden zu verbessern. Die Präsentation fokussiert auf diese unterschiedlichen Motive und beleuchtet typische Substanzen, die damit verbundenen Risiken sowie Konsummuster.

Dominique Schori, Leiter Drogeninformationszentrum Zürich (DIZ)

14.50 Uhr  **Zeit für individuellen Austausch**

15.10 Uhr **Inputreferat 2:**

Militärdienst – ein Einstiegstor in den Suchtmittelkonsum?

Der Übergang vom zivilen Leben zum Militärdienst geht mit Veränderungen im sozialen Umfeld einher. Zudem sind Armeeangehörige teilweise hohen Belastungen und stressigen Situationen ausgesetzt. Im Referat werden Ressourcen und Massnahmen vorgestellt, welche die Schweizer Armee zur Förderung der psychischen Gesundheit und zur Vorbeugung von Suchtproblemen bereitstellt und in ihrer Wirksamkeit überprüft.

Dr. Nadine Eggimann Zanetti, Psychologin an der Militärakademie der ETH Zürich,
Psychologisch-Pädagogischer Dienst der Armee

15.40 Uhr  **Zeit für individuellen Austausch**

16:00 Uhr **Inputreferat 3:**

«Let's Talk About Sex And Drugs» – Substanzgebrauch und Leistungsgesellschaft

Welche Substanzen nutzen, was konsumieren wir? Welche Intentionen und Promotoren liegen dieser Kultur zu Grunde? Was wird ausgelöst, neurobiologisch und im gesellschaftlichen Kontext? In welchem Kontrast steht das zu unseren Bedürfnissen? Wodurch werden diese konditioniert? Welche Konsequenzen erwachsen daraus und wie beeinflussen diese unsere Arbeit im präventiven, aufsuchenden Bereich, therapeutischen, rehabilitativen Setting oder in Forschung und Politik? Und wie hat das alles mit Sex zu tun?! Das Beispiel des sexualisierten Substanzgebrauchs eröffnet einen Einblick in zugrunde liegende Intentionen sowie gesellschaftliche Normen und deren damit verbundene Erwartungshaltungen.

Dr. med. Martin Viehweger, Aktivist für sexuelle Gesundheit und Arzt für Infektiologie in Berlin und Zürich

16.30 Uhr



Zeit für individuellen Austausch

16.50 Uhr

Podium mit Publikumsbeteiligung, moderiert durch **Sonja Hasler**

Die Referenten blicken zum Abschluss der Veranstaltung gemeinsam auf die Handlungsfelder der Prävention. Was kann die Prävention unternehmen, um suchtpotentielle Handlungen als Bewältigungsoptionen gegen Druck und Stress zu vermeiden? Wer kann und soll hier einen präventiven Beitrag leisten?

17.20 Uhr

Schlusswort, **Dr. med. Karin Faisst**

17:30 Uhr

Apéro

REFERIERENDE



Dominique Schori leitet seit 2020 das Drogeninformationszentrum (DIZ) der Stadt Zürich. Nachdem er in den unterschiedlichsten Funktionen und Settings im Suchtbereich gearbeitet hat, hat er an der Universität Zürich Philosophie, allgemeine Geschichte und Germanistik studiert. Er ist in seiner Funktion als Leiter des DIZ als Experte in verschiedenen nationalen und internationalen Gremien tätig.



Dr. Nadine Eggimann Zanetti, promovierte Persönlichkeitspsychologin, lehrt und forscht an der Militärakademie der ETH Zürich im Bereich der Militärpsychologie und -pädagogik und an der Fachhochschule Nordwestschweiz. Sie ist ausserdem Miliz-Fachoffizier im Psychologisch-Pädagogischen Dienst der Armee, ausgerichtet auf psychologische Dienstleistung in Truppenpsychologie, Individualberatung und Notfallpsychologie.



Dr. Martin Viehweger, 1992*(gefühl) 1958*(gedanklich) 1982*(Passport) ist Aktivist für sexuelle Gesundheit und Arzt für Infektiologie in Berlin und Zürich. Er ist Gastdozent an den Universitäten Charité, MHB Brandenburg, der kritischen Medizin in Jena und Rostock, Referent der Deutschen Aidshilfe und agogischer Berater für Konsumreflektion und Drug-Checking im DIZ, Zürich.

MODERATION



Sonja Hasler ist Theologin und Moderatorin beim Schweizer Radio und Fernsehen SRF. Sie moderierte das Politmagazin «Rundschau», die «Arena» und die Radio-Talk-Sendung «Persönlich». Heute ist sie Produzentin der Frühsendung bei Radio SRF 1 und arbeitet als freie Moderatorin.

Tagungsort

Klubschule Migros Ostschweiz | Bahnhofplatz 2 | 9000 St.Gallen | Historischer Saal
www.klubschule.ch

Anmeldung

www.zepra.info/symposium2024

Anmeldeschluss: 8. Mai 2024

Die Tagungsgebühr beträgt Fr. 50.–

Wegen beschränkter Platzzahl werden die Anmeldungen in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt.

Organisation und Kontakt

Amt für Gesundheitsvorsorge | ZEPRA | Fachstelle Suchtprävention | Unterstrasse 22 | 9001 St.Gallen
058 229 87 60 | zepra@info.sg | www.zepra.info

