

Rauchfreier Start in die Berufslehre – rauchfrei bleiben

Das kantonale Gesundheitsförderungsprojekt «1. Lehrjahr rauchfrei» wächst und erfreut sich grosser Beliebtheit. Im Projektjahr 2015/2016 haben sich 208 Betriebe mit über 800 Lernenden für das von der Lungenliga Aargau in Kooperation mit der Stiftung «aarau eusi gsund stadt» und dem Departement Gesundheit und Soziales lancierte Projekt angemeldet. Ziel des Projekts «1. Lehrjahr rauchfrei» ist, bei den Berufslernenden das Nichtrauchen zu fördern und somit den Einstieg ins Rauchen zu verhindern. «Aus Studien wissen wir, dass in der Übergangphase Schule/Lehre der Anteil der Rauchenden sprunghaft ansteigt», erklärt Projektleiterin Silvia Loosli von der Fachstelle Tabakprävention bei der Lungenliga Aargau. «Der Übertritt ins Erwachsenenleben, der Stress, Unsicherheit im Erwerbsleben und steigender Gruppendruck begünstigen in diesem Alter den Einstieg ins Rauchen.» Mit einem Nichtraucher-Vertrag zwischen dem Lernenden, dem Ausbildungsbetrieb und der Lungenliga Aargau werden Lernende motiviert, während dem gesamten Lehrjahr sowohl bei der Arbeit wie auch in der Freizeit rauchfrei zu bleiben. Als Belohnung winken Ende Lehrjahr eine Woche zusätzlicher Ferien oder 200 Franken in bar (das Projekt übernimmt davon 100 Franken, die restlichen 100 Franken übernimmt der Betrieb). Die Art der Belohnung bestimmt der Ausbildungsbetrieb. – Mehr Informationen zum Projekt finden Sie unter www.1-lehrjahr-rauchfrei.ch.

Apothek Aarburg AG – Nachgefragt
BRUNO HOSTETTLER, APOTHEKER, APOTHEKE AARBURG AG: «In der Apotheke sind wir täglich mit Rauchern konfrontiert. Einerseits erleben wir, dass es trotz den in der Apotheke erhältlichen, beim Rauchstopp unterstützenden wirkenden Medikamenten nicht einfach ist damit aufzuhören. Andererseits bekommen wir auch die durch das Rauchen ausgelösten gesundheitlichen Probleme hautnah mit, sei es nun bei Asthma, COPD, Durchblutungsstörungen



NADIA MARINO ist Lehrling in der Apotheke Aarburg AG von Apotheker Bruno Hostettler.

gen oder Krebs. Ausserdem bin ich überzeugt, dass mit jedem bei dieser Kampagne ausgegebenen Franken ein Mehrfaches an zukünftigen Kosten eingespart werden kann. – Deshalb ist es für die Apotheke Aarburg keine Frage, bei «1. Lehrjahr rauchfrei» mitzumachen. Es freut mich auch, dass bisher alle Auszubildenden begeistert dabei waren und auch Nichtraucher geblieben sind. Höhepunkt der Kampagne ist immer die feierliche Übergabe der Belohnung an unserem Teamevent.»

NADIA MARINO, AUSZUBILDENDE IM 3. LEHRJAHR, APOTHEKE AARBURG AG: «Das Projekt «1. Lehrjahr Rauchfrei» hat mich motiviert nicht im Gruppenzwang meiner Mitschüler unterzugehen und an meine Gesundheit zu denken. Durch den motivierenden Beitrag konnte ich immer über die Versuchung hinwegsehen und bin bis Ende Lehre rauchfrei geblieben. Ich würde jedem Auszubildenden das Projekt ans Herz legen, um die Weichen in eine raucherlose Zukunft richtig zu stellen.»

Blaues Haus, Aarburg: Fitness – Gesundheit – Schönheit
Gespräch mit dem Lernenden Gian Aebersold, «Fachmann für Bewegung und Gesundheit EFZ»

Welche persönlichen Erfahrungen haben Sie mit dem Rauchen gemacht?
 Gian Aebersold: «Ich habe früher schon öfters im Ausgang mal «mitgepafft» und auch eine Wasserpeife habe ich probiert. Das Rauchen der Wasserpeife sagte mir nicht sehr zu. Das Projekt «1. Lehrjahr rauchfrei» hat mich sehr angesprochen und es fiel mir nicht sehr schwer das Jahr durchzuhalten.»

Was sind Ihre Gründe beim Projekt «1. Lehrjahr rauchfrei» mitzumachen?
 «Ich arbeite in einer Branche, die bewegungs- und sportorientiert ist. Nichtrauchen bedeutet auch eine Verbesserung bzw. den Erhalt der Gesundheit. Somit war einerseits die Gesundheit



GIAN AEBERSOLD macht seine Ausbildung als «Fachmann für Bewegung und Gesundheit EFZ» im Blauen Haus in Aarburg.

ausschlaggebend, doch müsste ich lügen, wenn die Prämie nicht auch einen grossen Anreiz hätte.»

Nach dem 1. Lehrjahr rauchfrei, wie geht es bei Ihnen weiter?

«Ich werde natürlich das Nichtrauchen weiterhin beibehalten – es geht und du kannst trotzdem mit dabei sein und musst nicht am Rande stehen.»

Sylvia Gattiker, Ausbilderin, Prävention & Gesundheitsmanagement, Centerleitung.
Wie wurden Sie auf das Projekt aufmerksam?
 «Durch Zusendung der Projektunterlagen und durch das Internet.»

Wie ist der Aufwand für das Projekt für Sie als Verantwortliche?

«Der Aufwand als Verantwortliche ist nicht sehr hoch und man kann es gut im Rahmen der Lehrlingsbetreuung integrieren.»

Welche Gründe sprechen für das Mitmachen beim Projekt «1. Lehrjahr rauchfrei»?

«Lernende, die nicht rauchen, haben oft eine bessere Einstellung zum Alltag und auch zur Gesundheit.»

Wird das Projekt in irgendeiner Art in den folgenden Lehrjahren weitergezogen?

«Ja, natürlich. Im August werden zwei Lernende mit dem 1. Lehrjahr beginnen und wir werden dieses Projekt mit den Beiden starten.»

Ist das Rauchen im Betrieb ein Thema? Wird es angesprochen? Gibt es Regelungen?

«Wir sind in der Gesundheits- und Bewegungsbranche und sehr gesundheitsorientiert. Dazu gehört natürlich das Thema Rauchen, seitens der Mitarbeiter und auch seitens der Kunden. Bei uns im Betrieb herrscht absolutes Rauchverbot, auch während der Arbeitszeit.»

Gemeindeverwaltung Strengelbach

Fragen an den Lehrling Luca Romano

Welche persönlichen Erfahrungen haben Sie mit dem Rauchen gemacht?

Luca Romano: «Ich habe keine Erfahrungen, deswegen ist es für mich nicht schwer rauchfrei zu bleiben.»

Was sind Ihre Gründe, beim Projekt «1. Lehrjahr rauchfrei» mitzumachen?

«Die Prämie ist sehr verlockend. Man muss sich dafür nicht gross anstrengen. Belohnung für rauchfreie Personen. Vor der Lehre durch Arbeitgeber darauf angesprochen, ob ich Interesse hätte, mitzumachen.»

Nach dem 1. Lehrjahr rauchfrei, wie geht es bei Ihnen weiter?

«Ganz klar, rauchfrei bleiben. Da ich nichts vom Rauchen halte, finde ich es gut, dass rauchfreie Personen damit belohnt werden, clean zu



LUCA ROMANO absolviert seine «rauchfreie» Ausbildung auf der Gemeindeverwaltung der Gemeinde Strengelbach.

sein. Super Sache, präventiv gegen Rauchen in jungen Jahren vorzugehen.

Und was meint Ausbilder Manuel Gangel?

Wie wurden Sie auf das Projekt aufmerksam?
 Manuel Gangel: «Die Gemeindeverwaltung Strengelbach machte schon vor meinem Stellenantritt in diesem Projekt mit.»

Wie ist der Aufwand für das Projekt für Sie als Verantwortlicher?

«Der Aufwand ist bescheiden. Ausserdem ist es absolut vertretbar, Zeit für dieses sinnvolle Projekt zu investieren.»

Welche Gründe sprechen für das Mitmachen beim Projekt «1. Lehrjahr rauchfrei»?

«Ziel der Gemeindeverwaltung Strengelbach ist es, gut ausgebildete junge Berufsleute mit hoher Fach- und Sozialkompetenz in die Arbeitswelt zu entlassen. Für einen erfolgreichen Schritt in die Arbeitswelt bedarf es aber auch einer Entwicklung zu einer eigenständigen Persönlichkeit. Dazu gehört auch ein Bewusstsein für die Gesundheit. Rauchen gefährdet die eigene und die Gesundheit anderer. Die Mitwirkung beim Projekt «1. Lehrjahr rauchfrei» der Lungenliga ist eine gute Gelegenheit, den jungen Lernenden etwas auf diesen Weg mitzugeben.»

Ist das Rauchen im Betrieb ein Thema? Wird es angesprochen? Gibt es Regelungen?

«Das Thema «Rauchen» war vor vielen Jahren ein Thema. Es war bei uns damals noch erlaubt, im Aufenthaltsraum zu rauchen. Im Interesse aller wurde dann gemeinsam vereinbart, dass die Raucher ihrem Bedürfnis nur noch Draussen nachgehen dürfen. Heute ist das Rauchen im Betrieb kein Thema mehr. Bei über 24 Mitarbeitenden rauchen nur noch ganz wenige Personen und diese nehmen ganz bewusst Rücksicht auf die Nichtraucher. Es bedarf keinerlei Regelungen.»

**LUNGENLIGA AARGAU/
 BEARBEITUNG BRUNO MUNTWYLER**

1. Lehrjahr rauchfrei

www.1-lehrjahr-rauchfrei.ch

