

**Zeitschrift:** DrogenMagazin : Zeitschrift für Suchtfragen  
**Herausgeber:** Verein DrogenMagazin  
**Band:** 22 (1996)  
**Heft:** 1

**Buchbesprechung:** Rezension

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 29.03.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# «Starke Kinder – zu stark für Drogen»

VON KATRIN SIGEL

## Ein Handbuch zur praktischen Suchtvorbeugung von Lucie Hillenberg und Brigitte Fries

«Ein braves Kind gehorcht immer. Es sagt schön Danke und Bitte. Es gibt Onkel und Tante artig Küsschen. Und es sagt auch nicht nein, wenn ihm Freunde den ersten Schuss Heroin anbieten.» Soweit muss es nicht kommen! Eltern und Erziehende, die mit kleinen Kindern zusammen sind, können solchen Suchtgeschichten rechtzeitig vorbeugend entgegenwirken. Wirksamste Suchtprävention beginnt mit der frühkindlichen Erziehung, denn schon früh entscheidet sich, ob sich ein Kind in seinem 'inneren Rucksack' genug Stärkendes aneignen kann, um für seinen Lebensweg gut gerüstet zu sein: ein gutes Selbstwertgefühl, Eigenwillen, Eigensinn, Selbständigkeit, Konfliktfähigkeit, Gesprächsbereitschaft...

Dieses Buch beinhaltet die wichtigsten Botschaften der frühzeitig greifenden

Suchtprävention. Einzigartig daran ist, dass nicht nackte Theorien mit erhobenerm Finger vermittelt werden, sondern mit Erzählungen, Erkenntnissen und Zitaten prägnant aufgezeigt wird, auf was es bei der frühkindlichen Erziehung ankommt.

Die Autorin Lucie Hillenberg schreibt sehr persönlich von und über eigene Erfahrungen und leitet daraus klare und einleuchtende Theorien ab. Sie beschreibt lust- und liebevoll die Wege, die zu gehen sind, damit Kinder unabhängig und stark werden und gibt einem damit Mut, das Gelesene auch umsetzen zu wollen.

Die praktischen Tips und Anregungen, wie Suchtprävention im Alltag mit Kindern gelebt werden kann und wie man dem eigenen Erziehungsverhalten auf die Spur kommt, lesen sich wie gute und einfache Rezepte aus einem Kochbuch. Und so ist dieses Buch von der Grafikerin Brigitte Fries auch konzipiert: Als Handbuch mit Cartoons und Illustrationen, die sehr originell und spielerisch gestaltet sind und einen immer wieder

schmunzeln lassen, weil sie so direkt aus dem Leben gegriffen sind.

Das Buch ist im Buchhandel erhältlich (ISBN 3-952 0921-0-X) oder beim SpielWerkstattVerlag, «Starke Kinder», am Lendenbach 4, 8620 Wetzikon, Preis Fr. 38.–.



## Gesundheitsförderung im Kanton Zürich

Aus: Prävention und Gesundheitsförderung im Kanton Zürich, Dez. '95

### Eine Zusammenstellung präventiver Möglichkeiten.

Das neue Nachschlagewerk für aktive Prävention und Gesundheitsförderung im Kanton Zürich ist die erste Übersicht dieser Art in der Schweiz.

Der Ordner enthält zahlreiche Adressen und beschreibt im Telegrammstil auf rund 180 Seiten allgemein zugängliche Möglichkeiten der Gesundheitsförderung in den Bereichen

- Ernährung (Beratung, gesundheitsbewusstes Kochen)
- Bewegung
- Entspannung
- Rauchen und andere Suchtmittel
- Psychosoziale Probleme (u.a. Krisenintervention)

Der Ordner ist als praktische Hilfe für den Beratungsalltag in der ärztlichen Praxis, in der Prävention, in Pflege, Spitex, Apotheken, Drogerien, Fitness-einrichtungen sowie für soziale Berufe konzipiert.

Prävention hat die Aufgabe, gesundheitsschädigenden Verhaltensweisen vorzubeugen und Alternativen aufzuzeigen. Gesundheitsförderung will erwünschtes Verhalten unterstützen und das Wohlbefinden stärken. Die Fülle der Angebote, die diese Ziele in die Praxis umsetzen sollen, ist heute beträchtlich, aber nicht immer bekannt. Die existierenden Möglichkeiten, die Anbieter, die einschlägigen Kurse, Adressen, Preise usw. sind oft nicht oder nur teilweise greifbar. Meist fehlen sie gerade dann, wenn ratsuchende Menschen konkrete Vorschläge und Hinweise erwarten.

Der Orner will den richtigen Moment

für gesundheitsfördernde Impulse nutzen. Jedes Angebot ist mit kleinen Adresscoupons zur direkten Abgabe an die Ratsuchenden versehen. Die Übersicht wird neben einer klaren Kapitelteilung durch einen Index gewährleistet.

«Gesundheitsförderung. Angebote im Kanton Zürich» ist eine Publikation des Instituts für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich. Sie entstand in Zusammenarbeit mit der Schweizerischen Gesundheitsstiftung Radix. Der Ordner wurde finanziert durch die Direktion des Gesundheitswesens des Kantons Zürich mit Unterstützung der Swisscare.

Die einzelnen Blätter des Ordners können kostenlos nachbestellt werden, wenn die Coupons aufgebraucht sind. Es ist vorgesehen, das Werk regelmässig zu aktualisieren.