

Kodex-Verein Herisau und Umgebung

# Suchtfrei leben, ganz ohne Mahnfinger

**Der Kodex-Verein Herisau und Umgebung will Jugendliche beim Übertritt in die Oberstufe dazu motivieren, suchtfrei zu leben. Fürs Durchhalten erhalten sie jährlich eine Auszeichnung verliehen. Nach drei erfolgreichen Jahren dürfen sie zudem einen Lebensbaum pflanzen.**

**HERISAU** – Die Bilder gleichen sich auf dem Land wie auch in der Stadt: An den Wochenenden treffen sich Jugendliche, trinken Bier oder härteren Alkohol, rauchen und konsumieren Drogen. Diesem Verhalten will der Kodex-Verein Herisau und Umgebung entgegentreten. Wohlgermerkt mit einem Belohnungssystem und ganz ohne Mahnfinger. Der 2010 von Hans-Peter Trachsler gegründete Verein verfolgt das Ziel, Jugendliche, die in die Oberstufe kommen, dahingehend zu motivieren, dass sie auf Alkohol, Tabak, Drogen und Medikamentenmissbrauch verzichten. Lediglich Alkohol ist ab dem 16. Lebensjahr möglich, jedoch massvoll. «Wir sehen uns aber nicht als Konkurrenz zu den laufenden Präventionskampagnen, sondern als Ergänzung», sagt Trachsler. Für ihn ist die Altersgruppe ideal, um einen Einstieg in die Suchtmittel zu vermeiden.

## Suchtgefährdete ins Boot holen

Das Belohnungssystem ist bewusst gewählt. Der Kodex-Verein Herisau und Umgebung will diejenigen belohnen, die suchtfrei leben wollen. Diese sollen aber auch als Vorbilder für gefährdete Jugendliche agieren. «Wenn es uns gelingt, diesen kleinen Teil zu überzeugen, haben wir unser Ziel erreicht», sagt Hans-Peter Trachsler. Die Grundidee



Geschafft: Ein Teilnehmer des Kodex-Programms erhält an der Kodex-Feier seine Auszeichnung. Bilder: pd

dazu entstand vor über 20 Jahren. Der ehemalige Sekundarlehrer Hubert Ruf befand sich damals in Peru, wo er eine Fussballmannschaft trainierte. Die Aufklärungskampagnen über die Gefahr der Suchtmittel nützten dort nicht viel, so dass einige seiner jugendlichen Spieler in die Drogenszene abrutschten. Zurück in der Schweiz, gründete er im Thurgau das Kodex-Projekt.

## Breite Unterstützung

Zurzeit nehmen rund 200 Jugendliche aus Herisau und Umgebung am freiwilligen Programm teil – in der ganzen Ostschweiz sind es deren 5000. Unterstützt wird der Kodex-Verein Herisau und Umgebung unter anderem von allen Herisauer Schulen, der Beratungsstelle für Suchtfragen Appenzell Ausserrho-

den und dem Kiwanis Club Säntis als Partner der Kodex-Feier. In der 1. Oberstufe werden die Schülerinnen und Schüler über das Angebot informiert, Projektstart ist jeweils Mitte Schuljahr. «Überaus positiv war, dass alle Lehrer sofort ihre Unterstützung zugesagt haben, ebenso wie die Beratungsstelle für Suchtfragen. Das war für uns bei der Gründung sehr wichtig», so Trachsler. Als Glücksfall bezeichnet der Präsident auch die Zusammensetzung des Vorstands. Darin sind nebst Eltern auch eine Oberstufenlehrerin und eine ehemalige Jugendkontaktpolizistin vertreten. Da der Kodex-Verein Herisau und Umgebung keine Kontrollen durchführt, ist das System auf sehr viel Vertrauen aufgebaut. «Die Ehrlichkeit ist ein wichtiger Teil, der ebenso

von Bedeutung ist, wie suchtfrei zu leben», so der 47jährige Vater dreier Kinder im Oberstufenalter, die ebenfalls am Kodex-Programm teilnehmen. Als Beweis, wie ernst die Jugendlichen den Kodex nehmen, nennt Trachsler ein Beispiel: «Die Mutter einer Teilnehmerin rief mich nach Silvester an. Die Familie wollte mit ihrer Tochter auf das neue Jahr anstossen. Sie weigerte sich aber, da sie im Kodex-Programm mitmacht.» Dass das Belohnungssystem funktioniert, zeigen Studien der ETH Zürich. Darin ist die Wirksamkeit nachgewiesen worden.

## Positiver Gruppendruck

Der Kodex-Verein Herisau und Umgebung organisiert aber auch unter dem Jahr verschiedene Anlässe, um den Zusammenhalt zu

PROTOKOLLIERT



Lukas Schäfer, Mitglied  
«Motivierend»

*Wieso bist Du dem Kodex-Verein beigetreten?*

Ich finde den Kodex eine gute Sache, der mich motiviert, auf Suchtmittel zu verzichten. Das Bild einer Raucherlunge überzeugte mich schliesslich restlos. Ausserdem finde ich Rauchen eklig, weil man die ganze Zeit nach Rauch stinkt. Wenn ich mir vorstelle, was passieren kann, wenn man betrunken ist, vergeht mir auch die Lust auf Alkohol. Von Drogen muss ich gar nicht erst reden.

*Wie bist Du auf den Kodex-Verein aufmerksam geworden?*

Bei uns in der ersten Oberstufe kam eine Frau vorbei und erklärte uns das Konzept von Kodex. Das hat mich überzeugt.

*Du hast Dich entschieden, keine Suchtmittel zu konsumieren. Wieso?*

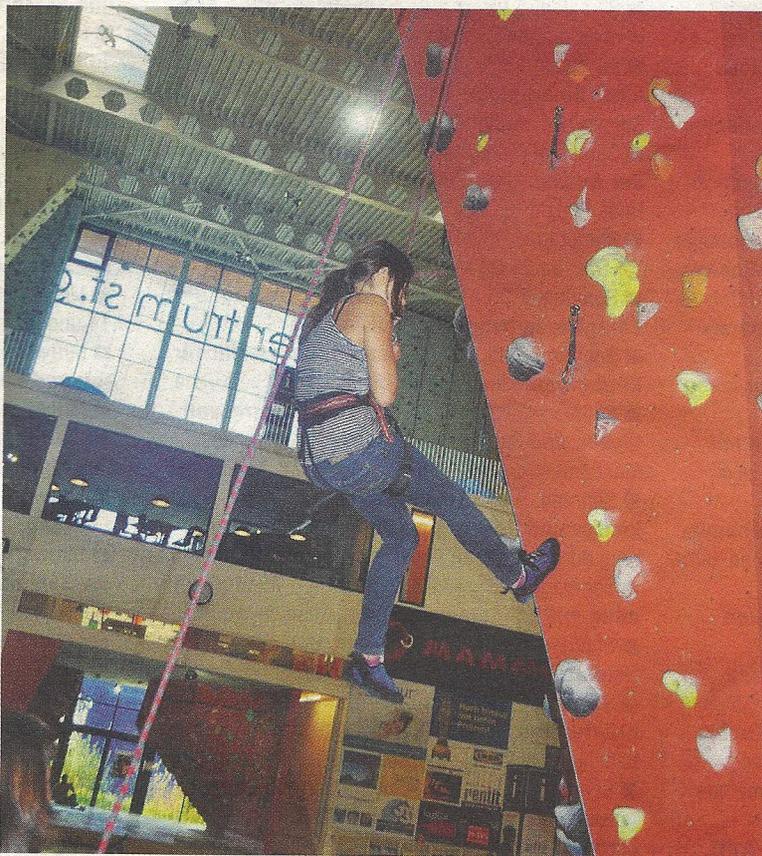
Zum einen ist mir meine Gesundheit wichtig und zum anderen verfolge ich Ziele, für die ich einen klaren Kopf brauche. Für meine beruflichen Pläne (Automobilmfachmann, später Polizist) ist es schlecht, wenn ich meinen Körper schon so früh ruiniere. Auch als Sportler sind Drogen alles andere als förderlich. Ich denke auch, dass es mir bei der Lehrstellensuche zugute kommt.

*Was sind für Dich die positiven Aspekte des Kodex-Vereins?*

Ich finde es cool, dass der Verein immer wieder Anlässe wie Klettern oder Bowlen organisiert, die mir gigantisch viel Spass machen und mich motivieren. Die Auszeichnungen in Form eines Diploms und einer Medaille, die man jährlich bekommt, spornen mich zusätzlich an.

*Motivierst Du Gleichaltrige in deinem Umfeld, dem Verein beizutreten?*

Ich motiviere vor allem meine Kollegen, welche schon dabei sind, nicht aufzugeben. *Befragt: mf*



Kletter-Plausch: Einer der Anlässe, die unter dem Jahr durchgeführt werden.



Der Herisauer Vorstand: (v.l.) Alex Sperr (Vizepräsident), Corinne Mosberger (Kassierin), Sabina Früh (Beisitzerin), Bea Salvisberg (Beisitzerin), Marlene Göldi (Aktuarin), Hans-Peter Trachsler (Präsident) und Selma Göldenboth (Beisitzerin).

fördern. Dazu gehören unter anderem Bowlen oder ein Besuch in der Kletterhalle. Dadurch soll ein positiver Gruppendruck entstehen. «Im Sinne von: «Es ist cool, beim Kodex mitzumachen», so Trachsler. Leben die Jugendlichen suchtfrei, erhalten sie am Ende des Kodex-Jahres im März eine Urkunde oder eine Medaille. Angefangen bei einer bronzenen gibt es nach dem dritten Jahr eine goldene. Zudem wird dann durch die Teilnehmenden in deren Gemeinde ein Lebensbaum gepflanzt. «Die Urkunde und die Medaille sind Motivation genug für die Teilnahme», sagt Präsident Hans-Peter Trachsler. Die jährliche Kodex-Feier, bei der die Urkunde und die Medaille vergeben werden, stellt für die Jugendlichen jeweils den Höhepunkt dar. Die Musikschule Herisau sorgt für Unterhaltung, und im Anschluss geniessen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer einen reichhaltigen Apéro – natürlich mit alkoholfreien Getränken.

Markus Fässler

www.kodex.ch

**Dachverband als Stiftung**

Der Dachverband der 23 Ostschweizer Kodex-Vereine wird als Stiftung geführt. Die regionalen Vereine werden nebst dem Dachverband hauptsächlich von Stiftungen sowie durch Spenden und öffentliche Gelder von Gemeinden und Kantonen unterstützt. Das Budget pro Teilnehmer beträgt im Jahr rund 50 Franken. Seit 1988 sind über 20 000 Jugendliche für ihre suchtfreie Teilnahme belohnt worden. Das Kodex-Programm hat bereits mehrere Auszeichnungen erhalten; darunter den Anerkennungspreis der Stadt Frauenfeld und den Aeberhardt-Preis für Gesundheitsförderung. (mf)