



Gesundheit im Kanton Zug

Ergebnisse der Zuger Gesundheitsbefragung
und Massnahmen 2008

Tabak



Einmal gesund – immer gesund?

Die vorliegende vierteilige Publikationsreihe der Gesundheitsdirektion informiert über wichtige Aspekte der Gesundheit der Zuger Bevölkerung. Sie widmet sich den Themen Tabak, Alkohol, Gesundes Körpergewicht und Psychische Gesundheit, die auch die Schwerpunktthemen unserer kantonalen Gesundheitsförderung und Prävention bilden. Eine solche Bestandsaufnahme wurde für den Kanton Zug erstmals mit der Schweizerischen Gesundheitsbefragung 2002 vorgenommen. Die vorliegende Erhebung (durchgeführt in den Jahren 2007 und 2008) liefert nun die aktuellen Resultate.

Um es vorwegzunehmen: Die Ergebnisse fallen wiederum erfreulich aus. Fast 90% der Zugerinnen und Zuger bezeichnen ihren Gesundheitszustand als gut oder sehr gut. Somit ist Gesundheit auch weiterhin ein Markenzeichen unseres Kantons. Der hohe Ausbildungsstand unserer Bevölkerung, eine moderne Infrastruktur, das vielfältige sportliche Angebot, die intakten sozialen Strukturen und unsere einzigartigen Naherholungsgebiete – all diese Aspekte tragen zu einer hohen Lebensqualität und zum Wohlbefinden der Zuger Bevölkerung bei.

Daraus zu schliessen, dass kein Bedarf nach Prävention mehr besteht, wäre aber äusserst kurzsichtig. Denn wer heute gesund ist, hat keine Garantie, dass dies auch so bleibt. Unausgewogene Ernährung, mangelnde Bewegung, übermässiger Alkohol- und Tabakkonsum,

psychische Erkrankungen und Stress verursachen in der Schweiz jährlich Kosten von gegen 50 Milliarden Franken. Diese Kosten lassen sich reduzieren, wenn jeder und jede Einzelne von uns bereit ist, im Rahmen der persönlichen Möglichkeiten Eigenverantwortung zu übernehmen. Die Gesundheitsdirektion initiiert und unterstützt gesundheitsfördernde und suchtvorbeugende Massnahmen für alle Lebensbereiche, denn wir sind uns bewusst: Die Lebensqualität wird massgeblich durch die Gesundheit bestimmt.

Mich als Gesundheitsdirektor freut es, dass sich ein Grossteil der Zugerinnen und Zuger aktiv für ihre Gesundheit einsetzt und sich gesundheitsbewusst verhält. Diese Menschen möchten wir auch in Zukunft unterstützen und in ihren Bestrebungen bestärken. Jene Personen, die gesundheitliche Probleme haben – seien sie physischer oder psychischer Natur – erhalten in unserem Kanton einfach zugängliche, professionelle Hilfe, und zwar dank dem guten medizinischen Angebot, aber auch durch Beratung, Selbsthilfegruppen und Weiterbildungskurse.

Gemeinsam mit nationalen und privaten Partnern schaffen wir optimale Rahmenbedingungen für die Förderung der Gesundheit, für die Prävention sowie für die Heilung und Linderung von körperlichen und psychischen Krankheiten. Ziel ist es, damit einen effektiven und nachhaltigen Beitrag für die Gesundheit der Menschen in unserem Kanton zu leisten.

Entscheidend ist und bleibt aber letztlich die Haltung und das Engagement jedes und jeder Einzelnen. In diesem Sinne möchte ich Sie ermuntern, den Ball aufzunehmen. Es geht um Ihre Gesundheit. Tragen Sie Sorge dazu – es lohnt sich.

Joachim Eder, Landammann
Gesundheitsdirektor des Kantons Zug

Umfrage: repräsentativ und fokussiert

In den Jahren 2007 und 2008 befragte die Firma DemoSCOPE in Adligenswil LU im Auftrag der Gesundheitsdirektion des Kantons Zug je nach Themenschwerpunkt zwischen 1220 und 2216 Zugerinnen und Zuger telefonisch und schriftlich nach ihrem Gesundheitsverhalten. Die Fragen basierten auf der Schweizerischen Gesundheitsbefragung 2002, an welcher der Kanton Zug auch teilnahm. Diese grosse Anzahl der Befragten erlaubt es, sowohl nach Geschlecht, Alter, Bildung als auch nach dem Migrationshintergrund repräsentative Aussagen zu machen. Primär werden hier die Ergebnisse nach Alter und Geschlecht präsentiert. Nur wenn sich deutliche Unterschiede betreffend Bildungsstand oder Herkunft zeigen, werden diese nachfolgend speziell erwähnt. Wenn die aktuellen Zahlen bedeutende Abweichungen zu den Zahlen der Schweizerischen Gesundheitsbefragung von 2002 zeigen, wird dies an der jeweiligen Stelle im Text erläutert.

Der Schwerpunkt der Befragung lag auf den Themenfeldern Tabak, Alkohol, Psychische Gesundheit und Gesundes Körpergewicht. Das Thema Glücksspiel wurde in einer separaten Diplomarbeit (S. Gaschen, «Rien ne va plus» – Glücksspielsucht im Kanton Zug, 2007) ausführlich ausgewertet. Die Auswertung der Themen Tabak, Alkohol, Psychische Gesundheit und Gesundes Körpergewicht findet sich in der vorliegenden vierteiligen Publikationsreihe.

Definitionen

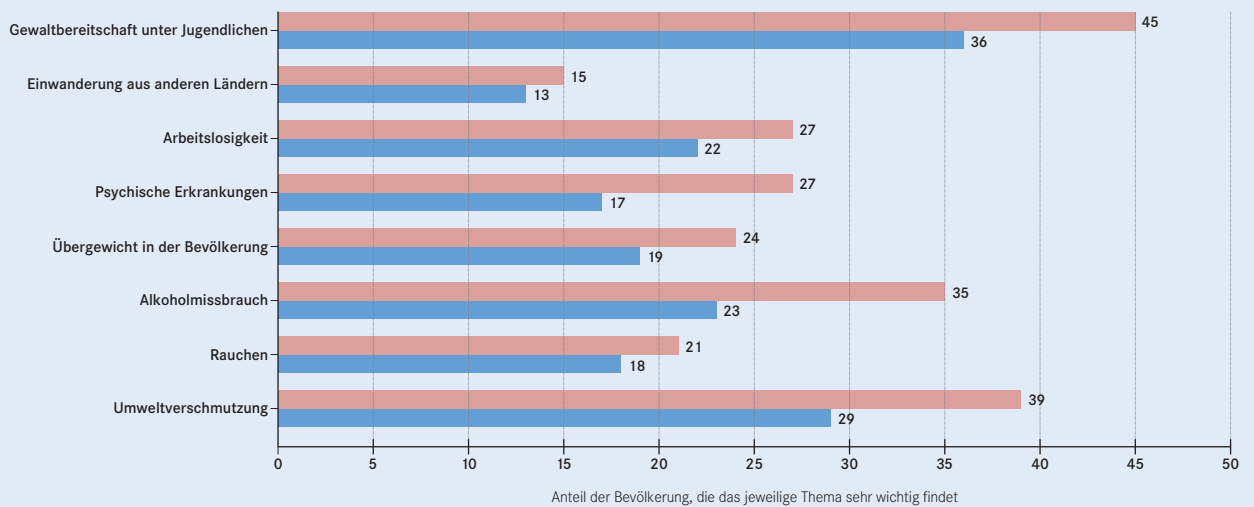
Alter: Einteilung in 15 bis 29 Jahre / 30 bis 44 Jahre / 45 bis 64 Jahre / 65 Jahre und älter

Bildung: Gefragt wurde nach dem letzten Berufsabschluss

Berufliche Tätigkeit: Berufstätig ja/ nein sowie Funktion

Migrationshintergrund: Selber eingewandert, die Eltern eingewandert, die Grosseltern eingewandert, seit mindestens drei Generationen in der Schweiz.

Wichtige gesellschaftliche Themen auf einen Blick, nach Geschlecht

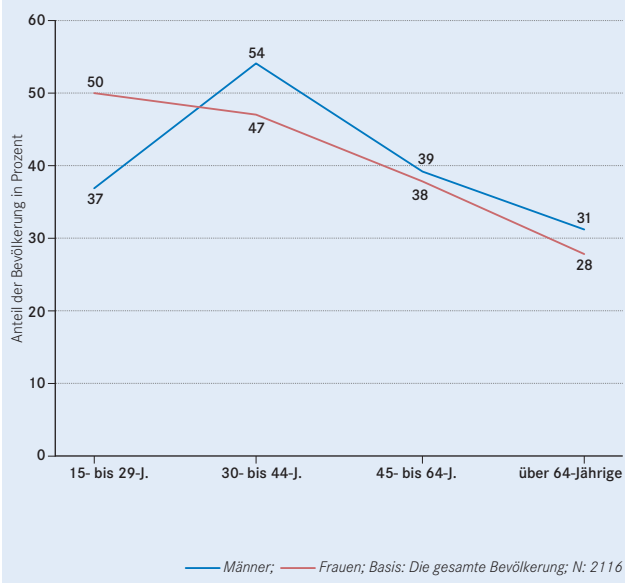


■ Männer; ■ Frauen; Basis: Die gesamte Bevölkerung; N: 1178; Mehrfachnennungen möglich

Welche gesellschaftlichen Themen beschäftigen Sie persönlich?

Gesundheitliche Themen haben bei der Zuger Bevölkerung eine hohe Priorität. Psychische Erkrankungen, die Verbreitung von Übergewicht, das Rauchen und vor allem der Alkoholmissbrauch beschäftigen die Zuger und insbesondere die Zugerinnen mehr als beispielsweise Einwanderung und fast so sehr wie das Thema Arbeitslosigkeit. Das wichtigste der erfragten gesellschaftlichen Themen ist die Gewalt unter Jugendlichen, gefolgt von der Umweltverschmutzung. Die hier aufgeführten Themen sind für Frauen deutlich wichtiger als für Männer. Insbesondere beim Alkoholmissbrauch und bei der psychischen Gesundheit sorgen sich Frauen mehr als die Männer.

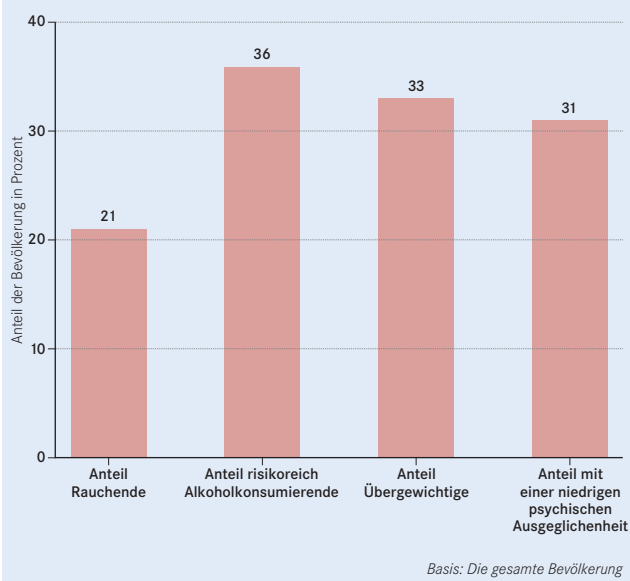
Über einen sehr guten Gesundheitszustand erfreuen sich ...



Wie geht es Ihnen zurzeit gesundheitlich?

Die grosse Mehrheit (fast 90%) der Zugerinnen und Zuger schätzt den eigenen Gesundheitszustand als gut oder sehr gut ein. Über den besten Gesundheitszustand verfügen gemäss eigener Aussage die 30- bis 44-jährigen Zugerinnen und Zuger. Die 15- bis 29-jährigen Männer berichten über einen weniger guten Gesundheitszustand als ihre älteren, 45- bis 64-jährigen Geschlechtsgenossen. Zudem schätzen mehr Männer als Frauen ihre Gesundheit als sehr gut ein. 9% der Befragten bezeichnen ihren Gesundheitszustand als mittelmässig und weniger als 3% nennen ihn schlecht oder sehr schlecht.

Die wichtigsten Ergebnisse auf einen Blick



Gesundheitsverhalten der Zuger Bevölkerung

Rund 90% der Zugerinnen und Zuger sagen von sich, ihr Gesundheitszustand sei gut oder sehr gut. Allerdings verhält sich ein grosser Anteil der Bevölkerung in Bezug auf die eigene Gesundheit risikoreich: Rund ein Fünftel der Bevölkerung raucht, über ein Drittel konsumiert Alkohol in gesundheitsgefährdender Art, ein Drittel hat Übergewicht. Gut 30% schätzen ihre psychische Ausgeglichenheit als niedrig ein.

Ausgangslage:

Tabak – 8000 Todesfälle pro Jahr

In der Schweiz rauchen rund zwei Millionen Menschen. Jedes Jahr werden hierzulande etwa 12,5 Milliarden Zigaretten (625 Millionen Päckli) verkauft. Und jedes Jahr sterben mehr als 8000 Personen vorzeitig an den direkten oder indirekten Folgen des Tabakkonsums. 47% dieser Todesfälle werden durch tabakbedingte Herz-Kreislauf-Erkrankungen verursacht, 22% durch Lungenkrebs, 17% durch Atemwegserkrankungen und 12% durch weitere verschiedene Krebsarten. Der Anteil der rauchbedingten Todesfälle bei Männern ist deutlich höher als bei Frauen. Die Kosten für medizinische Behandlungen belaufen sich auf 1,2 Milliarden Franken. Die Erwerbsausfallskosten betragen 3,8 Milliarden Franken. Und die durch den Lebensqualitätsverlust bedingten Kosten werden mit fünf Milliarden Franken beziffert.

Unbestritten ist, dass Rauchen abhängig macht. Wer vor dem 20. Lebensjahr mit Rauchen beginnt, konsumiert später mit grosser Wahrscheinlichkeit täglich. Aus präventiver Sicht ist es darum erstrebenswert, den Einstieg möglichst lange hinauszuzögern beziehungsweise zu verhindern. Im Kanton Zug laufen diesbezüglich

diverse Massnahmen, die künftig noch verstärkt werden. Das neue kantonale Gesundheitsgesetz, welches voraussichtlich 2009 in Kraft tritt, setzt sein Augenmerk unter anderem auf den Jugendschutz durch ein Werbeverbot für Tabakwaren, ein Verkaufsverbot von Tabakwaren an unter 18-Jährige und einen gezielten Nichtraucherschutz in allen öffentlich zugänglichen Räumen.

Rauchstopp: Es ist nie zu spät

Erwiesen ist auch, dass sich der Körper sehr schnell nach einem Rauchstopp erholt. Bereits 20 Minuten nach der letzten Zigarette ist die Herzschlagfrequenz und die Körpertemperatur wieder etwa die gleiche wie bei Nichtrauchenden. Acht Stunden nach der letzten Zigarette hat sich das Kohlenmonoxid in den Blutbahnen verflüchtigt und dem Sauerstoff Platz gemacht. Einen Tag nach dem Rauchstopp verschwindet der unangenehme Mundgeruch. Einen weiteren Tag später beginnt sich der Geruch- und Geschmackssinn wieder zu verfeinern. Nach drei Monaten können die Lungen bis zu 10% mehr leisten, und ein Jahr nach dem Stopp beginnen auch die Risiken für Herzerkrankungen und Lungenkrebs zu sinken.



Das Wichtigste in Kürze

Ein Fünftel der Zuger Bevölkerung raucht regelmässig. Es rauchen in allen Altersgruppen mehr Männer als Frauen.

Der Einstieg in den Tabakkonsum erfolgt heute mehrheitlich vor dem 16. Lebensjahr. Zudem beginnen Frauen früher mit dem Rauchen als Männer.

Die Hälfte der rauchenden Zuger Bevölkerung äussert den Wunsch, mit dem Rauchen längerfristig aufzuhören.

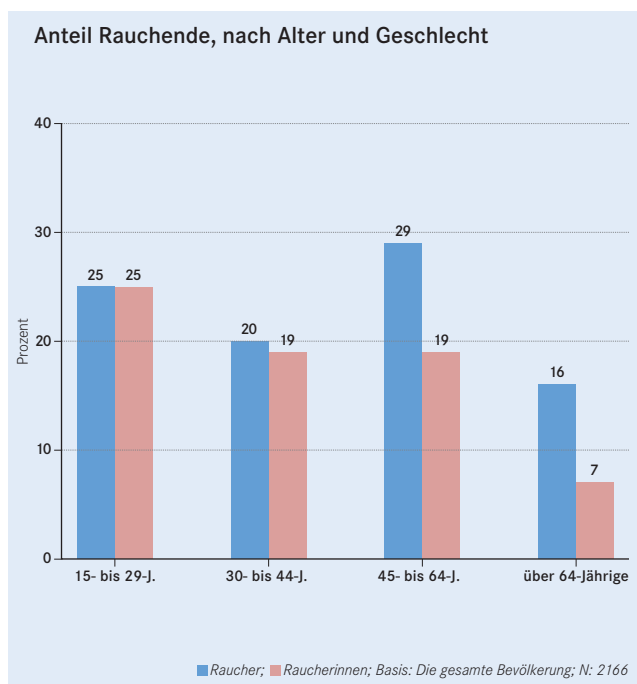
Ein Viertel der Rauchenden hat schon einmal versucht, mit dem Rauchen aufzuhören. Am häufigsten erfolgen die Versuche bei den 15- bis 29-jährigen Männern.

Die Mehrheit, 78 %, versucht den Rauchstopp ohne Hilfsmittel. Kommt ein Hilfsmittel zum Einsatz, dann am ehesten Nikotinersatzprodukte.

Über die Hälfte der Rauchstoppversuche misslingt in den ersten drei Monaten. Frauen sind beim Rauchstopp tendenziell erfolgreicher als Männer.

Im Restaurant und am Arbeitsplatz fühlen sich die Befragten am häufigsten vom Tabakrauch gestört. Die Hälfte der Befragten, die sich dort belästigt fühlen, raucht selber.





Umfrageergebnisse

Tabakkonsum der Zuger Bevölkerung

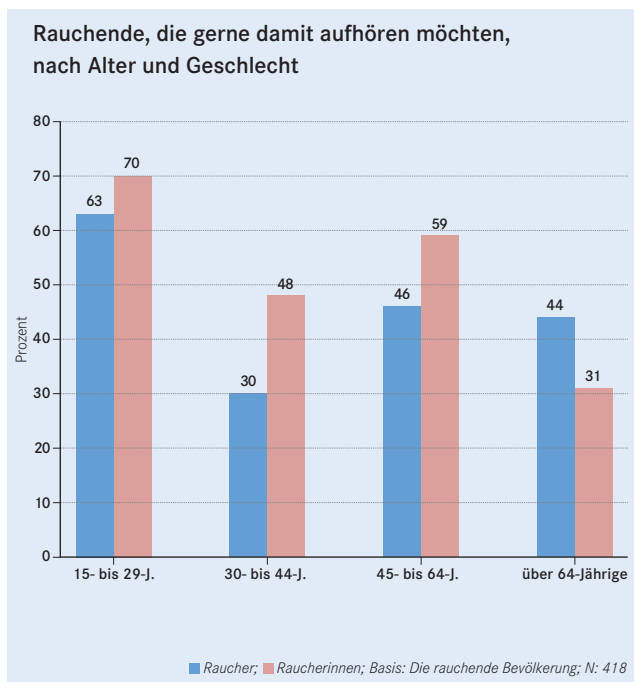
Ein Fünftel raucht regelmässig

Rund 21 % der Zuger Bevölkerung gibt an, regelmässig zu rauchen. Insgesamt rauchen im Kanton Zug mehr Männer (23 %) als Frauen (18 %) regelmässig. Den grössten Anteil Rauchende hat die Altersgruppe der 15- bis 29-Jährigen. In dieser rauchen zudem gleich viele Männer wie Frauen (jeweils 25 %). Am meisten rauchende Männer gibt es in der Alterskategorie der 45- bis 64-Jährigen (29 %). Je besser die Ausbildung ist, desto geringer ist der Anteil Rauchende. Bei der Migrationsbevölkerung ist der Anteil Rauchende höher (31 %) als bei den Schweizern und Schweizerinnen (20 %).

Einstiegsalter in den Tabakkonsum

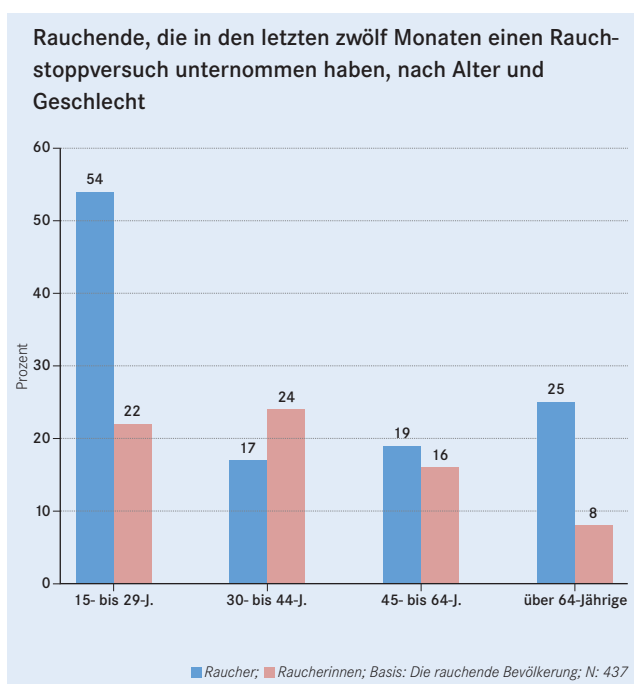
Frauen beginnen früher als Männer

Je jünger die Befragten sind, desto tiefer liegt das Einstiegsalter in den Tabakkonsum. Bei den 15- bis 29-Jährigen geben 68 % an, vor dem 18. Geburtstag mit Rauchen begonnen zu haben. Bei den 30- bis 44-Jährigen (31 %) und den 45- bis 64-Jährigen (34 %) sind es deutlich weniger, bei den über 64-Jährigen sogar nur 15 %. Die Mehrheit der 15- bis 29-jährigen Raucherinnen und Raucher gibt an, schon seit dem 16. Lebensjahr zu rauchen. Heute beginnen Frauen (Mädchen) früher mit dem Rauchen als Männer (Knaben). Rauchende mit Migrationshintergrund haben eher früher mit dem Rauchen begonnen als Schweizer und Schweizerinnen.



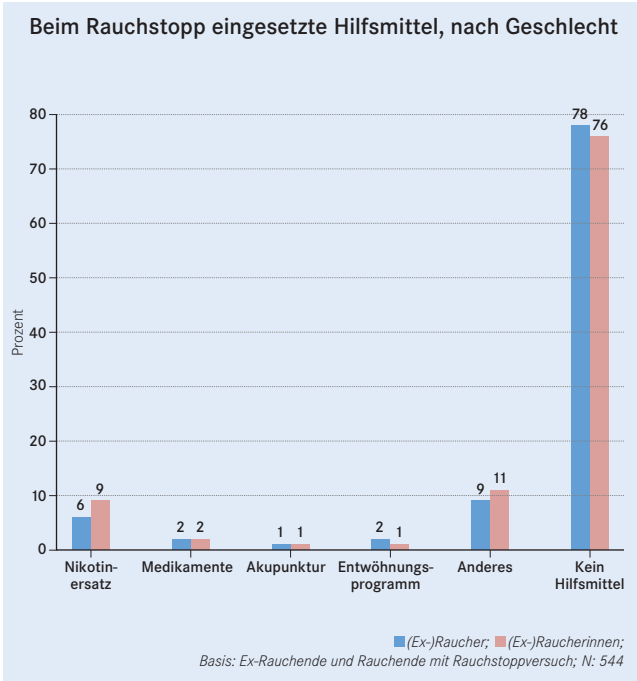
Vom Wunsch, aufzuhören
Die Hälfte will nicht rauchen

Gut die Hälfte der rauchenden Bevölkerung möchte mit dem Rauchen aufhören. Unter den Frauen (56 %) ist dieser Wunsch ausgeprägter als unter den Männern (44 %). Besonders verbreitet ist der Wunsch bei den 15- bis 29-jährigen befragten Rauchenden. In dieser Alterskategorie sind es 70 % der Raucherinnen und 63 % der Raucher, die den Tabakkonsum aufgeben möchten. Differenziert nach der Herkunft ist der Rauchstopp-Wunsch bei Personen mit Migrationshintergrund höher (59 %) als bei Schweizerinnen und Schweizern (46 %).



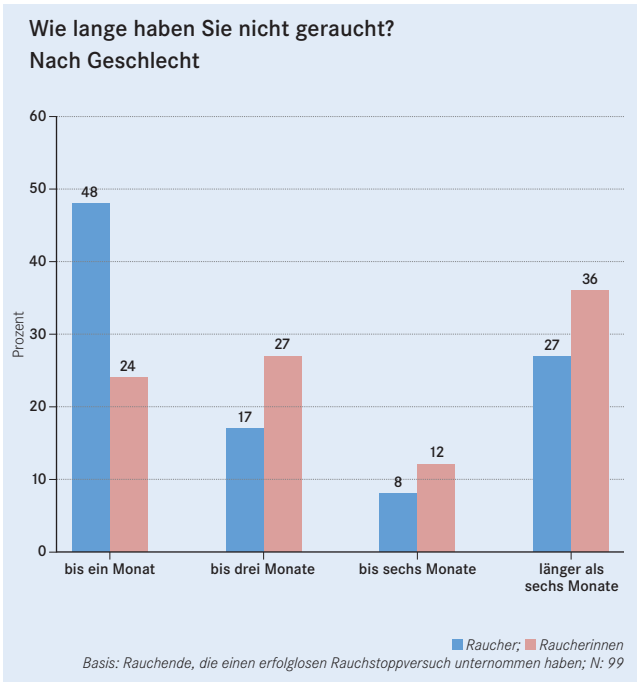
Vom Versuch, aufzuhören
Ein Viertel versucht den Rauchstopp

Ein Viertel aller Raucherinnen und Raucher hat in den letzten zwölf Monaten vor der Befragung versucht, mit dem Rauchen aufzuhören. 27 % der Raucher, aber nur 19 % der Raucherinnen, haben einen solchen Versuch unternommen. Den grössten Anteil Rauchstopp-Versuchende gab es bei den 15- bis 29-jährigen Männern: 54 %. Differenziert nach dem Bildungsstand berichten Akademiker weit häufiger von einem Rauchstopp-Versuch als Leute ohne universitäre Bildung (53 % gegenüber 21 %).



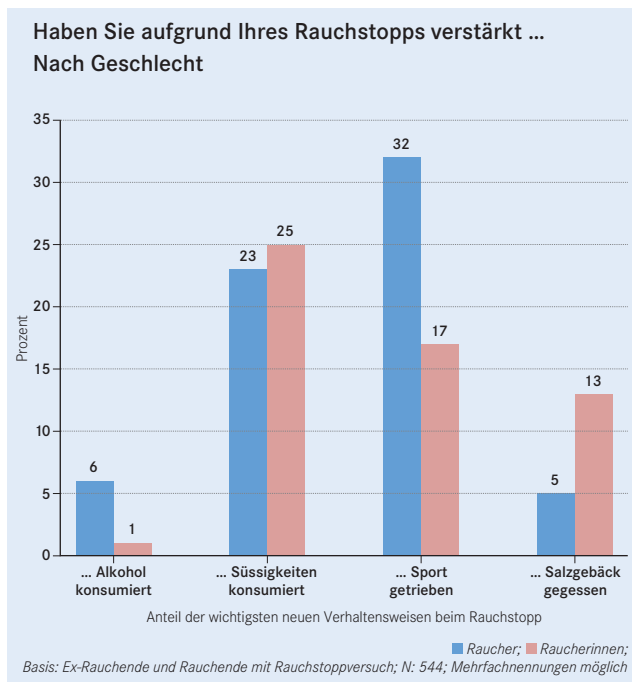
Hilfe beim Rauchstopp Beliebter Nikotinersatz

Die Mehrheit, 77%, versucht den Rauchstopp ohne Hilfsmittel wie Kaugummi, Pflaster oder Medikamente. Kommt ein Hilfsmittel zum Einsatz, ist es vor allem ein Nikotinersatz-Produkt. Ein solches wurde von 7% der ehemaligen Raucherinnen und Raucher beigezogen. Sowohl bei den Männern wie bei den Frauen griffen besonders die 45- bis 64-Jährigen zu einem Hilfsmittel.



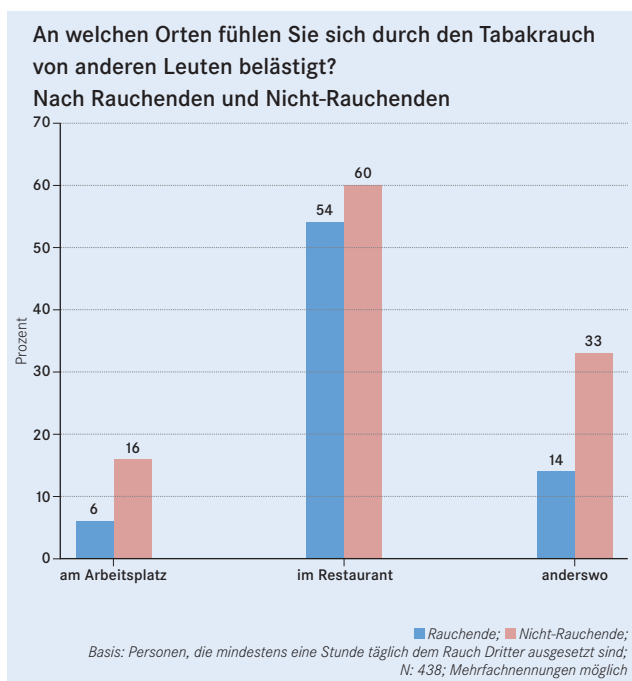
Erfolgreicher Rauchstopp Die ersten drei Monate entscheiden über den Erfolg

In den ersten drei Monaten beginnt über die Hälfte derjenigen, die einen Rauchstopp begonnen haben, wieder mit dem Rauchen. Insgesamt sind die Frauen beim Rauchstopp erfolgreicher als Männer: 36% der Frauen haben sechs Monate lang und mehr nicht geraucht, bei den Männern waren es nur 27%. Das beste Alter, um mit Rauchen aufzuhören, scheint zwischen dem 30. und 44. Lebensjahr zu liegen. Rund die Hälfte dieser Altersgruppen rauchte auch nach neun Monaten noch nicht wieder.



Kompensation zum Nikotin *Sport und Süssigkeiten statt Rauchen*

Jeweils rund ein Viertel der Ex-Rauchenden und der Rauchenden, die einen Rauchstopp unternehmen haben, haben aufgrund des Rauchstopps mehr Sport getrieben oder verstärkt Süssigkeiten konsumiert. Der Anteil derjenigen, die mehr Sport treiben, ist bei den Männern fast doppelt so gross wie bei den Frauen. Eine geringere Rolle spielt der Mehrkonsum von Alkohol (nehmen vor allem die Männer) und von Salzgebäck (nehmen vor allem die Frauen). Je jünger die Männer sind und je besser die Schulausbildung ist, desto eher wird das Rauchen durch vermehrtes Sporttreiben ersetzt. Süssigkeiten werden von Frauen im Alter von 30 bis 44 Jahren und Personen mit einem geringeren Bildungsniveau besonders häufig vermehrt konsumiert.



Belästigung durch Passivrauch *Im Restaurant und am Arbeitsplatz*

Mehr als die Hälfte der Befragten (58%), die mindestens eine Stunde täglich dem Rauch durch Dritte ausgesetzt sind, fühlt sich im Restaurant durch den Tabakrauch belästigt. Interessant ist, dass das Passivrauchen im Restaurant auch über die Hälfte der Rauchenden stört. Der Tabakrauch im Restaurant ist besonders für die Männer (60%) und die 30- bis 64-Jährigen ein Ärgernis (64%). Am Arbeitsplatz fühlen sich 11% durch den Rauch von anderen gestört, mit 17% ist der Anteil der Frauen hier deutlich höher als bei den Männern (10%). Besonders hoch ist der Anteil der Migranten der ersten Generation (40%), welche am Arbeitsplatz unter dem Passivrauchen leiden.

Projekte im Kanton Zug – Weitere Auskünfte erteilt das Gesundheitsamt gerne

Experiment Nichtraucher

Dieses Projekt richtet sich an Schülerinnen und Schüler des 6. bis 9. Schuljahres. Diese versuchen, während sechs Monaten nicht mit dem Rauchen anzufangen. Ziel des Wettbewerbs ist es, den Einstieg ins Rauchen zu verhindern oder zu verzögern. Im Schuljahr 2007/2008 nahmen im Kanton Zug 81 Schulklassen erfolgreich am Experiment Nichtraucher teil. Das waren 1300 Jugendliche. Zu gewinnen gibt es für die erfolgreichen Klassen Reisegutscheine. Zudem erhalten alle Klassen, die erfolgreich am Experiment Nichtraucher teilnehmen, einen Gutschein für ein gesundes Znüni und ab der zweiten erfolgreichen Teilnahme für alle Schülerinnen und Schüler ein spezielles T-Shirt. Im November startet jeweils eine neue Wettbewerbsrunde, für welche die Lehrpersonen direkt angeschrieben werden. Die Preisverleihung des nächsten Wettbewerbs soll mit einem Fest auf dem Landsgemeindeplatz in Zug verbunden werden.

«Cool and clean» – Sauber im Sport

Bei diesem vom Kanton Zug unterstützten und weiterentwickelten Projekt handelt es sich um das grösste nationale Präventionsprogramm im Sport. Die jungen Sportler und Sportlerinnen bekennen sich zu den sportlichen Regeln (cool) und zu einem Verzicht von Doping, Tabak, Cannabis sowie zu einem moderaten Alkoholkonsum (clean). Die Sportvereine entwickeln zudem Strukturen, die dem Suchtmittelmissbrauch entgegenwirken. Der Erfolg des Programms wird wissenschaftlich begleitet und evaluiert.

Voilà Zug – Gesund im Lager

VOILA ZUG ist das Gesundheitsförderungs- und Suchtpräventionsprogramm der Jugendverbände (Blauring/Jungwacht und Pfadi) des Kantons Zug. Es sensibilisiert die Lagerleiter und -leiterinnen auf die verschiedenen Aspekte der Gesundheit und motiviert sie, diese in den Jugendlagern zu verankern und vorzuleben.

Schutz der Ungeborenen – Informierte Eltern

Rauchen während der Schwangerschaft gefährdet das Ungeborene: Erhöhtes Risiko für Früh- und Fehlgeburten, vielfach erhöhtes Risiko des Plötzlichen Kindstodes, erhöhtes Risiko für Krebserkrankungen des Kindes. Häufiges Rauchen schädigt gemäss neuesten Studien auch das Gewebe der Gebärmutter und erschwert das Einnisten von Embryonen. Das Gesundheitsamt des Kantons Zug plant Projekte, welche zu einer geringeren Belastung von Ungeborenen und Kindern durch den Tabakrauch führen sollen.

Welttag ohne Tabak – Machen Sie mit

Der 31. Mai ist der Welttag ohne Tabak. Er findet unter der Schirmherrschaft der Weltgesundheitsorganisation WHO statt. Informiert wird über die Gefahren des Tabakkonsums, das Geschäft der Tabakkonzerne, das Recht auf rauchfreie Luft und darüber, künftige Generationen vor den Gefahren des Tabakkonsums zu schützen. Im Kanton Zug wird der Welttag ohne Tabak meistens von der Lungenliga und der Krebsliga organisiert.

Rauchstopp – Ein Kurs hilft weiter

Die Lungenliga Luzern-Zug bietet Raucherinnen und Rauchern einen Kurs an, der unter professioneller Anleitung den Weg in eine rauchfreie Zukunft aufzeigt. Dieser Kurs wendet sich an Leute, die bereit sind, sich mit dem eigenen Rauchverhalten auseinanderzusetzen, neue Verhaltensweisen zu lernen und Eigenverantwortung zu übernehmen. Er umfasst sieben Einheiten und kostet 330 Franken. Die Lungenliga Luzern-Zug bietet auch analoge Programme für Betriebe an.



Nützliche Links zum Thema Tabak

www.zug.ch/gesundheitsamt

Gesundheitsamt des Kantons Zug. Unter anderem aktiv in Gesundheitsförderung, Prävention und Suchtberatung.

www.lung.ch

Schweizerische Lungenliga mit Informationen zu den Themen Tabakprävention, Lungenkrankheiten, Luftverschmutzung und Passivrauchen.

www.at-schweiz.ch

Die Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention Schweiz informiert über die nationalen Rauchstopp-Programme. Mit Abhängigkeitstest, Selbstkontrollblatt und interessanten Fakten zur Tabakindustrie.

www.tabak.bag.admin.ch

Zahlen, Fakten, Kampagnen, rechtliche Grundlagen und Forschungsergebnisse des Bundesamts für Gesundheit zum Thema Tabak.

www.bravo.ch

Tabakpräventionsportal mit allen Plakaten der im Jahre 2001 vom Bund gestarteten Antirauch-Kampagne, teilweise gratis zu bestellen.

www.bildungundgesundheit.ch

Netzwerk für Gesundheit und Prävention an der Schule. Informationen über Möglichkeiten der Unterrichtsgestaltung im Schulbereich und Empfehlungen für gute Lehrmittel.

www.smokeeffects.ch

Mittels Aging-Software wird jungen Frauen vorgeführt, wie sich das Rauchen auf den Alterungsprozess auswirkt.

www.experiment-nichtrauchen.ch

Internationaler Wettbewerb für Schülerinnen und Schüler des 6. bis 9. Schuljahres, die sich verpflichten, während sechs Monaten nicht mit dem Rauchen zu beginnen.

Zum Bestellen:

Informationsmaterial, Ratgeber für Eltern und betroffene Angehörige, Unterrichtshilfen für Lehrpersonen, Unterlagen für Betriebe und vieles mehr können Sie direkt beim Gesundheitsamt des Kantons Zug (suchtprevention@gd.zg.ch oder Tel. 041 728 35 19) bestellen. Bei der Suchtberatung können Sie zudem jederzeit unverbindlich einen Termin vereinbaren (041 728 39 39).

Weitere Auskünfte geben Ihnen gerne:

Edith Ambord oder Isabelle Egger
Programmleitung Suchtprävention

Gesundheitsamt
Gesundheitsförderung und Prävention
Aegeristrasse 56, CH-6300 Zug

Tel. +41 41 728 35 19

Fax. +41 41 728 24 63

Mail: suchtprevention@gd.zg.ch

www.zug.ch/suchtprevention



