

PRÄVENTIONSTAG 2026 «VOM KLICK ZUM KONTROLLVERLUST: PRÄVENTION ZWISCHEN RESSOURCEN UND RISIKEN VON DIGITALEN ANGEBOTEN»

Donnerstag, 17. September 2026

[Kongresszentrum Thurgauerhof](#), Weinfelden

Der diesjährige Präventionstag widmet sich der Nutzung von digitalen Angeboten. Die breite Vielfalt an internetbasierten Anwendungen bietet in allen Lebensphasen Informationen, Unterhaltung und Möglichkeiten zur sozialen Teilhabe. Gleichzeitig können digitale Aktivitäten wie Gaming, Online-Shopping, Online-Pornografie oder Trading Apps auch eine psychoaktive Wirkung entfalten, in dem sie Aufmerksamkeit binden sowie die Nutzungsdauer und emotionale Reaktionen intensivieren. Während die meisten Menschen digitale Medien ohne wesentliche negative Auswirkungen nutzen, gewinnt internetbezogenes suchtartiges Verhalten an Bedeutung. Eine übermässige und problematische Nutzung dieser digitalen Angebote kann, ähnlich wie beim Substanzkonsum, neurobiologische Prozesse verändern. Für die Prävention stellt sich dabei eine zentrale Herausforderung, ohne einfache Antworten zu arbeiten: Gesicherte Wirkungsmodelle und Best Practices befinden sich noch in Entwicklung und Präventionsbotschaften bewegen sich deshalb in einem Spannungsfeld zwischen Ressourcenförderung, Früherkennung und der Sensibilisierung für risikoreiches Verhalten.

Der Präventionstag beleuchtet die Chancen und Risiken der Nutzung von digitalen psychoaktiven Angeboten aus präventiver Perspektive. In themenspezifischen Workshops diskutieren Sie über die Möglichkeiten der Präventionsarbeit, um Nutzer:innen ressourcenorientiert und entstigmatisierend zu stärken. Im Zentrum steht eine differenzierte Auseinandersetzung mit Schutzfaktoren und Kompetenzen, die eine risikoarme Nutzung unterstützen, sowie den Wirkmechanismen, die eine risikoreiche Nutzung begünstigen.

PROVISORISCHES PROGRAMM PRÄVENTIONSTAG 2026

ab 8.30

Eintreffen bei Kaffee und Gipfeli

9.15

Begrüssung

Flavia Berger, Fachverband Sucht

Urs Martin, Departementschef Finanzen und Soziales Thurgau

9.30

Digitale Angebote als Ressource *tbd*

Digitale Angebote sind aus dem Alltag nicht wegzudenken und bieten Information, Kontaktmöglichkeiten und Unterhaltung. Sie können Zugehörigkeit schaffen, Stress regulieren, Orientierung geben und Selbstwirksamkeit stärken. Sie fördern Medien-, Selbstregulations- und Lebenskompetenzen. Das Referat beleuchtet die Ressourcen digitaler Nutzung und fragt aus Präventionssicht: Welche Kompetenzen und Schutzfaktoren tragen dazu bei, dass Nutzung nicht problematisch wird?

10:00

Neuropsychologische Basis digitaler psychoaktiver Angebote *tbd*

Warum wirken bestimmte digitale Angebote und Plattformen psychoaktiv? Dieser Input beleuchtet die neuropsychologischen Wirkmechanismen digitaler Angebote und zeigt, wie diese Angebote problematische Nutzung fördern und welche Zielgruppen besonders vulnerabel für Mechanismen wie «Addiction by Design» sind.

10.30

Kaffee- und Vernetzungspause

10.40

Workshops Runde 1 *siehe Seite 3*

11.45

Beispielprojekt «Safer-Gambling: Früherkennung und Frühintervention von Geldspiel *mit Radix*

Die kostenlose App "SaferGambling" richtet sich an Nutzer:innen von Glücksspielenden mit dem Ziel, ihr Spielen zu kontrollieren, bevor ein problematisches Spielverhalten entwickelt wird.

12:05

Gemeinsames Mittagessen

13.15

Ergebnisse der Studie «Sportwetten bei jungen Menschen» *mit Manuela Eder, Sucht Schweiz*

Die Studie untersuchte Wettpraktiken, Wahrnehmungen und Risikoeinschätzungen von 15- bis 29-Jährigen in der Deutsch- und Westschweiz. Grundlage ist eine bevölkerungsrepräsentative Online-Befragung zwischen November 2025 – Februar 2026 von über 2'000 jungen Menschen. Sie wurde von Sucht Schweiz im Auftrag von Spielen ohne Sucht Nord- und Innerschweiz durchgeführt. Die Ergebnisse zeigen eine zunehmende Normalisierung von Sportwetten durch Werbung, soziale Medien und das soziale Umfeld sowie einen Bedarf an verstärkter Sensibilisierung und Prävention.

13:35

Workshop Runde 2 *siehe Seite 3*

14:40

Kaffee- und Vernetzungspause

15:00

Synthesegespräch: Die Verschmelzung digitaler Angebote und Mechanismen

tbd

16.05

Abschlussreferat: Präventionsansätze suchen und finden

Zum Abschluss des Präventionstags wagen wir einen Ausblick auf die Zukunft der medienbezogenen Suchtprävention: Welche Ansätze greifen langfristig und wie lösen wir uns von starren Kontrollmechanismen hin zu einer echten Förderung der Selbstregulation?

16.30

Schlusswort *von Lea Straub, Perspektive Thurgau und Judith Hübscher, Gesundheitsamt Thurgau*

16.45

Ende der Tagung

WORKSHOPS

1. Runde: 10.40 – 11.45 Uhr
2. Runde: 13.40 – 14.45 Uhr

1

«Gamblification of Games»
Radix Zentrum für Spielsucht

2

Die Welt der Wetten: Sport- und e-Sportwetten
Ceni Matej, Fachperson Spielsuchtberatung, Aargauische Stiftung Suchthilfe ags

3

Hypersexualität: Die Rolle von Scham in der Prävention
tbd

4

Kaufsucht im digitalen Raum – zentrale Aspekte für die Präventionsarbeit
Christina Messerli (Bereichsleiterin Beratung und Therapie, Berner Gesundheit)

Online-Shopping ist gezielt auf Suchtmechanismen ausgelegt. Betroffene und Fachpersonen stellt das vor neue Herausforderungen. In diesem Workshop erleben Teilnehmende anhand eines Live-Beratungsgesprächs, wie psychische, soziale, digitale und finanzielle Dynamiken bei Kaufsucht ineinandergreifen. Anschliessend analysieren die Teilnehmenden gemeinsam, wie „Addiction by Design“, emotionale Trigger und strukturelle Bedingungen zusammenwirken. Gemeinsam leiten sie erste umsetzbare Ansätze ab, wie Präventionsfachpersonen in ihren eigenen Settings auf Verhaltens- und Verhältnis-Ebene wirksam werden können.

Tagungsort

Stadt Weinfelden, [Kongresszentrum Thurgauerhof](#)
Felsenstr. 6
CH-8570 Weinfelden

Teilnahmebeitrag

CHF 120.- für Mitglieder des Fachverbands Sucht
CHF 145.- für Nicht-Mitglieder

Steuergruppe

Christa Berger (Suchtpräventionsstelle Stadt Zürich), Manuela Eder (Sucht Schweiz), Nicole Häuptli (Suchtprävention Aargau), Judith Hübscher Stettler (Kanton Thurgau), Christina Meyer (Hochschule Luzern), Cristina Spagnolo (Berner Gesundheit), Flavia Berger & Facia Marta Gamez (beide Fachverband Sucht)

Unterstützt von:

Kanton Thurgau