FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION IM LAND BERLIN

kompetent gesund.de
FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION

Medienmitteilung
03. Dezember 2025

Bunt, süß, macht abhängig!

Neues Methodenset klärt über die Risiken beim Vapen auf!

Vapes sind im öffentlichen und digitalen Raum allgegenwärtig und prägen unbewusst die Wahrnehmung und Normalisierung ihres Konsums, insbesondere bei jungen Menschen. Nicht zu vergessen: Nikotin macht hochgradig abhängig und so dampfen immer mehr junge Leute – daher braucht es innovative Vape-Prävention. Die gibt es nun NEU für Berlin: breathe free!

Auf der Straße, der Schultoilette, im Park, in der U-Bahn: junge Menschen vapen und ein Duft von Mango liegt in der Luft. Vapes haben attraktive Designs und Aromen, enthalten meist Nikotin und sprechen Jugendliche an: laut Drogenaffinitätsstudie 2023 haben in den letzten 30 Tagen 13,3 % der 16-17-Jährigen Einweg-E-Zigaretten konsumiert. Laut DEBRA-Studie ist der Konsum vor allem 2021/2022 während der Corona-Pandemie stark angestiegen. Nikotin macht hochgradig abhängig und mit der rasanten Zunahme an jungen Konsument*innen ist zu befürchten, dass diese die (abhängig) rauchende Generation von morgen ist. Jugendliche brauchen Möglichkeiten, sich mit Vapen kritisch auseinander zu setzen - sie sehen es täglich auf Social Media, oftmals eingebettet in Lifestyle-Content, was den Konsum besonders attraktiv erscheinen lässt.

„breathe free!“ ist ein neues Methodenset, das von der Fachstelle für Suchtprävention Berlin in Zusammenarbeit mit der mkk – meine krankenkasse entwickelt wurde. Es fördert die Reflexion von Reiz und Risiken beim Vapen, setzt sich kritisch mit Werbestrategien, v.a. auf Social Media auseinander und stärkt Jugendliche in Alltagssituationen, wie sie handeln können.

Anke Timm, Geschäftsführerin der Fachstelle für Suchtprävention Berlin betont: *„Wir wollen junge Menschen stark machen, Risiken zu erkennen und kompetent mit diesen umzugehen – gerade bei Vapes, die teilweise schon von Kindern probiert werden. Ich bin froh, dass wir für dieses wichtige Thema pädagogischen Fachkräften in Berlin nun etwas ganz Praktisches zur Prävention für den Arbeitsalltag an die Hand geben können!“*

„Im Kinder- und Jugendalter werden die Weichen für die spätere Gesundheit und einen gesunden umweltbewussten Lebensstil gestellt. Deshalb unterstützen wir bei der mkk – meine krankenkasse Präventionsmaßnahmen, die ein gesundes Heranwachsen von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen fördern. Durch frühe Interventionen, zum Beispiel in (Berufs-) Schulen, Kommunen und in Betrieben fördern wir nachhaltig die Gesundheit von Menschen und Umwelt, tauschen uns auf Netzwerkveranstaltungen aus und geben Best Practices Erfahrungen weiter. Gerade weil Suchtprävention besonders herausfordernd ist und

bleibt, liegt sie uns am Herzen“, stellt Leonie Bethke, Referentin Betriebliche Gesundheitsförderung und Prävention der mkk – meine krankenkasse, fest.

Ab sofort steht das Methodenset „breathe free!“ zur Nutzung in pädagogischen Arbeitsfeldern zur Verfügung. In einer Schulung können Sie als pädagogische Fachkräfte die Anwendung des Methodensets erlernen oder sich zum Einsatz der Vape-Prävention beraten lassen. Mehr Informationen zur Schulung auf www.berlin-suchtpraevention.de/veranstaltungen/schulung-breathe-free-methodenset-zur-nikotinpraevention/

Weiterführende Informationen und Links:

- 13,3 % der 16-17-Jährigen in Deutschland haben innerhalb der letzten 30 Tage Einweg-E-Zigaretten konsumiert, bei 6,9 % waren es Mehrweg-E-Zigaretten (Drogenaffinitätsstudie 2023, BIÖG in: Deutsches Krebsforschungszentrum und Deutsche Krebshilfe (2025) Tabakatlas Deutschland 2025. Pabst Science Publishers, Lengerich, DOI: 10.2440/0010, S. 75)
- Der Umsatz mit E-Zigaretten in Deutschland steigt stetig, im Jahr 2024 belaufen sich Schätzung auf ca. 960 Mio Euro (https://de.statista.com/themen/4301/e-zigaretten/#topicOverview, Abruf: 03.12.2025)
- 27 % der 14-24-Jährigen sehen auf Social Media Inhalte, die zum Konsum von Nikotin- und Tabakprodukten anregen sollen (Werbung) (Dr. Daniel Kotz, Vortrag auf dem DKFZ-Kongress 2024, https://www.dkfz.de/fileadmin/user_upload/Krebspraevention/Download/pdf/Deutsche_Konferenz_fuer_Tabakkontrolle/22_Deutsche_Konferenz_fuer_Tabakkontrolle/2024_Kotz-D_Rauchen-und-Vapen-auf-Instagram-und-Co.pdf, Abruf: 03.12.2025)

Pressekontakte:

mkk – meine krankenkasse
Annette Rogalla
Telefon: 0162 – 202 1133
Mail: annette.rogalla@meine-krankenkasse.de

Fachstelle für Suchtprävention Berlin
Anke Timm
Telefon: 030 – 29 35 26 15
Mail: info@berlin-suchtpraevention.de

Die Fachstelle für Suchtprävention Berlin wird gefördert von:

BERLIN
Senatsverwaltung für Wissenschaft, Gesundheit und Pflege