



Puff Bars

## QUIZ | PUFF BARS

*Dieses Dokument enthält die Anleitung (Seite 1), die Fragen und Antworten des Quiz (Seiten 2 und 3) und die Lösungen mit ergänzenden Informationen (Seiten 4 und 5). Für den Einsatz benötigen Sie zwischen 15 und 45 Minuten.*

Mit diesem Quiz können sich Jugendliche mit dem Thema «Puff Bars» auseinandersetzen. Für seine Anwendung schlagen wir 4 Optionen vor.

### Option 1: Selbstständige Arbeit · Ohne Betreuung

Drucken Sie die Seiten 2 bis 5 (ev. als Duplex). Die Jugendlichen bekommen zuerst die Seiten 2 und 3 und beantworten die Quiz-Fragen selbstständig: jede Person allein oder als Paar. Sobald die Fragen beantwortet wurden, bekommen die Jugendlichen die Seiten 4 und 5: Diese enthalten die Lösungen und ergänzende Informationen zu den behandelten Themen.

### Option 2: Arbeit mit Betreuung · Alle Fragen auf einmal

Drucken Sie die Seiten 2 bis 5 (ev. als Duplex). Die Jugendlichen bekommen nur die Seiten 2 und 3 und beantworten die Quiz-Fragen selbstständig. Wenn alle fertig sind, lesen Sie die erste Frage vor. Die Jugendlichen teilen anschliessend mit, welche Antwort ihrer Ansicht nach korrekt ist. Dann geben Sie die korrekte Antwort bekannt, die Sie auf den Seiten 4 und 5 entnehmen können. Sie können dabei Punkte vergeben, was die Auseinandersetzung mit dem Quiz spannender macht. Jede Frage wird von einer Erklärung begleitet, die Sie vorlesen können. Dann gehen Sie zur 2. Frage und wiederholen die Prozedur. Wenn alle Fragen beantwortet wurden, prüfen Sie, wer am meisten Punkte bekommen hat (falls Sie Punkte vergeben haben) und verteilen Sie den Jugendlichen die Seiten 4 und 5, damit ihre Dokumentation vollständig ist.

### Option 3: Arbeit mit Betreuung · Eine Frage pro mal

Die Option 3 ist wie Option 2. Der Unterschied: Die Jugendlichen beantworten jeweils nur eine Frage. Nach jeder Frage fragen Sie, wer welche Antwort gewählt hat und teilen anschliessend mit, wer Recht hat und warum.

### Option 4: Arbeit mit Betreuung · Eine Frage pro mal · Quiz wird projiziert

Die Option 4 ist wie Option 3. Allerdings verteilen Sie keine Seiten, sondern Sie nutzen **folgende PDF-Datei** ([feel-ok.ch/puffbar-quiz](https://feel-ok.ch/puffbar-quiz)), die Sie am Bildschirm zeigen oder mit einem Beamer an der Leinwand projizieren. Wenn Sie offline unterwegs sind, können Sie die PDF-Datei auf A4- oder A3-Seiten drucken und so das Quiz ohne Internet nutzen. In der PDF-Datei finden Sie jeweils auf einer Seite eine Frage mit den dazugehörigen Antworten und auf der nachfolgenden Seite die Auflösung des Rätsels.



## QUIZ | PUFF BARS

### 1. Was sind Puff Bars?

Eine Antwort ist korrekt. Hinweise dazu findest du auf [feel-ok.ch/puffbar-pb](https://feel-ok.ch/puffbar-pb)

- A. Puff Bar Produkte sind E-Zigaretten.
- B. Puff Bar Produkte sind Tabakerhitzer.
- C. Puff Bars sind Nikotinersatzprodukte.



### 2. Ist der Konsum von Nikotin gefährlich?

Eine Antwort ist korrekt. Hinweise dazu findest du auf [feel-ok.ch/nikotin](https://feel-ok.ch/nikotin)

- A. Der Nikotinkonsum ist vor allem für Erwachsene gefährlich.
- B. Der Nikotinkonsum ist vor allem für Jugendliche (< 18 Jahre) gefährlich.
- C. Der Nikotinkonsum ist in jeder Altersgruppe gleich gefährlich.



### 3. Wer Puff Bars konsumiert, kann hohe Nikotinmengen ausgesetzt werden. Warum?

Keine, eine oder mehrere Antworten können korrekt sein.

Hinweise dazu findest du auf [feel-ok.ch/puffbar-pb](https://feel-ok.ch/puffbar-pb)

- A. Die verwendeten Nikotinsalze in Puff Bars kratzen weniger im Hals.
- B. In Puff Bar Produkten befinden sich chemische Substanzen, die die Nikotinaufnahme in den Lungen verstärken, was als Wirkung einen stärkeren Nikotinrausch hat.
- C. In Puff Bar Produkten - anders als bei herkömmlichen Zigaretten - wird Nikotin nicht nur von den Lungen, sondern auch von der Mundschleimhaut aufgenommen.
- D. Bei manchen Puff Bars Produkte werden synthetische Kühlmittel eingesetzt und diese erleichtern den Nikotinkonsum.



### 4. Belasten Puff Bars die Umwelt?

Keine, eine oder mehrere Antworten können korrekt sein.

Hinweise dazu findest du auf [feel-ok.ch/puffbar-pb](https://feel-ok.ch/puffbar-pb)

- A. Ja, weil die Konsumierenden in grosser Menge giftigen Dampf ausatmen.
- B. Nein, weil Puff Bars immer korrekt in den Elektroschrott entsorgt werden.
- C. Nein, weil Puff Bars mehrmals aufgeladen und ausgefüllt werden. Aufgrund der mehrmaligen Verwendung ist das Produkt ausreichend umweltfreundlich.
- D. Ja, weil Puff Bars Einwegprodukte sind, die oft unkorrekt entsorgt werden.
- E. Nein, weil Puff Bars aus unbedenklichen Substanzen, wie Kohlenstoff, Stickstoff, Silicium und Salz bestehen.
- F. Ja, weil Puff Bars aus Substanzen wie Lithium und Blei bestehen. Die Gesundheit von Lebewesen, die damit in Kontakt kommen, kann schwer beeinträchtigt werden.





### 5. Wie verführt die Nikotinindustrie Jugendliche, Puff Bars zu konsumieren?

*Keine, eine oder mehrere Antworten können korrekt sein.*

- A. Mit dem Kauf von Puff Bars können junge Menschen oft an einem Wettbewerb teilnehmen und Preise gewinnen.
- B. Wer Puff Bars kauft, sammelt sogenannte «Dampf-Punkte» und bekommt damit Preisermässigungen in Modegeschäften, Kinos, Discos usw.
- C. Den Puff Bar Produkten wird eine unverkennbare freche Coolness, Lässigkeit und Vergnügtheit mit bunten Farben und aussergewöhnlichen Formen verliehen. Diese Eigenschaften kommen bei manchen Jugendlichen gut an.
- D. Die Nikotinindustrie nutzt das Bedürfnis Jugendlicher, mit anderen Menschen Erfahrungen zu teilen: Sie weiss, dass wenn eine Person in der Gruppe mit dem Konsum beginnt, wahrscheinlich die anderen folgen werden.
- E. Mit der überzeugenden Kraft von Influencern\*innen und den sozialen Medien wird der Konsum von Puff Bars angekurbelt.
- F. Die Nikotinindustrie macht Werbung für Puff Bar Produkte im Fernsehen und Radio.
- G. Den Puff Bar Produkten werden fruchtige Aromen zugesetzt, denn diese sind bei Jugendlichen beliebt.
- H. Die Nikotinindustrie bietet Puff Bar Produkte zu tiefen Preisen und sorgt dafür, dass es breit zugänglich ist.
- I. Anbieter von Puff Bar Produkten leisten Präventionsarbeit in Schulen, weil sie wissen, dass wenn man den Jugendlichen sagt, dass sie etwas nicht machen müssen, sie genau das Gegenteil machen.



[feel-ok.ch/  
puffbar-pb1](https://feel-ok.ch/puffbar-pb1)



## LÖSUNGEN UND ERKLÄRUNGEN | PUFF BARS

### 1. Was sind Puff Bars?

Die Antwort A ist korrekt. Falls du die richtige Antwort gewählt hast: 2 Punkte!

Falls du mehr als eine Antwort gewählt hast, bekommst du keine Punkte.

Puff Bar sind E-Zigaretten. Sie bestehen aus einem Mundstück, einer Batterie, einem elektrischen Verdampfer und einer Kartusche mit einer Flüssigkeit, die oft Nikotin enthält ([feel-ok.ch/puffbar-pb](https://feel-ok.ch/puffbar-pb)).

Tabakerhitzer sind Kapsel mit gepresstem Tabak, die in einem Gerät auf 250 bis 350° C erhitzt werden ([feel-ok.ch/nikotin5](https://feel-ok.ch/nikotin5)).

Nikotinersatzprodukte sind u.a. Pflaster, Kaugummis und Mundsprays, die Nikotin abgeben und Verbraucher\*innen unterstützen, mit dem Rauchen oder mit dem Dampfen aufzuhören ([feel-ok.ch/nikotin9](https://feel-ok.ch/nikotin9)).



[feel-ok.ch/  
puffbar-pb](https://feel-ok.ch/puffbar-pb)

### 2. Ist der Konsum von Nikotin gefährlich?

Die Antwort B ist korrekt. Falls du die richtige Antwort gewählt hast: 3 Punkte!

Falls du mehr als eine Antwort gewählt hast, bekommst du keine Punkte.

Der Nikotinkonsum ist für junge Menschen, die sich noch in Entwicklung befinden, gefährlicher als für Erwachsene. Aus drei Gründen:

1. Jugendliche werden schneller süchtig als Erwachsene.
2. Nikotin beeinträchtigt die Hirnentwicklung im jungen Alter.
3. Das Gehirn Jugendlicher, die Nikotin konsumieren, wird empfänglicher für andere Drogen.

### 3. Wer Puff Bars konsumiert, kann hohe Nikotinmengen ausgesetzt werden. Warum?

Die Antworten A und D sind korrekt. Für jede richtige Antwort: 3 Punkte!

Die Antworten B und C sind falsch: Wenn du sie gewählt hast, verlierst du 2 Punkte pro falsche Antwort.

In Puff Bars wird das Nikotin in Form von Nikotinsalzen verwendet. Dies führt dazu, dass mehr Nikotin konsumiert werden kann, weil es weniger im Hals kratzt. Zudem enthalten Puff Bars mit der Bezeichnung 'Cool' und 'Ice' synthetische Kühlmittel, die junge Verbraucher\*innen veranlassen, mehr davon zu konsumieren. Sowohl Nikotinsalze wie auch die Kühlmittel führen zu einer noch höheren Nikotinaufnahme und steigern dadurch das schon beachtliche Risiko einer Suchtentwicklung.



[feel-ok.ch/  
nikotin](https://feel-ok.ch/nikotin)



[feel-ok.ch/  
puffbar-pb](https://feel-ok.ch/puffbar-pb)



#### 4. Belasten Puff Bars die Umwelt?

Die richtigen Antworten sind D und F. Für jede richtige Antwort: 4 Punkte!

Die Antworten A, B, C und E sind falsch: Wenn du sie gewählt hast, verlierst du 3 Punkte pro falsche Antwort.



[feel-ok.ch/  
puffbar-pb](https://feel-ok.ch/puffbar-pb)

Puff Bars sind Einwegprodukte. Sie gehören in den Elektroschrott. Stattdessen belastet die unkorrekte Entsorgung die Umwelt: Der Grund ist, dass diese Produkte Lithium, Kobalt und Nickel, Schwermetalle wie Blei und Nikotin und weitere schädliche Chemikalien enthalten. Die Gesundheit von Lebewesen, die mit diesen Stoffen in Kontakt kommen, kann dadurch schwer beeinträchtigt werden.

Die Herstellung von Puff Bars hat auch sonst ungünstige Auswirkungen auf Ökosysteme, da die benötigten Rohstoffe durch nicht nachhaltigen Abbau gewonnen werden.

#### 5. Wie verführt die Nikotinindustrie Jugendliche, Puff Bars zu konsumieren?

Die richtigen Antworten sind C, D, E, G und H. Für jede richtige Antwort: 5 Punkte!

Die Antworten A, B, F und I sind falsch: Wenn du sie gewählt hast, verlierst du 3 Punkte pro falsche Antwort.



[feel-ok.ch/  
puffbar-pb1](https://feel-ok.ch/puffbar-pb1)

Hersteller nutzen verschiedene Tricks, um Jugendliche zum Konsum zu verführen:

1. Sie verleihen dem Produkt mit bunten Farben, ausgefallenen Graphiken und aussergewöhnlichen Formen eine unverkennbare freche **Coolness** und Vergnügtheit.
2. Sie nutzen das **soziale Bedürfnis** junger Menschen für gemeinsame Erlebnisse aus. Sie wissen, dass wenn eine Person in der Gruppe mit dem Konsum eines Produktes beginnt, wahrscheinlich die anderen folgen werden.
3. Sie nutzen die überzeugende Kraft von **Influencern\*innen** und der **sozialen Medien**. Sobald die Influencer\*innen zeigen, wie viel Spass sie haben, wenn sie dampfen, wird es junge Menschen auf der anderen Seite des Bildschirmes geben, die auch E-Zigaretten dampfen werden.
4. Sie befriedigen mit neuen Produkten die **Neugier** junger Menschen.
5. Sie setzen dem Produkt **fruchtige Aromen** zu, denn diese sind bei Jugendlichen beliebt.
6. Sie vermitteln den Eindruck, dass die Verbraucher\*innen mit dem Produkt ihre **Bedürfnisse** befriedigen. Ob dieser Eindruck mit der Realität übereinstimmt, ist nebensächlich. Schon die Vorstellung (oder die Illusion), dass das Produkt zu sich, zu den eigenen Überzeugungen und Bedürfnissen passt, reicht oft vollkommen.
7. Sie bieten das Produkt zu **tiefen Preisen** und sorgen dafür, dass es **breit zugänglich** ist.

Die obigen Punkte sind eine Zusammenfassung der Tricks der Industrie, um Jugendliche zum Konsum zu verleiten. Für mehr Details siehe [feel-ok.ch/puffbar-pb1](https://feel-ok.ch/puffbar-pb1)