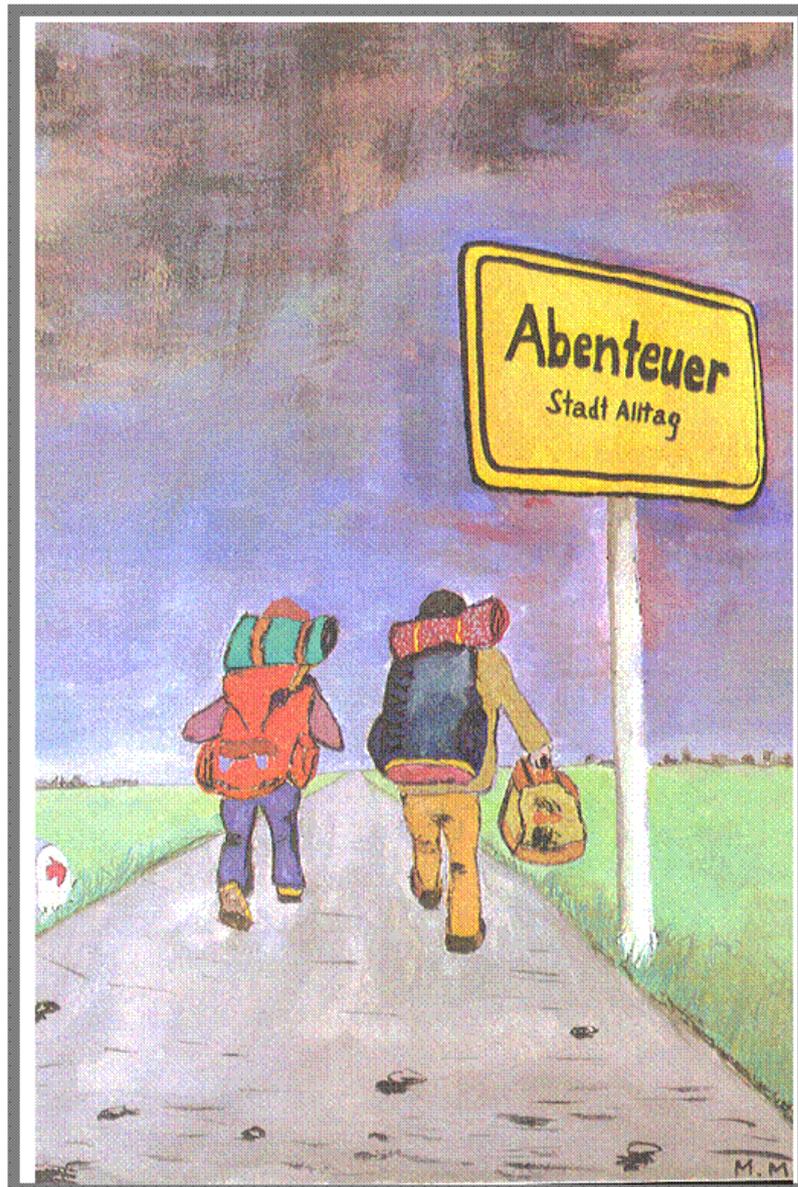


Alkohol – Aktions – Programm

Arbeitskreis Suchtprävention



Stadt



Braunschweig

Gesundheitsamt
Gesundheitsplanung

Editorial**Herausgeber:****Stadt Braunschweig**

Gesundheitsamt

Gesundheitsplanung im Sozialreferat

Projektleitung

Doris Freudenstein

Rainer Schubert MPH

AutorenGesundheitsamt Braun-
schweig

Sarah Bittner

Britta Bussenius-Braun

Doris Freudenstein

Julia Specht

Gesundheitsplanung
Stadt Braunschweig

Rainer Schubert

Guttempler Orden

Karin Schulz

IGS Franzsches Feld

Anke Koch

Michael Mainka

Johannes-Selenka-
Schule

Klaus Mau

Jugendberatung bib

Christian Germershausen

Jugendberatung
mondo X

Ellena Keller

Thekla Trautmann

Jugend- und Drogenbe-
ratung

Petra Bunke

Claudia Ervenich

Daniela Kuhnt

Jugendzentrum Rotation

Andreas Lüllmann

Kinder- und Jugend-
schutz

Thomas Seliger

Lukas Werk

Christina Cellupica

Polizei

Ines Fricke

Layout

Julia Specht, Agnes Förster

Titelbild

Michael Mainka

Erscheinungsjahr

August 2008, Neuauflage Januar 2010

Bezugsquelle

Mediencenter des Gesundheitsamtes

Hamburger Straße 226

38114 Braunschweig

T. 470-7002

www.braunschweig.de/leben/gesundheit/Alkohol-Aktions-Programm_Flyer.pdf

Inhaltsverzeichnis

VORWORT	5
ALKOHOL-AKTIONS-PROGRAMM	7
BAUSTEINE	9
A. ANGEBOTE ZUR ALKOHOLPRÄVENTION FÜR SCHULEN	9
ALLES IM GRIFF?	10
„SHAKE IT!“	12
„KLASSE2000“ - GESUNDHEITSFÖRDERUNG IN DER GRUNDSCHULE, GEWALTVERBEUGUNG UND SUCHTVORBEUGUNG.....	13
FORTBILDUNGSANGEBOT:	
SOZIALES TRAINING AN DER IGS FRANZSCHES FELD	14
DROBS - PRÄVENTION MIT SCHULKLASSEN	15
FÄHRST DU NOCH ODER LÄUFST DU WIEDER?	16
B. ERLEBNISPÄDAGOGIK IN DER SUCHTPRÄVENTION	17
ERLEBNISTAGE HARZ	18
GROßSPIELGERÄTE DER STADT BRAUNSCHWEIG	19
ERLEBNISPÄDAGOGISCHE PROGRAMME IN JUGENDHERBERGEN IN NIEDERSACHSEN.....	20
KLETTERWAND VOM DEUTSCHEN ALPENVEREIN (DAV) E.V.	21
MEGA-SOCCER.....	22
MOUNTAINBIKING ALS INTEGRATIONSANSATZ.....	23
OUTTRAIN.....	24
VIEL SPAß IM WALD.....	25
SEILGARTEN HANNOVER	26
HOCHSEILPARK BAD HARZBURG	27
SEILGARTEN SALZGITTER – FREDENBERG	28
KLETTERWALD THALE.....	29
OUTDOORPARCOURS JOHANNES – SELENKA - SCHULE	30
C. STRESS UND KONFLIKTBEWÄLTIGUNG	31
ENTSPANNUNGSTRaining FÜR JUGENDLICHE	31
FIT FÜR KONTAKTE & KONFLIKTE - EIN TRAINING SOZIALER KOMPETENZEN	32
ENTSPANNUNG FÜR SCHULKLASSEN UND JUGENDGRUPPEN.....	33
D. ELTERN	34
STARKE ELTERN – STARKE KINDER.....	34
ELTERNABENDE IN SCHULEN RUND UM DIE THEMEN ALKOHOL UND SUCHT	35
E. RISIKOKONSUMENTEN	36
HART AM LIMIT - PROJEKT FÜR ALKOHOLGEFÄHRDETE JUGENDLICHE	36
RISIKO-CHECK	38
GRUPPENANGEBOT BEI CLEAR	39
DRINKLESS.....	40
F. KINDER AUS SUCHTBELASTETEN FAMILIEN	41
KIM – KINDER IM MITTELPUNKT	41
BRAUNSCHWEIGER KOOPERATIONSVEREINBARUNG – SCHUTZ BEI KINDESWOHLGEFÄHRDUNG DURCH EINE SUCHTPROBLEMATIK DER ELTERN.....	42

G. KINDER- UND JUGENDSCHUTZ.....	43
PRÄVENTIVE MAßNAHMEN IM VORFELD RESTRIKTIVER.....	43
JUGENDSCHUTZKONTROLLEN (U. A. BEI GROßEREIGNISSEN)	43
ÖFFENTLICHKEITSKAMPAGNE „KEIN UNERLAUBTER VERKAUF UND KEINE WEITERGABE VON ALKOHOL AN KIDS BZW. JUGENDLICHE“	45
H. VERANSTALTUNGEN IN KOOPERATION MIT DER BZGA.....	46
JUGENDFILMTAGE ZU NIKOTIN UND ALKOHOL	46
KLARSICHT	47
ERGEBNISSE ZUR STUDIE: ALKOHOLKONSUM IN 10. KLASSEN IN BRAUNSCHWEIG	48

Vorwort

Wäre Alkohol als Medikament und nicht als Lebensmittel eingestuft, müsste er wegen seiner (gefährlichen) Wirkungen verschreibungspflichtig sein und fiel unter das Betäubungsmittelgesetz.

Er ist aber ein Lebensmittel, sein Konsum ist legal, seit langem Teil unserer Alltagskultur und zu vielen Anlässen fasst obligatorisch.

Dennoch können wir nicht die Augen davor verschließen, dass überwiegend sozial integrierten Trinkmustern erhebliche Risiken und Probleme durch mitunter exzessives Trinkverhalten gegenüberstehen.

Hintergründe

Während die Ritualisierung des Alkoholkonsums (nur zum Essen, nur in der Kneipe, auf besonderen Festen,...) in vielen menschlichen Kulturen die Funktion der Verhinderung exzessiven Trinkens durch soziale Kontrolle erfüllt, hat sich insbesondere in einigen Jugendkulturen eine vermehrte Toleranz gegenüber exzessivem Trinken entwickelt. Das Verhalten ist hier - und das ist äußerst besorgniserregend - sogar akzeptiert, solange es nicht zu augenfälligen Formen der sozialen Verelendung oder zu sichtbaren Folgen von Alkoholsucht kommt.

Exzessives Trinken

Jugendforscher¹ weisen immer wieder darauf hin, dass Jugend letztlich ein Spiegelbild der Elterngeneration produziert. Durchschnittlich kommen Jugendliche mit Ende des 14. Lebensjahres teilweise durch elterliche Initiation im Rahmen der Konfirmation mit Alkohol in Berührung. Noch entscheidender sind die in früherer Kindheit erlebten Erfahrungen am Beispiel der Eltern. Übereinstimmend betonen die Forscher, dass nicht bewältigte Entwicklungsprobleme Alkoholmissbrauch fördern und damit das Risiko der Entstehung von Alkoholproblemen erhöhen. Alkohol wird dann zur Kompensation benutzt, dient als Ersatzziel oder wird zur Stress- und Gefühlsbewältigung eingesetzt, z. B. bei Versagen im Bildungs- und Ausbildungsprozess, oder wenn zu viele Entwicklungsaufgaben gleichzeitig gelöst werden müssen.

Entwicklungsaufgaben Jugendlicher

Bundesweit gingen Schlagzeilen durch die Presse:

„*Viele Jugendliche sind in Gefahr, sich dumm zu trinken*“ (Welt, 20.3.07) oder „*Trinken bis zum Vollrausch*“ (Braunschweiger Zeitung, 20.3.07). Beide Artikel erschienen anlässlich der Braunschweiger Studie zum Alkoholkonsum bei Schüler/innen in 10. Klassen. Die Ergebnisse geben in der Tat Anlass zur Sorge: jeder 3. Junge und jedes 6. Mädchen trinken demnach wöchentlich an mindestens einem Abend **5 alkoholische Getränke oder mehr!**

Schlagzeilen: Jugend und Alkohol

Gleichzeitig ist in Braunschweig (wie in allen anderen Städten der Bundesrepublik auch) zu beobachten, dass die Zahl der **Alkoholvergiftungen** bei Minderjährigen rapide zunimmt: von 2002 bis 2008 haben sich die Zahlen verdoppelt! Ein positiver Trend lässt sich in Braunschweig erstmals im Jahr 2009 feststellen: die Anzahl der alkoholvergifteten Jugendlichen ist leicht gesunken! Dies ist sehr erfreulich und besonders bemerkenswert, weil bundesweit zeitgleich eine Steigerung festzustellen ist!

¹ Klaus Hurrelmann, Wolfgang Settertobulte: Alkohol im Spannungsfeld von kultureller Prägung und Problemverhalten; in APuZ 28/2008

Weitere wichtige Ziele der Braunschweiger Alkoholprävention sind:

- Nicht mit 13,5 Jahren, sondern deutlich später, möglichst erst mit 16 sollten erste Erfahrungen mit Alkohol gemacht werden!
- Die Zahl der Minderjährigen, die mit Alkoholvergiftung ins Krankenhaus kommen, sollte sich weiterhin rückläufig entwickeln!
- Aufstellung und Einhaltung klarer Regeln im Umgang mit Alkohol bei Festen und Veranstaltungen!
- Verringerung von Unfällen und Unglücken im Zusammenhang mit Alkohol

Es geht nicht darum, Alkohol zu verdammen, sondern um die Verhinderung von Missbrauch. Immer mehr Hinweise zeigen, dass gerade die Zunahme eines riskanten Alkoholkonsumstils bei Jugendlichen auf psychische, soziale und leistungsmäßige Überforderung zurückzuführen ist.

Umgang mit Alkohol lernen

Hier brauchen Jugendliche unsere Unterstützung. Hier sind intelligente Präventionsmaßnahmen notwendig, wie sie mit diesem Alkohol-Aktions-Programm vorliegen.



Ulrich Markurth
Sozial-, Jugend- und Gesundheitsdezernent



Alkohol-Aktions-Programm Braunschweig 2010

Mit dem Alkohol-Aktions-Programm möchten wir der aktuellen Entwicklung bewusst entgegentreten: Wenn Jugend ein Spiegelbild der Elterngeneration ist, sind alle dazu aufgefordert das Alkoholtrinken auf allen gesellschaftlichen Ebenen kritisch zu beleuchten. Dabei sind insbesondere Hintergründe und Ursachen von besinnungslosem Rauschtrinken zu thematisieren.

Nicht in Panik zu reagieren, sondern Jugendliche bei ihren Entwicklungsaufgaben unterstützend zu begleiten, ist eine Herausforderung an alle Beteiligten.

Das vorliegende Alkohol-Aktions-Programm ist ein bunter Mix unterschiedlichster Angebote zur Alkoholprävention in Braunschweig. Alle Akteure des Arbeitskreises Suchtprävention haben dazu beigetragen, dass es ein vielfältiges, ansprechendes und gut strukturiertes Programm wurde.

**Arbeitskreis
Suchtprävention**

Die Angebote stehen in ihrer Unterschiedlichkeit bewusst nebeneinander – sozusagen einzelne Bausteine – aus denen man sich das Passende herausuchen kann.

Baustein-konzept

Schulen, Jugendgruppen und Sportgruppen sind unsere Hauptadressaten. Lehrer/innen und pädagogische Fachkräfte finden im Alkohol-Aktions-Programm Unterstützung für ihre Arbeit mit Jugendgruppen:

**Schule und
Jugendgruppe**

- Präventionsangebote für Schulklassen und andere Gruppen
- Tipps für erlebnispädagogische Angebote in und um Braunschweig
- Angebote für suchtgefährdete Jugendliche

Die Bausteine setzen unterschiedliche Akzente:

Manche sind der Primärprävention zuzuordnen („Alles im Griff?“, „Ich bin süchtig nach...“). Hier geht es darum, kaum oder wenig konsumierende Jugendliche darin zu unterstützen, einen verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol zu erlernen (Wie viel ist zu viel?).

**Primär- und
Sekundärprävention**

Andere Bausteine wiederum wirken sekundär präventiv:

Jugendliche mit riskantem Alkoholkonsum finden Hilfe beim „Risiko-Check“ dem „Gruppenangebot bei CLEAR“ der Drogenberatungsstelle oder dem „DrinkLess“ Training beim Lukas Werk.

Unspezifische Präventionselemente wie „Fit für Kontakte & Konflikte“ haben den Sinn, Jugendliche in wichtigen Lebenskompetenzen wie Selbstsicherheit, Kontaktfähigkeit und Umgang mit Stress zu fördern. Präventionsprogramme, die neben spezifischen Informationen über Alkohol auch diese sog. „Life Skills“ berücksichtigen, erzielen eine deutlich höhere Wirksamkeit*.

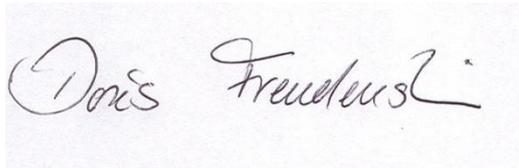
**Spezifische und
unspezifische
Prävention**

Erlebnis und Risiko

* (Fit und stark fürs Leben, 1998)

Die zahlreichen erlebnispädagogischen Angebote zielen in eine ähnliche Richtung wie der Life-Skill-Ansatz: es geht um die Vermittlung von Risikokompetenz (Welche Risiken will ich eingehen? Wo sind meine Grenzen?), aber auch um Selbst- und Körperwahrnehmung, Kommunikation und Vertrauen (Wer hilft? Wer sichert? Wo spüre ich Angst? Wann ist es genug?). Risiken eingehen ist ein zentrales Thema des Jugendalters. Es zeigt sich besonders beim sog. „Binge Drinking“ oder Rauschtrinken.

Erlebnispädagogische Bausteine sind daher in der Alkoholprävention unerlässlich.

Handwritten signature of Doris Freudenstein in cursive script.

Doris Freudenstein

Handwritten signature of Rainer Schubert in cursive script.

Rainer Schubert

BAUSTEINE

A. Angebote zur Alkoholprävention für Schulen

Unter dieser Rubrik sind verschiedene Angebote aufgeführt, die sich gut in den **normalen schulischen Alltag** integrieren lassen. Ziel ist es, für die Risiken beim Alkohol trinken zu sensibilisieren sowie Vor- und Nachteile abzuwägen. Kinder und Jugendliche werden mit ihren Wünschen und Bedürfnissen ernst genommen, in ihren Stärken gefördert und unterstützt, einen risikoarmen Umgang mit Alkohol zu erlernen.

Alles im Griff?

Alkoholprävention für 7. – 9. Klassen



Kooperation

JUGENDBERATUNG
mondo 



Kooperation zwischen Jugendberatung **mondo X** und
Gesundheitsamt Braunschweig

Ansprechpartner

Doris Freudenstein
Gesundheitsamt Braunschweig
Hamburger Str. 226
38114 Braunschweig

Telefon

(0531) 470 7004

E-Mail

doris.freudenstein@braunschweig.de

Kosten

kostenlos

Zielgruppe

Schulklassen aller Schulformen der Jahrgänge 7 – 9; Schwerpunkt **8. Jahrgang**

Ziel

Dieses Angebot möchte Jugendliche dabei unterstützen, ein Problembewusstsein für die Risiken beim Alkoholkonsum zu entwickeln. Ziel ist es, einen verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol zu erlernen.

Voraussetzung

Zeit: Z. B. 8.00 – 9.30 Uhr **und** 10.00 – 11.30 Uhr:
90 Minuten dauert eine Präventionseinheit für
jeweils eine **halbe Schulklasse!**

Genauere Termine nach Absprache!

Beschreibung

Ort: Jugendberatung mondo X (Paul-Jonas-Meier-Str. 42)
oder im Gesundheitsamt (Hamburger Str. 226)

Jugendliche trinken durchschnittlich mit 13,5 Jahren das erste Mal Alkohol; rund 8 Monate später sind sie zum ersten Mal in ihrem Leben betrunken (Braunschweiger Studie zum Alkoholkonsum in 10. Klassen, 2007).

Präventiv ist es daher von Bedeutung in der Phase des ersten Ausprobierens und Auseinandersetzens mit dem Thema „Alkohol“ Hilfestellungen und Informationen zu bieten. Nicht trinkende Schüler gilt es zu stärken.

Jugendliche, die mit Alkoholvergiftung ins Krankenhaus kommen, geben häufig an, hochprozentige Alkoholika unterschätzt zu haben. Wissensvermittlung über Alkoholgehalt in verschiedenen Getränken (wie gefährlich ist Wodka & Co?), woran kann ich die Alkoholvergiftung beim Freund erkennen und was kann ich tun, sind wichtige Inhalte der Präventionsveranstaltung.

Folgende Fragen werden außerdem spielerisch bearbeitet:

- Wir wirkt Alkohol? (Erwünschtes und Unerwünschtes)
- Wie kann ich NEIN sagen?
- Wann ist Alkoholverzicht sinnvoll?
- Was ist risikoarmer Alkoholkonsum?
- Welche Risiken gibt es beim Trinken und wie kann ich sie vermeiden?

Die Veranstaltung wird von jungen Präventionskräften (meist Studentinnen der Pädagogik oder Psychologie) durchgeführt. Damit es richtig Spaß macht, gibt es einen bunten **methodischen Wechsel**:

- **Quiz – Was stimmt?** – Fragen und Antworten zum Thema
- **Rauschbrille** – Um die Wirkung von Alkohol am eigenen Körper zu erfahren, können Jugendliche mit der Rauschbrille verschiedene Aufgaben lösen (balancieren, fangen, werfen, mit dem Bobby-Car um Hindernisse fahren, ...).
- **Aktionsspiel** – Würfelspiel mit vielen Fragen. Hierbei stehen eigene Meinungen und persönliche Einschätzungen im Vordergrund.
- **Einfache Rollenspiele** – Übungen zum NEIN Sagen.
- **Alkohol-Sack:** Viele Gegenstände, die etwas mit dem Thema Alkohol zu tun haben, werden nacheinander ausgepackt und besprochen.

„Shake it!“

Angebot für Schulklassen: Alkoholfreie Cocktails selbst gemacht



Ansprechpartner	Doris Freudenstein Gesundheitsamt Braunschweig Hamburger Str. 226 38114 Braunschweig
Telefon	(0531) 470 7004
E-Mail	doris.freudenstein@braunschweig.de
Kosten	ca. 1,- € pro Schüler für Säfte, Früchte, etc.
Zielgruppe	Schulklassen (Jahrgänge 8 – 10)
Voraussetzung	Eine Schulküche (und evtl. ein weiterer Raum) werden benötigt! Die Aktion dauert 1 - 2 Schulstunden . Die Schulklasse oder der/die Lehrer/in müssten im Vorfeld einen kleinen Einkauf von Zutaten übernehmen.
Ziel	Ziel der Aktion ist es, Jugendlichen leckere und attraktive alkoholfreie Alternativen zu üblichen Partygetränken aufzuzeigen.
Beschreibung	Die Jugendlichen stellen bei dieser Aktion gemeinsam 2 oder 3 alkoholfreie Cocktails her. Bei einer Klassengröße über 20 Schüler/innen müsste die Klasse geteilt werden! Station A: Die Mach-Bar Hier stellen die Schüler/innen in der Schulküche nach Rezept 2 oder 3 Cocktails her (z.B. „ Banana Mama “ und „ Ginger Gold “). Direkt im Anschluss werden die Cocktails natürlich probiert! Station B: Die Alkohol-Bar Hier beschäftigen sich die Schüler/innen mit einem Quiz (z.B. Was ist eine Alkoholvergiftung?, Wie viel Alkohol ist zu viel?). Wenn die Gruppe von einem Lehrer betreut wird, ist auch der Einsatz von Rauschbrillen möglich: balancieren, Geld abzählen, sich die Hand geben, die Tür aufschließen, ... Die Risiken des „Betrunken seins“ werden mithilfe der Rauschbrille am eigenen Leib erlebt!

„Klasse2000“ - Gesundheitsförderung in der Grundschule, Gewaltvorbeugung und Suchtvorbeugung

Ansprechpartner	Klasse2000 Lore Haack-Vörsmann Regionale Koordination Klasse2000 Zum Bullenberg 14 38551 Vollbüttel
Telefon	(05373) 9487 Mobil: 0171 / 3078553
E-Mail	lorehaack@web.de
Internet	www.klasse2000.de
Zentrale	Verein Programm Klasse2000 Feldgasse 37 90487 Nürnberg Tel: (0911) 89 12 100
Kosten	Die Teilnahme wird von den Klassen durch sog. Patenschaften selber finanziert. Das Material wird zentral aus Nürnberg an die Schulen und Gesundheitsförderer/innen geschickt.
Beschreibung	<p>Klasse2000 ist das bundesweit größte Programm zur Gesundheitsförderung, Sucht- und Gewaltvorbeugung im Grundschulalter. Es begleitet Kinder von der ersten bis zur vierten Klasse und setzt dabei auf die Zusammenarbeit von Lehrkräften, externen Gesundheitsförderern und Eltern. Klasse2000 arbeitet nicht mit dem erhobenen Zeigefinger, sondern stärkt die sozialen Kompetenzen der Kinder, ihr Selbstwertgefühl und ihre positive Einstellung zur Gesundheit. Das ist die beste Vorbeugung gegen Sucht und Gewalt.</p> <p>Ziel von Klasse2000 ist es, die Persönlichkeit der Kinder zu stärken. Sie brauchen Kenntnisse, Haltungen und Fertigkeiten, mit denen sie ihren Alltag so bewältigen können, dass sie sich wohl fühlen und gesund bleiben. Gleichzeitig sollen sie erfahren, was sie selbst tun können, um gesund zu bleiben. Das heißt: Kinder kennen ihren Körper und entwickeln eine positive Einstellung zur Gesundheit. Sie kennen die Bedeutung von gesunder Ernährung und Bewegung und haben Freude an einem aktiven Leben. Kinder entwickeln persönliche und soziale Kompetenzen: Sie achten auf ihre Gefühle und Bedürfnisse und lernen, sie auszudrücken. Sie nehmen Rücksicht auf andere und üben angemessenes Verhalten bei Konflikten und Problemen. Kinder lernen den verantwortlichen Umgang mit Tabak, Alkohol und den Versprechen der Werbung. Klasse2000 vermittelt den Kindern Lebenskompetenzen: Kenntnisse, Haltungen und Fähigkeiten, mit denen sie ihren Alltag und die Herausforderungen des Lebens so bewältigen können, dass sie sich wohlfühlen und gesund bleiben.</p>

Fortbildungsangebot:
Soziales Training an der IGS Franzsesches Feld



Ansprechpartner	Doris Freudenstein Gesundheitsamt Braunschweig Hamburger Str. 226 38114 Braunschweig
Telefon	0531 / 470 7004
E-Mail	Doris.freudenstein@braunschweig.de
Kosten	nach Anfrage
Zielgruppe	Pädagogische Fachkräfte in Schulen und Lehrer/innen
Referent/innen	Silke Grafbs (Dipl. Pädagogin) Michael Mainka (Diplom Sozialarbeiter) Jens Moldenhauer (Diplom Sozialarbeiter) Daniela Vogel (Erzieherin)
Voraussetzung	Bequeme Kleidung und Sportschuhe für die Halle
Zeit	Freitag: 15:00 – 19:00 Uhr und Samstag: 9:00 – 13:00 Uhr Die Fortbildungen finden nach Bedarf unregelmäßig statt!
Beschreibung	<p>An der IGS Franzsesches Feld (IGS FF) gibt es jahrelange Erfahrung in der Förderung sozialen Lernens. Im Jahr 2006 belegte die Schule den zweiten Platz beim Deutschen Schulpreis. Das Team der Schule will einen Einblick in das praktisch erprobte „Soziale Training“ geben. Konkret geht es um das sogenannte „Klassentraining“ und das „Tischgruppentraining“ in der 5. und 6. Klasse. In der Fortbildung steht nach einer kurzen theoretischen Einführung die konkrete Praxishilfe im Mittelpunkt. Zahlreiche Übungen aus dem Programm des Klassentrainings werden in der Sporthalle präsentiert, durchgeführt und ausgewertet.</p> <p>Ziel der erlebnis- und handlungsorientierten Trainingsstunden ist es, die soziale Kompetenz der Kinder und Jugendlichen im Umgang mit sich selbst und anderen zu fördern, ihre Kommunikations- und Kooperationsfähigkeit zu verbessern sowie Verantwortungsbereitschaft zu entwickeln. Gemeinsam die gestellten Aufgaben zu lösen, fördert das Selbstwertgefühl jedes einzelnen, fördert das Vertrauen untereinander und hat positive Auswirkungen auf das Klassenklima. Eine anschließende Reflexion nach Abschluss einer Aufgabe gehört zum Grundprinzip einer Trainingseinheit.</p>

Drobs - Prävention mit Schulklassen

Ansprechpartner	<p>Jugend- und Drogenberatung Kurt-Schumacher-Str. 26 38102 Braunschweig</p>	
Telefon	(0531) 220900	
E-Mail	drobs-braunschweig@paritaetischer-bs.de	
Kosten	kostenlos	
Zielgruppe	Schulklassen jeder Schulform ab 8. Jahrgang, jeweils 15-20 Personen	
Voraussetzung	Die Behandlung des Themas im Unterricht vor der Veranstaltung kann sinnvoll sein.	
Beschreibung	<p>Um Schwellenängste abzubauen, werden die anfragenden Schulklassen in die Drogenberatungsstelle eingeladen.</p> <p>In einem ersten „Info-Teil“ wird die Arbeit der Beratungsstelle dargestellt.</p> <p>Im zweiten Teil sollen sich die SchülerInnen – möglichst ohne Anwesenheit der LehrerInnen – mit den Entstehungsbedingungen einer Suchterkrankung auseinander setzen und angeregt werden, eigene Konfliktlösungsstrategien zu benennen sowie ggf. Gefährdungspotentiale zu erkennen.</p> <p>Die Veranstaltung findet in Form eines Gruppengesprächs statt und hat einen zeitlichen Umfang von 60 – 90 Minuten.</p>	

Fährst Du noch oder läufst Du wieder?



Ansprechpartner	Ines Fricke Polizeihauptkommissarin Polizeiinspektion Braunschweig Friedrich-Voigtländer-Str. 41 38104 Braunschweig
Telefon	(0531) 476 3055
E-Mail	ines.fricke@polizei.niedersachsen.de
Zielgruppe	15-25 Jahre (Jahrgang 9-13)
Kosten	kostenlos
Hintergrund	Die „Jungen Fahrer“ verursachen nach wie vor die meisten und schwersten Unfälle im Straßenverkehr. Eine der Hauptunfallursachen ist der Alkoholeinfluss – häufig gepaart mit dem Konsum illegaler Drogen. Auch das Verhalten der MitfahrerInnen spielt bei dieser Thematik eine wichtige Rolle.
Beschreibung	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Erarbeitung der Problematik im Klassenverband ➤ Zivil- und strafrechtliche Konsequenzen einer Trunkenheits-/Drogenfahrt (auch mit Fahrrad !!!) ➤ Lösungsansätze ➤ Bei Bedarf Vorstellung: <ul style="list-style-type: none"> ○ <i>Begleitetes Fahren mit 17</i> ○ <i>Null-Promille-Grenze für Fahranfänger</i> ○ <i>Führerschein auf Probe</i>
Umsetzung	Unterrichtseinheit (90 Minuten) mit aktuellen Sachverhalten, Anschauungsmaterial, Flyern und ggf. Rollenspielen

B. Erlebnispädagogik in der Suchtprävention

Abenteuer

Stadt Alltag

Unter diesem Slogan ist eine große Vielfalt an **erlebnispädagogischen Angeboten** in der Region Braunschweig zusammengefasst. Die Anregungen sind geeignet für Tagesaktionen, Klassenfahrten oder Schulfeste. Zu finden sind:

- **Erlebnistage und Aktionen im Harz**
- **Seilgärten und Klettermöglichkeiten in der Umgebung**
- **Ausleihmöglichkeiten von Spiel- und Sportgeräten**
- **Fortbildungen in Erlebnispädagogik für LehrerInnen und SozialpädagogInnen**

Suchtprävention und Erlebnispädagogik bilden eine gute Einheit. Über eigenes Tun und Erleben sollen soziale Kompetenzen und Selbstwahrnehmung gefördert werden. So wird zum Beispiel im Konzept „risflecting“ von Gerald Koller (2006) eine offene Auseinandersetzung über Rausch und Risiko gefordert. Dabei ist das Ziel eine offene Kommunikation zwischen Jugendlichen über Erfahrungen und Erlebnisse im Risikobereich und damit verbunden eine Stärkung persönlicher Kompetenzen. (Bundesmodellprojekt HaLT, 2008).

Das Eingehen von Risiken ist ein wesentlicher Bestandteil beim Erwachsenwerden. Rausch und Risiko sind unter Jugendlichen oft positiv besetzte Begriffe. Im Extremfall kann das Vermeiden von Risiken sogar dazu führen, dass wichtige Erfahrungen und Entwicklungsschritte nicht vollzogen werden.

Vor- und Nachbereitung von erlebnispädagogischen Angeboten:

Erlebnispädagogische Angebote bedürfen immer einer guten Vor- und Nachbereitung, damit Spiel, Spaß und Abenteuer eine sinnvolle Einordnung in den eigenen Lebensentwurf finden können. Hilfreich können z.B. folgende Fragen sein:

Vorher:

- ❖ Welche Befürchtungen hast du? (vor dem Seilgarten etc.)
- ❖ Auf was freust du dich?

Nachher:

- ❖ Wo sind deine Grenzen?
- ❖ Welche Stärken hast du?

Zur Risikowahrnehmung:

- ❖ Welche Risikosituationen gehst du im Alltag ein (Alkoholrausch, ...)?
- ❖ Vor- und Nachteile: Was gewinnst / was verlierst du möglicherweise dabei?

Erlebnistage Harz

Ansprechpartner	Nicole Maßelink Schützenplatzweg 7-11 38700 Braunlage / Hohegeiß	 erlebnistage. harz
Telefon	(05583) 92260	
E-Mail	harz@erlebnistage.de	
Internet	www.erlebnistage.de	
Kosten	<p>Inklusive Preise für einen Kurs mit Vollverpflegung, Ausrüstung und pädagogischer Betreuung beginnend bei einer Gruppengröße von 25 Teilnehmern bei ca. 150,- € pro Person für 5 Tage.</p> <p>Die Preise variieren geringfügig je nach Standort, Saison, Kurslänge und -art sowie Anzahl der Teilnehmer.</p>	
Zielgruppe	Klassenfahrten, Ferienfreizeiten, Gruppenreisen	
Nutzungszeiten	nach Anmeldung	
Voraussetzung	<p>Eine Betreuung der Gruppe ist ausschließlich in der Freizeit nötig. Erfahrene Erlebnispädagogen und Outdoortrainer betreuen und begleiten die Übungen.</p>	
Beschreibung	<p>Das Angebot der Erlebnistage richtet sich vor allem an Schulklassen aller Altersstufen und Schulformen sowie an Auszubildende, Feriengruppen und Vereine.</p> <p>Es wird für die Gruppe nach Absprache ein individuelles Programm aus dem Bereich der Erlebnispädagogik zusammengestellt. Ein mögliches Programm könnte folgendes beinhalten:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Interaktions-, Kooperations- und Naturerfahrungsspiele - Seilaktion zur Seilgewöhnung mit Gurteinweisung, Materialkunde, Sicherheitsübungen und Auswertung - Komplexere Seilaktionen, wie z.B. Überqueren einer Schlucht, Klettern am Fels - Selbstorganisierte Zweitages tour zu einer Hütte, einem Biwak oder einem Zeltplatz - Gemeinsames Kochen - Aktivitäten auf dem Wasser <p>Aktion und anschließende Reflexion gehören hierbei zu den Grundprinzipien Ihrer Arbeit. Ziel ist es, Lebenskompetenzen zu vermitteln, Kommunikation und Kooperation in der Gruppe zu fördern, das Selbstbewusstsein zu stärken und Verantwortungsbereitschaft zu entwickeln.</p>	

Großspielgeräte der Stadt Braunschweig

Ansprechpartner	Stadt Braunschweig Fachbereich Kinder, Jugend und Familie
Telefon	(0531) 470 – 8527
Internet	www.bs4u.net/kidsportal Die Ausleihe erfolgt per Mail!
Kosten	Je nach Gerät verschieden: z.B. Street Soccer Court: 10 x 15 m pro Tag 75,- € Kletterwand 250,- € Spielmobil 2, große Hüpfburg 70,- € pro Tag
Ausleihzeiten	1. April bis 31. Oktober
Servicezeiten	montags, mittwochs und freitags von 9.00 – 12.00 Uhr und von 14.00 – 16.00 Uhr
Voraussetzung	keine Besonderheiten
Beschreibung	<p>Unter oben genannter Email-Adresse sind alle Geräte sehr gut beschrieben und mit Fotos dargestellt. Außerdem gibt es gute Infos über Ausleihmodalitäten (Email-Bestell-Formular, Kalender mit freien Zeiten). Die Stadt Braunschweig verfügt über eine große Vielfalt an Groß- und Kleinspielgeräten. Hier nur einige Beispiele:</p> <p>Bewegung: Swingcart, Rollbrett, Pedalos, Rasenskier, Dreirad und Roller, Ben Hur, Suky, Belly Bumper, Schwingkreisel</p> <p>Spiel und Spaß: Acti Roll, Button-Maschine, Glücksrad, Torwand</p> <p>Werfen und Schleudern: Zielwurfwand, Ringe werfen, Wurfkasten, Jakkolo, Wurf Schleuder</p> <p>Geschicklichkeit: Zittertest, Vier gewinnt, Labyrinth, Fußlabyrinth, Tafelgemurmel-Set, Rollenrutsche, Balancebrett</p> <p>Darüber hinaus können folgende Großspielgeräte entliehen werden: Hüpfburgen, Luftkissen, Kletterwand, Soccer Court</p>

Erlebnispädagogische Programme in Jugendherbergen in Niedersachsen

Ansprechpartner	Christoph Brand Langeland 44 32051 Herford
Telefon	(05221) 34 821 0
Fax	(05221) 34 821 1
Internet	www.schattenspringer.de
Veranstaltungsorte	<ul style="list-style-type: none"> ○ Jugendherberge Bad Fallingbostel ○ Jugendherberge Bad Iburg ○ Jugendherberge Bad Lauterberg ○ Jugendherberge Bad Zwischenahn ○ Jugendherberge Bispingen ○ Jugendherberge Bodenwerder ○ Jugendherberge Clausthal-Zellerfeld ○ Schullandheim Friedrichsburg ○ Jugendherberge Hann. Münden ○ Jugendherberge Hannover ○ Jugendherberge Hildesheim ○ Jugendherberge Mardorf, Neustadt a. Rbge ○ Jugendherberge Melle ○ Jugendherberge Rinteln ○ Jugendherberge Schöningen ○ Jugendherberge Uelzen ○ Jugendherberge Uslar ○ Gast- und Ferienhof Trapp ○ Jugendfreizeitheim Silberborn ○ Jugendherberge Müden/Örtze ○ Jugendherberge Rotenburg/ Wümme ○ Jugendherberge Bad Sachsa ○ Schullandheim Weser
Kosten	Bsp. JH Müden: 5 Tage ab 145,- €
Zielgruppe	Schulen
Beschreibung	<p>Individuelle Programme werden zusammengestellt: Beispiele:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Klettern (Abseilen und Kistenklettern) ▪ Interaktionsspiele (Spinnennetz, Säureteich) ▪ Kommunikationsübungen ▪ Wahrnehmungsübungen (Nachaktionen) ▪ Indooraktionen (bei schlechtem Wetter) ▪ Bau von Hängebrücken ▪ Vertrauensspiele ▪ Mobile Hoch und Niedrigseilgartenelemente ▪ Naturerlebniswanderungen, Baumklettern

Kletterwand vom Deutschen Alpenverein (DAV) e.V.

Ansprechpartner

Kletterwandreferent: Torsten Ihlemann
Sportanlage Güldenstr. 39c
38100 Braunschweig

Telefon

(0531) 2805894 / 505836

Internet

www.davbs.de/Anlagen/Kletterwand.html
Hier ist auch ein Belegungsplan einsehbar.

Kosten

Wochenkarte für DAV-Mitglieder: 7,- €
Wochenkarte für Nichtmitglieder: 20,- €
Jahreskarte für DAV-Mitglieder: 60,- €
Jahreskarte für DAV-Mitglieder (Jugend): 25,- €

Nutzerkarten erhältlich:

DAV Sektion Braunschweig e.V. Münzstr. 9 38100 Braunschweig Di: 16.00 – 18.30 Uhr Do: 10.00 – 12.00 Uhr Tel.: (0531) 42477	„SFU – Sachen für unterwegs“ Neue Straße 20 38100 Braunschweig Mo-Fr: 10.00 – 19.00 Uhr Sa: 10.00 – 18.00 Uhr Tel.: (0531) 13666
--	---

Kletterausrüstung ist mitzubringen.

Zielgruppe

Grundsätzlich jeder, es sollte jedoch immer ein Kletterer mit Erfahrung dabei sein um anzuleiten. Ansonsten ist die Nutzung der Kletterwand in Gruppen des DAV möglich.

Nutzungszeiten

7.30 – 22.00 Uhr
Am Wochenende, an Feiertagen und in den Schulferien ist die Sportanlage geschlossen. Gegen ein Pfand von 30 € können Schlüssel zur Anlage auf der Geschäftsstelle und im Sportgeschäft „Sachen für unterwegs“ ausgeliehen werden.

Beschreibung

Bei der Kletterwand der Sektion Braunschweig handelt es sich um eine Wand von 10 Meter Breite, 10 Meter Höhe (seit April 2001) und einer maximale Auskrugung von 3 Metern der Firma T-Wall aus strukturierten Kunstfaserplatten mit aufgeschraubten Griffen. Die Kletterwand wurde Ende 2007 nach links erweitert und die Kletterfläche fast verdreifacht (jetzt ca. 300m²). Die einzelnen Routen sind durch farbig einheitliche Griffe definiert, aber daran muss sich niemand halten. Sicherungspunkte sind in 1 Meter Abstand vorhanden, mit den ersten Sicherungen in 3 Meter Höhe. Dadurch ist gefahrloser Vorstieg gewährleistet. Ein Einhängen von Topropseilen ist nur durch Vorstieg möglich, aber das Einhängen benachbarter Routen ist problemlos möglich. Die Wand ist nach Süden ausgerichtet und durch den großen Überhang im alten und dem Regenschutz im neuen Wandteil halbwegs regensicher. Mehrere Kletterrouten mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden sind möglich.

Mega-Soccer

(großer aufblasbarer Kicker)

Ansprechpartner	Jens Wrase, Anja Maltzahn Krummenried 49 38179 Schwülper
Telefon	(05303) 990779 Mobil: 0160/90529970
Fax	(05303) 990775
E-Mail	info@ja-huepfburg.de
Internet	www.ja-huepfburg.de
Kosten	Gesamtpreis ca. 580,- € inklusive Anlieferung, Aufbau, Abbau und Betreuungspersonal.
Zielgruppe	größere Veranstaltungen
Nutzungszeiten	nach Vereinbarung, z.B. Aufbau 14.00 Uhr, Abbau 20.00 Uhr
Voraussetzung	Das Betreuungspersonal kümmert sich um Anlieferung, Aufbau, Einhaltung der Spielregeln sowie einem verantwortungsvollen Umgang mit dem Großspielgerät und dem Abbau. Die Spielorganisation muss selbst gemacht werden! Es wird eine ebene Stellfläche mit den Maßen 16,0 m x 8,0 m x 3,0 m benötigt. Stromanschluss muss in der Nähe vorhanden sein. Das Personal des Vermieters erhält in der Regel kostenlos Erfrischungsgetränke, sowie bei Aktionszeiten über 5 Stunden pro Person einen warmen Imbiss und ½ Stunde Pause.
Beschreibung	Der „Mega Soccer“ ist ein großer aufblasbarer Kicker, wobei reale Personen die Funktion der Kickerfiguren übernehmen. 6 Spieler pro Mannschaft sind dabei mit Klettverschlüssen an Stangen befestigt. Die Stangen sind horizontal beweglich, so dass die Spieler sich innerhalb des Spielfeldes nach rechts und links verschieben können. Es wird nach den bekannten Tischfußballregeln gespielt. Wichtig sind Teamarbeit, Kooperationsfähigkeit und Freude an der Bewegung.

Mountainbiking als Integrationsansatz

Ansprechpartner	Uwe Günther (Mountainbike-Koordinator für das Programm Integration durch Sport beim LandesSportBund Niedersachsen e. V.)
Telefon	0179 – 5425091
E-Mail	guentheruwe@t-online.de
Kosten	Keine (300 € Kautiön)
Zielgruppe	Menschen mit Migrationshintergrund
Voraussetzung / Ausleihberechtigt	Alle gemeinnützigen Mitglieder des LandesSportBundes sowie nicht-kommerzielle Kooperationspartner (wie z. B. Wohlfahrtsverbände, Kirchen, Schulen)
Beschreibung	<p>Es ist Ziel des Programms „Integration durch Sport“ Menschen mit Migrationshintergrund über den organisierten Sport den Weg in die Gesellschaft zu erleichtern. Zu diesem Zweck wird dem Programm vom Bund mobiles Equipment zur Verfügung gestellt. Es soll zur Erleichterung von Erstkontakten dienen, eine Begegnungsplattform für Einheimische und Zugewanderte schaffen und hierbei die Möglichkeiten des Vereinssports transportieren. Das Material wird kostenlos für Integrationsmaßnahmen zur Verfügung gestellt und lässt aufgrund dieser Zweckbestimmung keinen andersartigen Einsatz zu.</p> <p>Ausstattung:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 15 Mountainbikes • inkl. Schutzausrüstung • Reparatur-, Wartungs- und Reinigungsmaterial <p>Der Mountainbike-Anhänger kann gemeinsam mit einem 9-Sitzer-Bus ausgeliehen werden, mit dem der Anhänger auch gezogen werden kann.</p> <p>Standort: Bovenden (bei Göttingen)</p>
Umsetzung	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kontaktaufnahme mit U. Günther zum geplanten Vorhaben 2. Übungsleiter/Betreuer des Entleihers absolviert einen Lehrgang zur Nutzung des MTB-Equipments 3. Terminanfrage und –abstimmung mit U. Günther inkl. Antragsabwicklung
Fotos	 <p>Landeskoordinatorin Jennifer Osthus (LSB) mit MTB-Koordinator Uwe Günther</p>

Outtrain

Ansprechpartner	Dirk Große Weidenstraße 8 39114 Magdeburg
Telefon	(0391) 5560 892 Mobil: 0179/5468771
Fax	(0391) 5067 580
E-Mail	info@outtrain.de
Internet	www.outtrain.de
Kosten	Beispiel: Einzelpersonen - Familientage: Immer sonntags finden im Jahr an best. Terminen Familientage im Hochseilpark Friedensau statt. 3 Stunden- / 6 Stunden-Programm: Erwachsene: 38,- € / 55,- € Kinder: 20,- € / 30,- € 2 Erwachsene, 2 Kinder: 100,- € / 150,- €
Zielgruppe	Kinder – und Jugendgruppen, Erwachsenengruppen, Firmen, Privatpersonen
Nutzungszeiten	Beispiel: Familientage sind von April bis Oktober an best. Sonntagen, Termine auf Internetseite einsehbar
Voraussetzung	Für die Programme sind keinerlei sportliche Voraussetzungen erforderlich. Die Veranstaltungen finden meist im Freien statt – auf entsprechend wetterfeste Kleidung ist zu achten.
Beschreibung	Erlebnispädagogik, Outdoor-Training, Teamtraining in der Jugendbildungsstätte Peseckendorf, den Jugendherbergen Gommern und Schierke oder am Kletterturm im Elbauenpark Magdeburg

Viel Spaß im Wald

- ein Outdoorseminar

Ansprechpartner

Torsten Unnasch
Anke Pfannkuchen
Helmstedter Str. 77
38126 Braunschweig



Telefon

(0531) 701 39 00
Mobil: 0160/97 63 92 73

E-Mail

ap@viel-spass-im-wald.de

Internet

www.viel-spass-im-wald.de

Kosten

1 Tag: ab 19,- € pro Person
2 Tage: ab 45,- € pro Person (+ 1 Nacht im Wald)
3 Tage: ab 75,- € pro Person (+ 2 Nächte im Wald)
Verpflegung ist inklusive!

Zielgruppe

Kinder (ab 10 Jahre), Jugendliche, Erwachsene

Nutzungszeiten

Einsteiger: 1 Tag: 7-8 Stunden
Kenner: 2 Tage
Survivor: 3 Tage

Beschreibung

In einem Waldgebiet in der Nähe von Blankenburg/Harz vermitteln die beiden erfahrenen Trainer in spielerischer Form Fertigkeiten, die auf ihren Reisen fernab der Zivilisation lebensnotwendiger Alltag waren. Dazu gehört die Einführung in „Überlebenstechniken“ wie Orientierung im Gelände, Abseilen, Feuer machen ohne Feuerzeug, Einrichtung eines Notcamps, Wasser und Nahrung besorgen und bereiten u. ä.

Im Einsteigerseminar werden keine besonderen Ansprüche an die körperliche Fitness gestellt. Jeder der Lust dazu hat, den ganzen Tag draußen unterwegs zu sein und mindestens 10 Jahre alt ist, kann mitmachen.

In den beiden weiteren Stufen „Kenner“ und „Survivor“ sollten die o. g. Fertigkeiten nicht mehr ausprobiert, sondern gezielt angewendet werden. Die Wanderstrecken sind anspruchsvoller und verlangen eine bessere Kondition. Beim Abseilen ist mehr Mut gefordert, das Essen muss sich verdient werden. Übernachtet wird natürlich ohne Zelt und im Freien!

Ziel bei allen Aktionen ist, den Spaß an Outdoor-Aktivitäten zu wecken, die Kommunikation und Kooperation innerhalb der Gruppe zu fördern und Selbstwertgefühl sowie Verantwortungsbewusstsein zu entwickeln.

Seilgarten Hannover

Ansprechpartner	Jörg Weihrauch Walderseestraße 100 30177 Hannover	
Telefon	(0511) 69 66 003	
Fax	(0511) 39 10 47	
E-Mail	info@seilgarten-hannover.de	
Internet	http://www.seilgarten-hannover.de/	
Kosten	auf Anfrage od. im Internet	
Zielgruppe	Schulklassen und andere Gruppen	
Beschreibung	<ul style="list-style-type: none"> • Der Seilgarten Hannover ist ein Kooperationsprojekt der hannoverschen Jugendarbeit und der Berufsschule 3. • Das Programm findet auch bei Regen statt (Ausnahmen sind schwerer Dauerregen, Sturm, Hagel). • Bei einem Teamtrainingsprogramm findet mindestens die Hälfte der Aktivitäten am Boden statt. • Hierbei stehen kooperative Abenteuerspiele und Aufgaben auf Niedrigseilelementen im Mittelpunkt. Teilnehmer/innen, die Angst haben, unsicher oder bewegungseingeschränkt sind, können sich hier gut integrieren. • Nach einer kurzen Pause geht es im zweiten Teil in den Hochseilbereich. • Wir arbeiten nach dem Prinzip der Freiwilligkeit („Challenge by choice“). Die Teilnehmer/innen entscheiden selbst, wo ihre Grenzen sind. Unsere Trainer/innen versuchen aber, positive Motivationshilfe zu geben. 	
Umsetzung	<p>Besonders bei Schulklassen und Jugendgruppen empfehlen wir, den Besuch des Seilgartens mit den Teilnehmer/innen vorher durchzusprechen. In dieser Vorbereitung sollte es nicht nur um organisatorische Fragen gehen, sondern auch um eine inhaltliche Einstimmung. Sie können dort:</p> <ul style="list-style-type: none"> • das Programm vorstellen • ihre Intentionen und Ziele, die Sie mit dem Seilgartenbesuch verknüpfen, den Teilnehmer/innen transparent machen sowie • die Erwartungen der TN abfragen und den TN Gelegenheit geben, ihre Ängste und Unsicherheiten anzusprechen. 	

Hochseilpark Bad Harzburg

Ansprechpartner	<p>Team Skyrope Schützenplatzweg 7-11 38700 Hohegeiss</p>	
Telefon	(039457) 98620	
E-Mail	mail@skyrope.de	
Internet	www.skyrope.de	
Kosten	<p>Ganztagesangebot (7 Stunden): bis 20 Personen 500,- €, jede weitere Person 25,- €</p> <p>4-Stunden-Angebot: bis 20 Personen 400,- €, jede weitere Person 20,- €</p>	
Nutzungszeiten	Jederzeit, abhängig vom Wetter	
Beschreibung	<p>Der Hochseilpark Bad Harzburg ist eine Herausforderung der Sinne auf hohem Niveau. In 10 Metern Höhe verbinden sich Seile, Stämme und Holzbalken zu den verschiedensten Situationen, in denen jeder seine persönlichen Grenzen ausloten und neu definieren kann. Auf dem Weg über Drahtseile, Schaukeln, Seilbrücken und Holzstege werden Verstand, Herz und Können in Einklang gebracht. Ein Erlebnis von dem wir uns im täglichen Leben bereits weit entfernt haben. Eine Vielfältigkeit der Übungen bietet Gruppen und Einzelpersonen eine individuelle und intensive Erlebniswelt. Bei der Arbeit des Skyrope Hochseilparks ist Sicherheit oberstes Gebot. Die Gruppe wird von mindestens zwei Trainern betreut. Diese verfügen über eine spezielle Hochseilgarten-Ausbildung und weitreichende Erfahrungen im Umgang mit Gruppen in Hochseilanlagen.</p> <p>Der Skyrope Hochseilpark ermöglicht durch seinen sternförmigen Aufbau den größtmöglichen Spielraum bei der Auswahl der einzelnen Übungen. Die vielen unterschiedlichen Top-Rope- und Selbstsicherungselemente machen ihn zu einem der größten und vielfältigsten Hochseilparks Deutschlands.</p> <p>Der Hochseilpark liegt mitten in der Natur und hat gleichzeitig bestmögliche Verkehrsanbindungen.</p>	

Seilgarten Salzgitter – Fredenberg

Ansprechpartner	<p>Frau Kalisch-Menken/ Herr Ziola</p> <p>Verein zur Förderung der Berufsbildenden Schulen Fredenberg e.V. Hans-Böckler-Ring 18-20 38228 Salzgitter</p>
Telefon	(05341) 403 219
E-Mail	b.kalisch-menken@bbs-fredenberg.de
Zielgruppe	Klassenfahrten, Ferienfreizeiten, Gruppenreisen
Beschreibung	<p>Der Seilgarten in Salzgitter Fredenberg ist ein aus Stahlseilen künstlich erschaffener Parcours, der für die Teilnehmer verschiedene Übungen und Herausforderungen als Gruppe bzw. Partner bereithält. Er verfügt dazu über Elemente im Niedrig- und Hochseilbereich, die nur im Team zu bewältigen sind.</p> <p>Niedrige Elemente, sogenannte Low-Level, befinden sich in der Regel bis 4 Meter über dem Boden. Am Fredenberg hat beispielsweise das Stahlseil des „Mohawk Walk“ eine Höhe von ca. 40 cm. Daneben gibt es noch die Elemente „The Wall“ und „die Wippe“.</p> <p>Die Hohen Elemente (High Level), am Fredenberg 10 Meter über dem Boden, beinhalten Übungen wie „Team Beam“, „Coaching Bridge“, „Flying Bridge“, „Pamper Pool“ oder den „Lianengang“.</p> <p>Die Teilnehmer erhalten spezielle Helme und Gurte und werden von mindestens zwei nach den Richtlinien der ERCA (European Rope Course Association) ausgebildeten Seilgartentrainern angeleitet.</p> <p>Auf Anfrage können auch Firmen, Einrichtungen und Institutionen den Seilgarten nutzen. Trainer hierfür können über den Kontakt vermittelt werden.</p>

Kletterwald Thale

Ansprechpartner

Kletterwald GmbH i.G.
 GF: Jürgen Reumann
 Straße der Völkerfreundschaft 10
 08543 Pöhl / Jocketa



Telefon

0176 / 96609538

Fax

(037439) 44401

E-Mail

info@kletterwald-ost.de

Internet

www.thale.kletterwald-erleben.de

Kosten

Erwachsene (ab 18 Jahren)	15,- €
Jugendliche, Studenten, Auszubildende (mit Nachweis)	12,- €
Kinder (bis 12 Jahre)	9,- €
5er Karte	10% Nachlass
10er Karte	20% Nachlass
Familien ab 3 Personen	20% Nachlass
Gruppen ab 10 Personen	20% Nachlass
Schulklassen ab 15 Personen (bis einschl. 6. Klasse)	je 7,- €
Schulklassen ab 15 Personen (ab 7. Klasse)	je 9,- €

Nutzungsdauer: 2 Stunden

Öffnungszeiten

Hauptsaison (Mai – August): 9:00 – 20:00 Uhr
 Nebensaison (April und September):
 Di - Fr 13:00 Uhr bis Sonnenuntergang
 Sa / So / Feiertage / Ferien 9:00 Uhr bis Sonnenuntergang
 montags ist geschlossen

Beschreibung

Der Thale Kletterwald bietet verschiedene Parcours von Fun (leicht) bis Aktion (schwer). Von den einfachsten Elementen kann man sich hocharbeiten bis zu den schwierigsten in 6-8 Metern Höhe. Zu den 50 Elementen gehören wackelige Brücken, Seilbahnen, Balken, Netzte und vieles mehr.

Im Unterweisungsparcours werden die Handhabung der professionellen Sicherheitstechnik gelernt und einige weitere Hinweise zum sicheren Klettern gegeben. Geschultes Personal überwacht die Parcours, gibt Hilfestellungen und ist in Notfällen zur Stelle.

Familien können das Angebot ebenso wahrnehmen, wie Vereine, Schulklassen, Firmen oder Einzelpersonen. Ein Mindestalter von 5 Jahren ist Voraussetzung, außerdem sollte man höhentauglich, schwindelfrei und gesund sein.

Festes Schuhwerk ist wichtig!

Outdoorparcours Johannes – Selenka - Schule

Ansprechpartner	Herr Klaus Mau Verein der Freunde und Förderer der Johannes-Selenka-Schule e.V. Inselwall 1a 38114 Braunschweig
Telefon	(0531) 470 69 00 direkt: (0531) 470 69 11
E-Mail	mau@confetti-art.de
Internet	www.johannes-selenka-schule.de (Schulleben/Outdoorparcours)
Kosten	2,-- € pro Schüler, andere Gruppen auf Anfrage
Zielgruppen	Schulklassen und andere Gruppen
Beschreibung	<p>Ein Gruppenerlebnis mit Nachhaltigkeit ist eine Tour durch unseren Outdoorparcours. Im Anschluss besteht die Möglichkeit in unserem Tippi zu grillen.</p> <p>Unser Parcours bietet Hindernisse in Bodennähe. Die Teilnehmer bewegen sich überwiegend in Absprunghöhe (ca. 60cm) über die Anlage. Die Ausnahme ist unsere Wand - etwa 4m hoch.</p> <p>Handlungsorientiertes Lernen, die psychomotorische Entwicklung und die persönlichen sozialen Kompetenzen werden mit den zahlreichen spannenden Übungen unterstützt.</p> <p>Denken, Fühlen und Handeln werden hier gleichermaßen gefordert. Körper, Geist und Seele sind beteiligt. Altes Verhalten kann somit in der Bewegung abgelegt und neues Verhalten eingeübt werden, nach dem Lernprinzip:</p> <p>Sag mir wie, und ich vergesse es.</p> <p>Zeig mir wie, und ich werde mich erinnern.</p> <p>Lass es mich erleben und ich werde es verstehen.</p> <p>Durch das Schaffen besonders intensiver Erlebnissituationen werden Perspektiven erweitert und Wertvorstellungen verändert. Die Jugendlichen werden dazu angeregt, ihr bisheriges negatives Verhalten im privaten, schulischen und beruflichen Alltag zu überdenken, um neue Wege des konstruktiven Miteinanders zu erproben.</p> <p>Für die Nutzung werden Arbeits- und Sicherheitsmanuale bereitgestellt, so wie vorab eine Einführung durchgeführt.</p> <p>Auf Anfrage können auch Firmen, Einrichtungen und Institutionen den Parcours nutzen.</p>

C. Stress und Konfliktbewältigung

Konfliktbewältigung und Umgang mit Stress sind Kompetenzen, die in der Suchtprävention eine herausragende Rolle spielen. Menschen, die ein großes Verhaltensrepertoire erlernt haben, gerade mit belastenden Gefühlen (Gefühle von Überforderung, Ärger, Hilflosigkeit, sich alleine fühlen) umzugehen, sind weniger gefährdet zu Suchtmitteln zu greifen. Ob man etwas als Stress empfindet, ist letztlich immer eine Frage der individuellen Interpretation: was dem einen als eine prickelnde Herausforderung erscheint, ist für den anderen eine unlösbare, belastende Situation und damit Stress erzeugend. Kindern und Jugendlichen dabei zu helfen, einen „gesunden“ Umgang mit Stress zu erlernen und sie in ihrem Selbstwertgefühl zu stärken, stellt einen wichtigen Schutz vor Alkoholmissbrauch dar.

Entspannungstraining für Jugendliche

Ansprechpartner	<p style="text-align: center;">JUGENDBERATUNG mondo </p> <p>Thekla Trautmann und Ellena Keller Paul-Jonas-Meier-Str. 42 38104 Braunschweig</p>
Telefon	(0531) 37 73 74
E-Mail	info@mondo-X.de
Internet	www.mondo-X.de
Kosten	25 € für 5 Termine à 1,5 Std.
Zielgruppe	Jugendliche zwischen 13 bis 18 Jahren
Beschreibung	<p>In dieser Gruppe werden verschiedene Entspannungstechniken wie Progressive Muskelentspannung und Imaginations-techniken vorgestellt und eingeübt. Daneben geht es um Entspannungsmöglichkeiten im Alltag und um individuelle Lösungsstrategien der Teilnehmer für schwierige Situationen. Dabei kann es z.B. darum gehen, leichter einzuschlafen, sich vor Klassenarbeiten ruhiger zu fühlen oder in Konflikten mit anderen gelassen zu bleiben. Fertigkeiten in diesem Bereich können einer Suchtentwicklung vorbeugen.</p>
Umsetzung	Die Gruppe findet zweimal jährlich im Frühjahr und im Herbst eines Jahres statt. Vor der Teilnahme erfolgt ein Vorgespräch.

Fit für Kontakte & Konflikte - ein Training sozialer Kompetenzen

Ansprechpartner

JUGENDBERATUNG

mondo



Ellena Keller und Thekla Trautmann
Paul-Jonas-Meier-Str. 42
38104 Braunschweig
(0531) 37 73 74

Telefon

E-Mail

info@mondo-X.de

Internet

www.mondo-X.de

Kosten

50,- €, Ermäßigung möglich, 10 x 2,5 Std.+ 2 Samstage

Zielgruppe

Jugendliche und junge Erwachsene von 13 -23 Jahren, die Schwierigkeiten in der Impulskontrolle haben oder aber ängstlich und zurückgezogen sind

Ziele

Um die jugendspezifischen Entwicklungsaufgaben erfolgreich bewältigen zu können, ist ein beträchtliches Maß an sozialer Kompetenz erforderlich. Wenn diese nicht ausreichend vorhanden ist, können Probleme (z.B. Scheitern am Schulabschluss) entstehen, die oft als sehr belastend erlebt werden. Reaktionen reichen vom Rückzug in die Isolation und Drogenkonsum über aggressives Verhalten bis hin zur Entwicklung psychischer Erkrankungen.

Aus diesen Zusammenhängen leiten sich u.a. folgende Ziele des Trainings ab:

- Verbesserung von Kommunikations- und Kooperationsfähigkeiten
- Erlernen eines konstruktiven Umgangs mit Gefühlen
- Erwerb von angemessenem Verhalten in Konfliktsituationen
- Entwicklung eines stabilen Selbstbildes und einer realistischen Selbsteinschätzung
- Entwicklung von Einfühlungsvermögen

Umsetzung

Als wichtigste Methode werden Rollenspiele eingesetzt, bei denen die Teilnehmer/-innen die Möglichkeit haben, für sie schwierige Situationen zu spielen, um günstigere Verhaltensweisen einzuüben. Weiterhin werden Übungen durchgeführt, die zum einen die o.g. Ziele des Trainings beinhalten, zum anderen sollen sie die Bedeutung von Selbstverbalisationen für die eigene Befindlichkeit und das eigene Verhalten sowie die Wichtigkeit der langfristigen gegenüber den kurzfristigen Konsequenzen menschlichen Handelns deutlich machen.

Entspannung für Schulklassen und Jugendgruppen

Ansprechpartner



Thekla Trautmann und Ellena Keller
Paul-Jonas-Meier-Str. 42
38104 Braunschweig

Telefon

(0531) 37 73 74

E-Mail

info@mondo-X.de

Internet

www.mondo-X.de

Kosten

30 € pro Gruppe (max. 15 Pers.)

Zielgruppe

Schulklassen/Jugendgruppen ab 6. Jg.

Beschreibung

In dieser Gruppe können Jugendliche und junge Erwachsene erste Erfahrungen mit Entspannungstechniken wie Progressive Muskelentspannung und Imaginationstechniken sammeln und sich mit Entspannungsmöglichkeiten im Alltag beschäftigen. Da Suchtmittel häufig zur Entspannung und zum Schlafen eingesetzt werden, können Fertigkeiten in diesem Bereich einer Suchtentwicklung vorbeugen.

Nach Absprache sind auch mehrere Termine zur intensiveren Auseinandersetzung mit dem Thema möglich.

Umsetzung

Dieses Programm ist für 1 ½ Stunden ausgerichtet und findet mit Halbklassen ohne Lehrer in der Jugendberatung **mondo X** statt. Die Schüler/-innen lernen so die Beratungsstelle kennen, was die Hemmschwelle verringert, bei Bedarf auch Einzelberatung in Anspruch zu nehmen.

Das Angebot wird seit Jahren von Schulen und anderen Jugendgruppen gut angenommen.

D. Eltern

Eltern von Jugendlichen haben die schwierige Gratwanderung zwischen Loslassen und Aufpassen zu meistern: Eltern sollen mit ihren Kindern (auch über Alkohol) reden und sich doch nicht überall einmischen; sie sollen Vertrauensperson sein und gleichzeitig Grenzen setzen; sie sollen Verantwortung abgeben, ihren Kindern vertrauen und trotzdem bescheid wissen, wo sich ihre Kinder mit wem aufhalten. Sie sollen gutes Vorbild in Sachen Alkohol sein und doch ist Alkoholmissbrauch in unserer Gesellschaft allgegenwärtig.

Elternabende zum Thema Sucht/Alkohol/Drogen in Schulen können größere Sicherheit bei Gesprächen mit den eigenen Kindern schaffen.

Auch beim Angebot „Starke Eltern – Starke Kinder“ geht es darum, Eltern zu ermutigen und sie in ihrer Erziehungsverantwortung zu stärken.

Starke Eltern – Starke Kinder

Ansprechpartner	Deutscher Kinderschutzbund OV Braunschweig Madamenweg 154 38118 Braunschweig
Telefon	(0531) 81009
E-Mail	info@dksb-bs.de
Internet	www.dksb-bs.de
Kosten	20,- € pro Person / 30,- € pro Paar
Zielgruppe	Eltern
Voraussetzung	keine
Beschreibung	<p>Der Elternkurs umfasst 8 bis 12 Abende und findet einmal wöchentlich, zurzeit immer abends zwischen 19:30 und 21:30 Uhr statt.</p> <p>Ziel des Kurses ist es, Eltern in der Übernahme ihrer Erziehungsverantwortung zu stärken, sie zu ermutigen, sich mit den kleinen und größeren Schwierigkeiten des Alltags zu beschäftigen und gemeinsam nach Lösungen zu suchen.</p> <p>Wir wollen, dass Eltern sicherer werden im Umgang mit ihren Kindern, dass sie eigene Anteile reflektieren und im Gespräch mit anderen Eltern die Erfahrung machen: nicht nur bei uns in der Familie ist es manchmal schwierig, und es hilft, sich mit anderen Eltern auszutauschen.</p> <p>Zu den Kursen gehört immer ein theoretischer Teil, der von der Kursleitung vorbereitet wird, ein (umfangreicher) praktischer Teil, in dem an den Beispielen, die die Eltern mitbringen, gearbeitet wird und eine Wochenaufgabe, in dem die Eltern während der Woche ‚üben‘ und das Gehörte anwenden können.</p>

Elternabende in Schulen rund um die Themen Alkohol und Sucht

Ansprechpartner	<ul style="list-style-type: none"> • Gesundheitsamt Braunschweig, Telefon: 4707004 E-Mail: doris.freudenstein@braunschweig.de • Jugend – und Drogenberatungsstelle, Telefon: 220 900 E-Mail: drobs-braunschweig@paritaetischer-bs.de • Jugendberatung bib Telefon: 5 20 85 E-Mail: kontakt@jugendberatung-bib.de • Jugendberatung mondo X Telefon: 37 73 74 E-Mail: info@mondo-X.de • Polizei Telefon: 476 3055 E-Mail: ines.fricke@polizei.niedersachsen.de • Lukas-Werk Telefon: 88 92 060 E-Mail: lubs7@lukas-werk.de • Kinder – und Jugendschutz Telefon: 470 8523 E-Mail: thomas.seliger@braunschweig.de
Kosten	kostenlos
Zielgruppe	Eltern
Beschreibung	<p>Dieses Angebot richtet sich an Schulen oder Jugendeinrichtungen, die zum Thema Alkohol einen Elternabend ausrichten möchten. Eine Vielzahl von Fachleuten unterschiedlicher Profession ist mit dem Thema Alkohol befasst; entsprechend können die Schwerpunkte variieren:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aspekte des Jugendschutzes, - Missbrauch und Suchtgefahren, - wie können Eltern ihre Kinder stärken, - miteinander reden, - risikoarmer Alkoholkonsum, - auch Alkohol trinken will gelernt sein, - rechtliche Aspekte bei Drogenkonsum, - Unfälle unter Alkoholeinfluss. <p>Die Elternabende haben kein festes Konzept, sondern sind in Absprache mit den Schulen und den jeweiligen Fachleuten zu entwickeln.</p>

E. Risikokonsumenten

Jeder dritte Junge und jedes sechste Mädchen aus den 10. Klassen in Braunschweig trinkt wöchentlich so viel Alkohol (5 oder mehr alkoholische Getränke an einem Abend), dass man von einer Gesundheitsschädigung und einer Suchtgefährdung ausgehen muss (siehe Ergebnisse in der Braunschweiger Studie im Anhang). Hinzu kommen die in den letzten Jahren gestiegenen Zahlen bei Jugendlichen, die mit Alkoholvergiftung im Krankenhaus aufgenommen werden.

Im Jahr 2009 hat es erfreulicherweise erstmalig seit 2002 eine Stagnation gegeben: d. h. es gibt etwas weniger alkoholvergiftete Minderjährige, die in die Klinik eingeliefert wurden. Im bundesweiten Trend hat es 2009 hingegen eine neuerliche Steigerung gegeben.

An riskant konsumierende Jugendliche richten sich die sekundär präventiven Angebote „Hart am Limit“ mit dem „Risiko-Check“, das „Gruppenangebot bei CLEAR“ sowie „DrinkLess“.

Hart am Limit

Projekt für alkoholgefährdete Jugendliche – Risiko-Check

Ansprechpartner

Rainer Schubert
Stadt Braunschweig
Gesundheitsplanung
Hamburger Str. 226
38114 Braunschweig

Kooperationspartner

Jugendberatungsstelle bib
Jugend- und Drogenberatung CLEAR
Kinderklinik
Feuerwehr
Psychosozialer Unterstützung PSU (Notfallseelsorge der Feuerwehr)
Jugendschutz
Polizei
Gesundheitsamt

Telefon

(0531) 470 7003

E-Mail

rainer.schubert@braunschweig.de

Kosten

kostenlos

Zielgruppe	<p>„Hart am Limit“ wendet sich an Jugendliche, die in exzessiver Weise Alkohol konsumieren. Angesprochen werden Jugendliche die:</p> <ul style="list-style-type: none"> • mit Alkoholvergiftung ins Krankenhaus kommen • in Jugendfreizeiteinrichtungen Sozialarbeitern Sorgen bereiten • die der Polizei im öffentlichen Raum durch übermäßigen Alkoholkonsum auffallen • deren Eltern, Lehrer oder Mitschüler beunruhigt sind angesichts exzessiven Alkoholtrinkens.
Voraussetzung	<p>Bereitschaft zu einer Beratung bei der Jugendberatung bib oder Jugend- und Drogenberatung CLEAR und / oder zur Teilnahme an dem Gruppenangebot „Risiko-Check“</p>
Beschreibung	<p>Das Angebot umfasst:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kontaktaufnahme mit dem Jugendlichen (im Krankenhaus durch die Psychosoziale Unfallhilfe, in der Schule, auf der Straße, ...) • Bereitstellung von Einzel/Gruppenangeboten „Risiko-Check“ • Evtl. Überleitung in weitergehende Hilfen • Erfassung von Daten zum Alkoholkonsum <p>In einem ersten Schritt werden Jugendliche zu einer Beratung motiviert. Wenn ein Jugendlicher schwer intoxikiert stationär behandelt wird, kann nach Entbindung von der Schweigepflicht gegenüber den behandelnden Ärzten durch den Jugendlichen und seine Eltern eine direkte Kontaktaufnahme mit einer Mitarbeiter/in der PSU oder der Jugendberatung bib erfolgen. Dies geschieht möglichst in der Klinik.</p> <p>In diesem sogenannten Brückengespräch mit dem Jugendlichen geht es um das Erlebte, daraus resultierende Ängste, Wut oder Frustration. Dieses Gespräch schlägt die Brücke zu einer weiteren Auseinandersetzung mit dem eigenen Alkoholkonsum (Gruppe oder Einzelberatung). Auch begleitende Elterngespräche finden statt.</p> <p>Das zeitlich begrenzte Gruppenangebot (Risiko-Check) dient der Reflexion der Hintergründe des exzessiven Trinkverhaltens und der künftigen Vorbeugung. Verhaltensänderung im Sinne eines besseren Selbstmanagements wird angestrebt.</p>

Risiko-Check

Projekt für alkoholgefährdete Jugendliche

Ansprechpartner	Britta Bussenius-Braun Stadt Braunschweig Gesundheitsförderung Hamburger Str. 226 38114 Braunschweig
Telefon	(0531) 470 7220
E-Mail	britta.bussenius-braun@braunschweig.de
Kosten	15,- €
Zielgruppe	Der „Risiko-Check“ wendet sich an Jugendliche, die in exzessiver Weise Alkohol konsumieren. Angesprochen werden Jugendliche, die bereits negative Erfahrungen (z.B. Alkoholvergiftung) gemacht haben.
Beschreibung	<p>Das Angebot umfasst:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reflexion des Trinkverhaltens • Klettern als erlebnispädagogische Aktion • Nachbereitung des Erlebten u. Integration dieser Rauscherfahrung in den Alltag <p>Das zeitlich begrenzte Gruppenangebot (Risiko-Check) dient der Reflexion der Hintergründe des exzessiven Trinkverhaltens und der künftigen Vorbeugung.</p> <p>Darüber hinaus findet eine erlebnispädagogische Aktion statt (Klettern im Hochseilgarten), die dazu dient, den Jugendlichen zu vermitteln, wie man den Kick einmal anders erleben kann. Diese Aktion wird sorgfältig vor- und nachbereitet.</p> <p>Das Bedürfnis nach Rausch und Risiko wird mit dem Klettern abgedeckt und die Jugendlichen machen die Erfahrung, dass dieses Rausch- und Risiko-Erleben auch ohne Alkohol möglich ist.</p> <p>Bei der Nachbereitung wird den Jugendlichen dieser Aspekt bewusst gemacht, so dass sie lernen können, wie sie dieses Erlebnis sinnvoll in ihren Alltag integrieren können.</p> <p>So verläuft die Veranstaltung unter dem Motto: „Maximaler Spaß bei maximaler Sicherheit“.</p> <p>Insgesamt wird eine Verhaltensänderung im Sinne eines besseren Selbstmanagements angestrebt. Auf diese Weise kann ein vernünftiger Umgang mit Alkohol gelingen.</p>

Gruppenangebot bei CLEAR

Klärungs- und Beratungsstelle der Drobs für Jugendliche und junge Erwachsene

Ansprechpartner	<p>Sabine Herzmann, Dipl. Sozialpädagogin Saarbrückener Straße 50 (Lehndorf) 38116 Braunschweig</p>	
Telefon	<p>(0531) 480 7990</p> <p>donnerstags 13.00 – 14.00 Uhr Telefonzeit 14.00 – 15.00 Uhr Sprechzeit ohne Anmeldung</p>	
Kosten	<p>kostenlos</p>	
Zielgruppe	<p>Jugendliche und junge Erwachsene, die einen problematischen Konsum von Alkohol und/oder Cannabis bzw. Party-Drogen aufweisen.</p>	
Voraussetzung	<p>Voraussetzung für die Teilnahme an dem Gruppenangebot ist die Bereitschaft, den eigenen Konsum von Alkohol/Cannabis zu hinterfragen und sich auf einen Prozess in einer Gruppe einzulassen.</p>	
Beschreibung	<p>Das Gruppenangebot findet donnerstags in der Zeit von 17.00 bis 18.30 Uhr im Gruppenraum der Beratungsstelle Clear statt.</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt ist die Auseinandersetzung der Teilnehmer/innen mit dem eigenen Konsum von Alkohol und/oder Cannabis.</p> <p>Neben der Vermittlung von Grundlagenwissen zum Thema „Sucht“ wird mit sog. Konsumtagebüchern und einem intensiven Austausch in der Gruppe gearbeitet.</p> <p>An der Gruppe nehmen 8 -10 Interessierte teil. Eine ergänzende Unterstützung im Rahmen von Einzelberatung ist möglich.</p>	

DrinkLess

Ansprechpartner	Lukas Werk Fachambulanz Braunschweig Peter - Joseph - Krahe - Str. 11 38102 Braunschweig	
Telefon	(0531) 8892060	
Fax	(0531) 8892079	
E-Mail	fa-braunschweig@lukas-werk.de	
Kosten	40 € pro Teilnehmer	
Zielgruppe	Jugendliche und junge Erwachsene, die einen problematischen Konsum von Alkohol aufweisen.	
Beschreibung	<p>„DrinkLess“ ist ein Training für gesunden Alkoholkonsum und richtiges Verhalten im Umgang mit Alkohol. Individuelle und eigenständige Zielfindung wird unterstützt durch einen Trainer. Dabei liegt der Schwerpunkt auf einfachen und schnell zu erreichenden Zielen. Zu den „DrinkLess“ Zielen gehört es, Strategien zur Bewältigung von Risikosituationen, zum Beispiel von Stress kennen zu lernen. Zielverfolgung und Erprobung der Problemlösungsstrategien sind feste Bestandteile von „DrinkLess“, so dass im Anschluss individuelle Erfahrungen ausgetauscht werden können. Die Basis auf der all dies möglich ist: Eigenmotivation.</p> <p>Zusätzliche Energien werden durch die Anwendung der Problemlösestrategien freigesetzt und das Selbstbewusstsein wird weiter gestärkt.</p>	
Umsetzung	„DrinkLess“ ist ein 6-8 Wochen dauerndes Gruppentraining, das einmal wöchentlich für 1,5 Stunden angeboten wird.	

F. Kinder aus suchtbelasteten Familien

KIM – Kinder Im Mittelpunkt

Ansprechpartner



Kinder aus suchtbelasteten Familien

Karin Schulz
Hamburger Str. 29
38114 Braunschweig

Telefon

(0531) 37 73 43

E-Mail

k.schulz@shadowcontrol.de

Zielgruppe

Kinder ab 10 Jahre und Jugendliche

Beschreibung

Für süchtige Erwachsene gibt es unterschiedliche Behandlungsmöglichkeiten. Für Kinder aus suchtbelasteten Familien ist das Angebot sehr gering.

Die Situation des Kindes ist eine ganz besondere:

- es erlebt den Rausch mit
- es kann das Handeln der Mutter/ des Vaters nicht verstehen
- zerrissen zwischen den Eltern
- Wechselbad der Gefühle
- das einzig Zuverlässige ist die Unzuverlässigkeit
- Grenzüberschreitung und Gewalt
- Übergriffe auf die Persönlichkeit
- um die Kindheit betrogen
- Leben in ständiger Angst vor Trennung
- Leiden unter Scham und Schuldgefühlen
- Isolation
- kein Vertrauen zu seinen Eltern
- vermisst Geborgenheit, Zuwendung und Liebe

Umsetzung

Ziel ist es, den Suchtkreis zu durchbrechen.

Kinder aus suchtbelasteten Familien sind einem vielfach höherem Risiko ausgesetzt, selbst suchtkrank zu werden. „KIM“ bietet diesen Kindern/Jugendlichen - die oft zu früh erwachsen werden mussten - eine Umgebung, in der sie wieder sein dürfen. In der Gruppe und in Einzelgesprächen können die Kinder/Jugendliche sich geborgen fühlen, Sicherheit erfahren, Toleranz und Konfliktfähigkeit lernen, Vertrauen und Gefühle zulassen, Erfahrungen austauschen. Hilfsbereitschaft und Kontaktfreudigkeit werden gefördert und das Selbstbewusstsein gestärkt. Aus der Suchtforschung wissen wir, dass Kinder, die über soziale Kontakte verfügen und tägliche Ritualen in ihrem sozialen Umfeld nachgehen, eine höhere Chance besitzen, sich gegen die Belastung aus dem von Alkohol geprägten Elternhaus zu immunisieren. In den Gruppen von „KIM“ soll diese Entwicklung bestärkt werden.

Braunschweiger Kooperationsvereinbarung – Schutz bei Kindeswohlgefährdung durch eine Suchtproblematik der Eltern

Ansprechpartner	Jugend- und Drogenberatung Braunschweig Petra Bunke Kurt-Schumacher-Str.26 38102 Braunschweig	
Telefon	(0531) 220900	
Fax	(0531) 2209090	
E-Mail	drobs-braunschweig@paritaetischer-bs.de	
Internet	www.drogenberatung-braunschweig.de	
Beschreibung	<p>Ungefähr jedes 5. Kind in Deutschland wächst in einer suchtbelasteten Familie auf. Diese Kinder sind in ihren Entwicklungsbedingungen häufig benachteiligt und eingeschränkt. Ihre Lebenssituation ist oftmals geprägt durch psychische Dauerbelastungen.</p> <p>Die Braunschweiger Kooperationsvereinbarung hat zum Ziel, den suchtmittelabhängigen Eltern zeitnahe und aktive Unterstützung und Hilfestellung zu bieten, um die gesunde Entwicklung der Kinder zu fördern, die Lebensbedingungen zu verbessern und entsprechend den gesetzlichen Vorgaben des § 8a des SGB VIII das Kindeswohl zu schützen</p>	
Umsetzung	<p>Die Kooperationsvereinbarung bietet einen Handlungsrahmen, auf dessen Grundlage verschiedene Institutionen, Einrichtungen, Ärzte und Kliniken mit den betroffenen Familien zum Schutz des Kindeswohls kooperativ zusammenarbeiten. Die Kooperationsvereinbarung steht unter www.drogenberatung-braunschweig.de als Download zur Verfügung.</p>	
Realisierbarkeit	kurzfristig	

G. Kinder- Jugendschutz

Maßnahmen im Bereich der Prävention sind wesentlich, wenn es darum geht, den Alkoholkonsum unter Kindern und Jugendlichen einzudämmen. Daneben setzt das Jugendschutzgesetz (JuSchG) Grenzen, deren Einhaltung auf kommunaler Ebene durch den Jugendschutz, den Fachbereich Bürgerservice/Öffentliche Sicherheit und die Polizei kontrolliert werden.

Präventive Maßnahmen im Vorfeld restriktiver Jugendschutzkontrollen

(u. a. bei Großereignissen)

Ansprechpartner	<p>Stadt Braunschweig Fachbereich Kinder, Jugend und Familie Kinder- und Jugendschutz Thomas Seliger Eiermarkt 4-5 38100 Braunschweig</p>	<p>Braunschweig Jugendförderung</p>  <p>Kinder- und Jugendschutz</p>
Telefon	(0531) 470 8523	
E-Mail	thomas.seliger@braunschweig.de	
Bedarf	<p>Zur Intention des Feierns gehört mitunter, ausgelassen Grenzen auszuloten und diese bisweilen auch zu überschreiten. Gleichzeitig stellen Diskotheken und besondere Festveranstaltungen für Jugendliche angesichts zum Verkauf angebotener Alkoholika und eingeschränkter Kontrollmöglichkeiten ein Risikofeld dar.</p> <p>Umso wichtiger ist es, als Veranstalter/Betreiber geeignete Verfahren zu wählen, beispielsweise beim Einlass oder dem Verkauf an Theken, und so den Missbrauch einzuschränken.</p>	
Beschreibung	<p>Durch eine stete Präsenz in Diskotheken und Kontrolle von Verkaufsstellen wird der Druck auf die Betreiber erhöht, die gesetzlichen Regelungen des Jugendschutzes einzuhalten. Zuwiderhandlungen folgt im Einzelfall ein empfindliches Bußgeld.</p> <p>Eine verstärkte Sensibilisierung der Öffentlichkeit soll dazu beitragen, dass der missbräuchliche Verkauf oder das Zugänglichmachen angezeigt und schlussendlich geahndet werden kann.</p> <p>Dies erfolgt auch vor dem Hintergrund, dass sich die Vielzahl seriöser Betreiber durch das Fehlverhalten einzelner Mitbewerber, die Alkohol an Kinder und Jugendliche verkaufen, wirtschaftlich im Nachteil sehen.</p>	

Umsetzung

Neben einer restriktiven Kontrolle durch den Jugendschutz, das Ordnungsamt und die Polizei wird durch aufklärende Maßnahmen ein präventiver Ansatz verfolgt.

Die Anzahl der Kontrollen in Braunschweiger Diskotheken und den in deren Nähe gelegenen Kiosken wurde in den vergangenen Jahren erheblich erhöht. In Problemfällen werden die Betreiber einer Diskothek zu einem Gespräch geladen, um die Situation und Maßnahmen zu erörtern, die zur Einhaltung der Regelungen des Jugendschutzgesetzes geboten sind.

Darüber hinaus werden die Betreiber Braunschweiger Diskotheken zu einem gemeinsamen regelmäßigen Austausch über aktuelle Entwicklungen im Bereich des Jugendschutzes und der örtlichen Gastronomieszene eingeladen.

Im Vorfeld von **Volks- und Stadtteilfesten** wird auf Anfrage der Veranstalter gemeinsam in Betracht gezogen, welche Maßnahmen zum Eindämmen von Alkoholexzessen unter Jugendlichen getroffen werden können.

Mit den Initiatoren des jährlichen **Karnevalsumzugs** wurden Vereinbarungen getroffen, die dazu beitragen, der in der „Jeckenzeit“ zuweilen verbreiteten Bagatellisierung von Alkoholkonsum unter Jugendlichen entgegenzuwirken. So wird im Vorfeld an alle Mitorganisatoren herangetragen, in ihren jeweiligen Zuständigkeiten dafür Sorge zu tragen, dass die Regelungen des Jugendschutzgesetzes bekannt sind und eingehalten werden. An den Verkaufsständen, Kneipen, Kiosken und Umzugswagen selbst sind zudem gut sichtbar die Infotafeln "Karneval und Jugendschutz" angebracht, die auf die gesetzlichen Regelungen hinweisen. Zu den Betreibern von Verkaufständen gibt es zudem einen persönlichen Kontakt.

In die Vorbereitung und Durchführung der jährlich anlässlich des Schuljahresende stattfindenden zentralen „**schools out-Party**“ sind der StadtschülerInnenrat und die Arbeitsgemeinschaft der politischen Jugendorganisatoren maßgeblich beteiligt.

Dies hat u. a. zum Ziel, die Akzeptanz der Veranstaltung unter den Jugendlichen zu erhöhen und mit einem attraktiven kulturellen Rahmenprogramm, dem primären Anliegen eines Teils der Besucher/innen, dem Alkohol zu frönen, ein Gegenkonzept gegenüberzustellen. Einbezogen sind ferner (Jugend-) Beratungsstellen und verschiedene andere Fachabteilungen.

Öffentlichkeitskampagne „Kein unerlaubter Verkauf und keine Weitergabe von Alkohol an Kids bzw. Jugendliche“

Ansprechpartner	Stadt Braunschweig Fachbereich Kinder, Jugend und Familie Kinder- und Jugendschutz Thomas Seliger Eiermarkt 4-5 38100 Braunschweig	Braunschweig Jugendförderung 
Telefon	(0531) 470 8523	
E-Mail	thomas.seliger@braunschweig.de	
Bedarf	<ol style="list-style-type: none"> 1. Die Kontrolle von jeweils mehreren hundert Kiosken, Supermärkten, Tankstellen und gastronomischer Betriebe im Stadtgebiet kann angesichts begrenzter personeller Ressourcen nur stichprobenartig oder in Folge einer Anzeige erfolgen. 2. Gleichzeitig besteht ein gravierendes Problem darin, dass beispielsweise Spirituosen von Volljährigen gekauft und dann an Minderjährige weitergereicht werden. 	
Beschreibung	<ol style="list-style-type: none"> 1. Eine verstärkte Sensibilisierung der Öffentlichkeit soll dazu beitragen, dass der missbräuchliche Verkauf oder das Zugänglichmachen von Alkohol eingeschränkt oder bei Zuwiderhandlungen angezeigt wird und schlussendlich geahndet werden kann. 2. Das Bewusstsein unter den Volljährigen, dass sie bei Weitergabe von hochprozentigem Alkohol an Minderjährige das Jugendschutzgesetz unterlaufen, den/die Jugendliche(n) damit gefährden und letztlich eine Ordnungswidrigkeit begehen, die zu einem Bußgeldverfahren führen kann, ist durch geeignete Maßnahmen herzustellen. 	
Umsetzung	<ol style="list-style-type: none"> 1. Öffentlichkeitskampagne 2. Einbindung der Problematik in bestehende Präventionsangebote in Schulklassen 	

H. Veranstaltungen in Kooperation mit der BZgA



Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) hat in ihrem Programm hoch attraktive und aufwändige Angebote zur Suchtprävention, die in der Regel mit örtlichen Kooperationspartnern bewerkstelligt werden. Im Jahr 2004 haben 3000 Schüler/innen aus Braunschweig und Umgebung an den „JugendFilmTagen“ im CinemaxX teilgenommen; den Mitmach-Parcours „Klar-Sicht“ zu Alkohol und Rauchen haben im Mai 2008 rund 300 Schüler/innen erleben dürfen. Einen kurzen Überblick vermitteln die beiden folgenden Beschreibungen.

JugendFilmTage zu Nikotin und Alkohol

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung in Kooperation mit dem CinemaxX und Braunschweiger Institutionen der Suchtprävention

Ansprechpartner	Gesundheitsamt Braunschweig Doris Freudenstein Hamburgerstraße 226 38114 Braunschweig
Telefon	(0531) 470 7004
E-Mail	doris.freudenstein@braunschweig.de
Kosten	1,- bis 2,- € pro Schüler/in
Zielgruppe	Schüler/innen der Klassen 6 – 13 (ca. 3000 SchülerInnen an zwei Vormittagen)
Voraussetzung	5 Kinofilme zum Thema Alkoholkonsum und Rauchen werden an 2 Vormittagen im CinemaxX gezeigt. Ganze Schulklassen können daran teilnehmen!
Beschreibung	<p>Das Konzept „JugendFilmTage“ der BZgA ist ein attraktives Angebot zur Unterstützung der örtlichen Präventionsbemühungen.</p> <p>Schulklassen können an einem Vormittag einen Kinofilm zum Thema erleben, sich an den zahlreichen Mitmach-Stationen im Foyer des CinemaxX mit dem Thema Sucht auseinandersetzen und die verschiedenen Braunschweiger Institutionen zur Suchtprävention kennenlernen. Lehrer/innen wird schon im Vorfeld die Möglichkeit zu einem zweistündigen Workshop geboten. Hier werden Methoden vermittelt, die für das Unterrichtsthema Sucht hilfreich sind.</p> <p>Braunschweig ist bemüht, diese motivierende Großveranstaltung in regelmäßigen Abständen durchführen zu können.</p>

KlarSicht

BZgA – Mitmach Parcours zu Tabak und Alkohol

Ansprechpartner	Gesundheitsamt Braunschweig Doris Freudenstein Hamburgerstr. 226 38114 Braunschweig
Telefon	(0531) 4707004
E-Mail	doris.freudenstein@braunschweig.de
Internet	www.klarsicht.bzga.de
Kosten	kostenlos
Zielgruppe	8. und 9. Schulklassen (für ca. 300 SchülerInnen)
Voraussetzung	Der Parcours wird von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung angeboten (BZgA) und war erstmalig im Mai 2008 in Braunschweig. Die Durchführung erfolgt in Kooperation mit Braunschweiger Institutionen der Suchtprävention (5 Personen sind erforderlich). Für die Ausstellung wird eine Turnhalle benötigt. An zwei Vormittagen können dann rund 300 Jugendliche aus verschiedenen 8. und 9. Schulklassen den Parcours erleben.
Beschreibung	<p>„KlarSicht“ ist ein interaktives Angebot, was von der BZgA primär in Schulen eingesetzt wird. Geschulte ModeratorInnen bieten an 7 Stationen Informationen an und motivieren die TeilnehmerInnen, sich aktiv und kritisch mit Tabak- und Alkoholkonsum auseinanderzusetzen. Es geht darum, Genuss- und Konsumverhalten bewusst zu machen, über Wirkungen und Suchtpotenziale aufzuklären, für Schutzmechanismen zu sensibilisieren und Entscheidungshilfen für gesundheitsförderliches Verhalten anzubieten.</p> <p>Die Stationen sind attraktiv gestaltet, motivieren zum Mitmachen, rufen Erstaunen hervor und vermitteln fast nebenbei viele Infos über das Rauchen und Alkohol trinken.</p> <p>Unter www.klarsicht.bzga.de kann man einen guten Eindruck über den Parcours gewinnen.</p> <p>Die Veranstaltung findet in unregelmäßigen Abständen in Braunschweig statt.</p>

Ergebnisse zur Studie: Alkoholkonsum in 10. Klassen in Braunschweig

Doris Freudenstein,
Stadt Braunschweig Fachbereich Soziales und Gesundheit; Gesundheitsamt
Rainer Schubert,
Stadt Braunschweig; Gesundheitsplanung
in Kooperation mit dem Arbeitskreis Suchtprävention*

Im Herbst 2006 wurden 554 Schülerinnen und Schüler (20% Stichprobe) aus 10. Klassen aller Braunschweiger Schulformen zu ihrem Alkoholkonsum befragt. Beteiligt waren Hauptschulen, Realschulen, Gymnasien, integrierte Gesamtschulen, Förderschulen und Berufsschulen (BVJ Klassen). Die Stichprobe besteht je zur Hälfte aus 15-jährigen und 16-jährigen Jugendlichen. Die Befragung erfolgte anonym mithilfe eines vierseitigen Fragebogens in den Schulen durch Mitglieder des Arbeitskreises Suchtprävention. Es wurde darauf geachtet, dass die Schüler ihre Bögen eigenständig und anonym ausfüllen können. Die Teilnahme war ausdrücklich freiwillig. Der Rücklauf betrug 100 %. Der Fragebogen animierte in vielen Fällen zu einer weitergehenden Auseinandersetzung mit dem Thema im Nachgang zur Befragung.

Eine Studie von Dr. Settertobulte (Health behaviour in school-aged children, 2002) weist Deutschland in Bezug auf regelmäßigen Alkoholkonsum bei 15-Jährigen im europäischen Vergleich (24 Länder) den 4. Rang zu. Demnach konsumieren **39,3%** der 15-jährigen Jungen und Mädchen Deutschlands regelmäßig Alkohol; die Braunschweiger Werte unterscheiden sich nur unwesentlich: **40,6 % trinken regelmäßig mit 15 Jahren!** England nahm den Spitzenplatz mit dem höchsten Wert von 52 % ein.

Zusammenfassung:

- **Mädchen trinken seltener regelmäßig** (d.h. jede Woche oder häufiger) Alkohol als Jungen (Mädchen 38 %; Jungen 53 %)
- **Bier** wird am häufigsten getrunken gefolgt von **anderen alkoholischen Getränken** (z.B. eigene Mixgetränke). Jungen trinken mehr Bier als Mädchen. Süße Mixgetränke sind bei Mädchen beliebter.
- Jedes 10. Mädchen (10,5 %) und jeder 6. Junge (16,5 %) besuchen einmal bis **mehrmals die Woche private Partys**, wobei regelmäßig Alkohol konsumiert wird (90 %).
- **Typische Anlässe zum Alkohol trinken sind:** Geburtstagsfeiern, Diskobesuche, Freunde treffen sowie Familienfeiern.
- **Deutlich mehr Jungen (32,2 %) als Mädchen (15,4 %) haben einen riskanten Alkoholkonsum!** (=5 oder mehr alkoholische Getränke an einem Nachmittag oder Abend). **Das heißt: Jeder dritte Junge und jedes sechste Mädchen praktizieren Rauschtrinken mindestens einmal in der Woche.**

Graphik 1

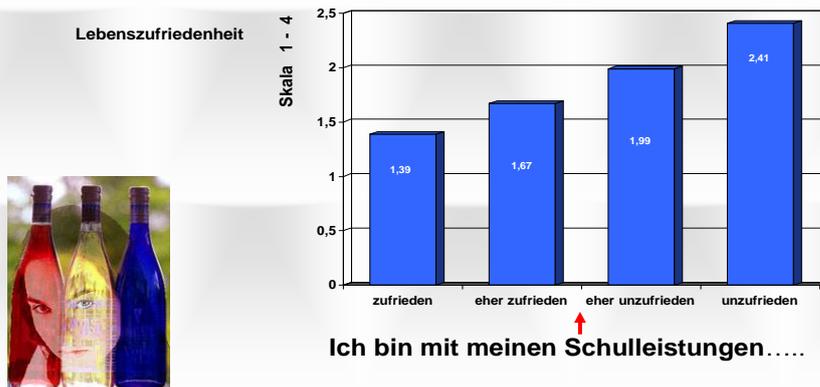
Alkoholkonsum in den 10. Klassen

- 20% Stichprobe an allen Schulformen (N=554)
Hauptschule, Realschule, Gymnasium, Förderschule, IGS, Berufsschule BVJ
- Anonyme Befragung durch TeilnehmerInnen des Ak Suchtprävention
- 100 % Rücklauf

Die Auswirkungen der Schulleistungen für die Lebenszufriedenheit

(Mittelwerte) 1= zufrieden bis 4= unzufrieden

(Frage 25)



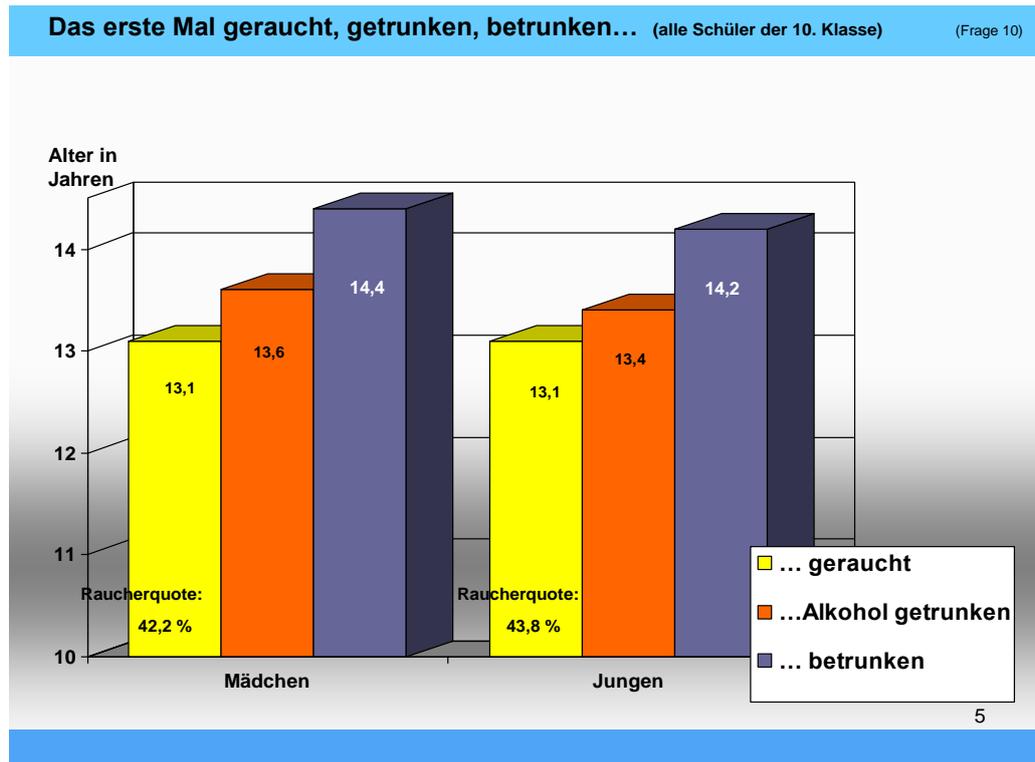
2

Graphik 1 zeigt den Zusammenhang zwischen Lebenszufriedenheit und Schulleistungen:

Demnach sind mit ihren Schulleistungen zufriedene SchülerInnen auch eher mit ihrem Leben insgesamt zufrieden!

Daraus lässt sich vorsichtig verallgemeinern, dass Schulerfolg einen nicht zu unterschätzenden Einfluss auf die Lebenszufriedenheit insgesamt und auch Auswirkungen auf die Menge und die Häufigkeit von Alkoholkonsum hat (siehe Graphik 9).

Graphik 2



Graphik 2: Das erste Mal geraucht, getrunken, betrunken ...

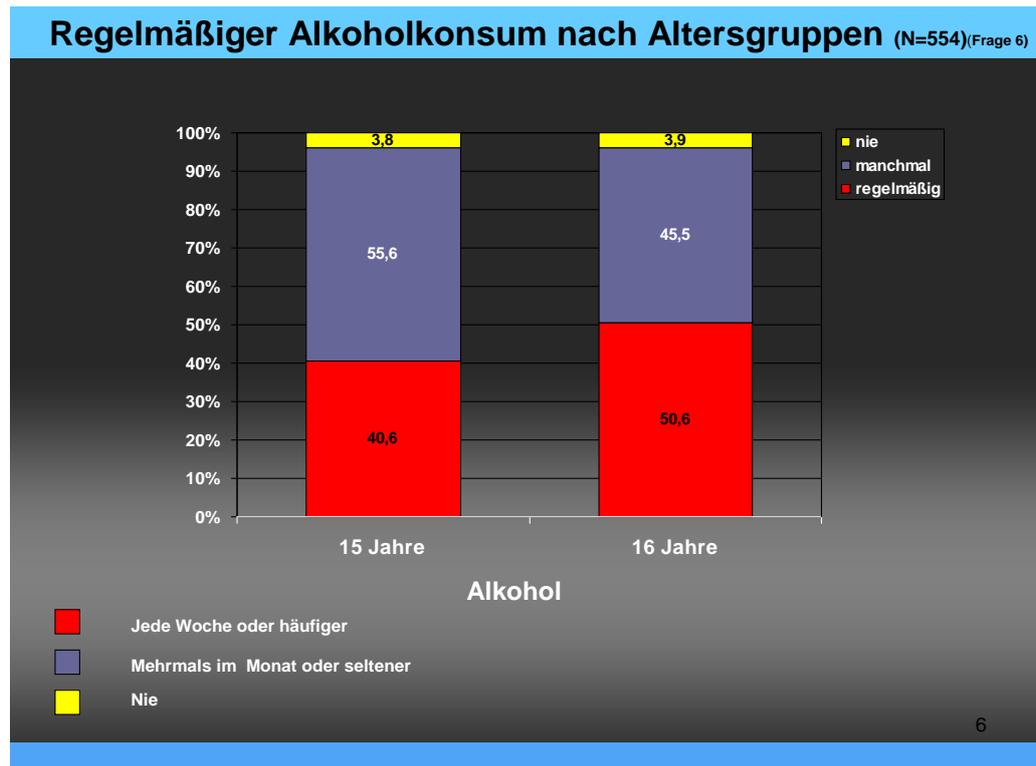
Mädchen (13,6 Jahre) und Jungen (13,4 Jahre) sind **nahezu gleich alt** beim ersten Alkoholkonsum. Die erste Trunkenheitserfahrung liegt bei beiden Geschlechtern exakt acht Monate später (14,4 und 14,2 Jahre).

Wenn nur 8 Monate zwischen erstem Konsum und ersten Missbrauchserfahrungen (betrunken) liegen, sollte die Erhöhung des Einstiegsalters ein Ziel von Präventionsmaßnahmen sein.

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung empfiehlt einen völligen Alkoholverzicht bis zum 16. Lebensjahr, da das Zellgift Alkohol für im Wachstum befindliche Körper (insbesondere das Gehirn) besonders schädlich ist.

Auch steigt die Suchtgefahr, je jünger Alkohol regelmäßig konsumiert wird.

Graphik 3

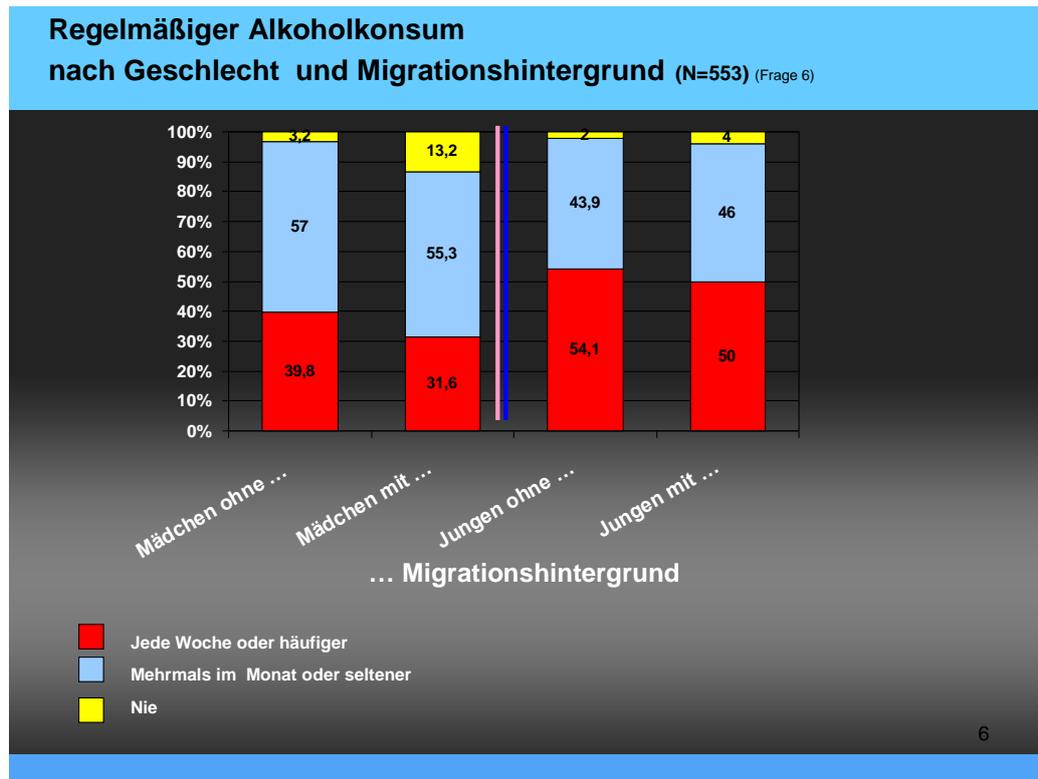


Graphik 3:: Regelmäßiger Alkoholkonsum nach Altersgruppen

Die Abbildung zeigt, wie viele 15-Jährige und 16-Jährige jede Woche, mehrmals im Monat oder nie Alkohol trinken. 40 % der 15-Jährigen und 50% der 16-Jährigen trinken wöchentlich und häufiger Alkohol!

Der Anteil **nie** Alkohol konsumierender Jugendlicher bleibt in beiden Altersstufen gleich. Nur 1 bis 2 SchülerInnen pro Klasse trinken demnach nie (3,8 %, bzw. 3,9 %)!

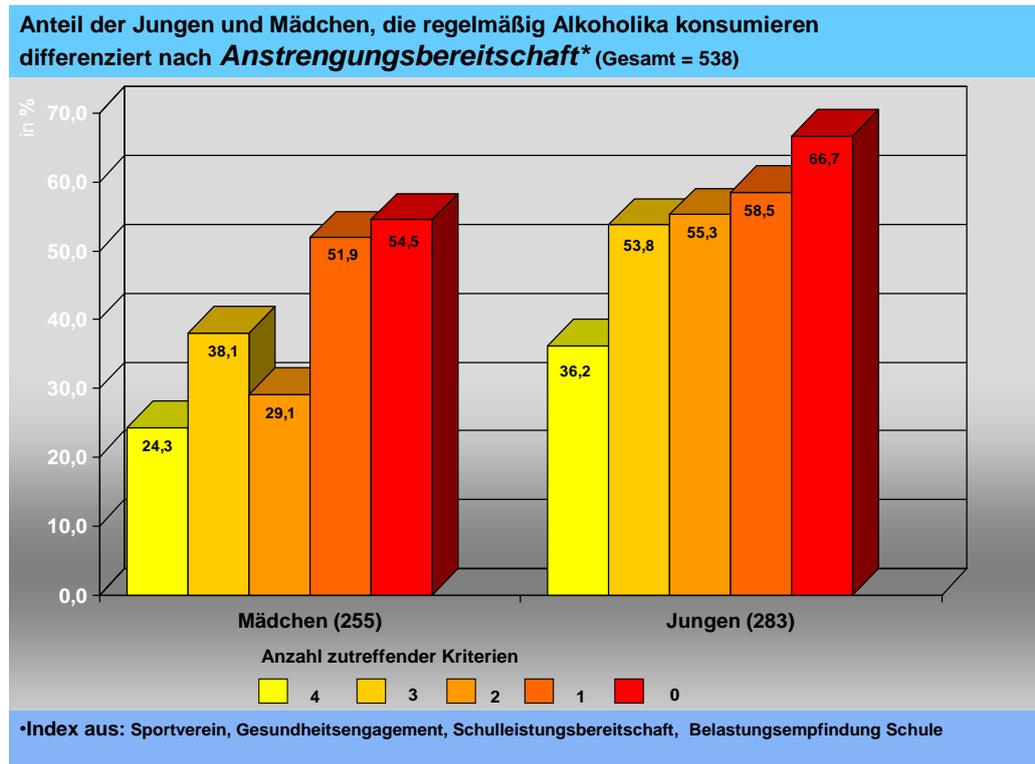
Graphik 4 Regelmäßiger Alkoholkonsum nach Geschlecht und Migrationshintergrund (N=553)



Mädchen ohne Migrationshintergrund (39,8 %) trinken **seltener regelmäßig** (jede Woche und häufiger) als Jungen (54,1 %); der Unterschied zwischen den Geschlechtern beträgt **15 %!** Noch deutlicher ist der Unterschied bei Mädchen mit Migrationshintergrund (31,6%). Zwischen den Jungen mit (54,1%) und ohne Migrationshintergrund (50,0%) ist der Unterschied nicht signifikant und die Konsumhäufigkeit insgesamt sehr hoch.

Bei abstinenten Jugendlichen gibt es deutliche Geschlechtsunterschiede. 13,2% der Mädchen mit Migrationshintergrund trinken überhaupt gar keinen Alkohol.

Graphik 5



Graphik 5: Anstrengungsbereitschaft

Hier wurde der Versuch unternommen, mehrere Variablen zusammenzufassen (Mitglied in einem Sportverein, Bedeutung der eigenen Gesundheit, Zufriedenheit mit den eigenen Schulleistungen, Belastung durch Schule), um unter dem Stichwort „Anstrengungsbereitschaft“ eine Korrelation zum Alkoholkonsum herzustellen.

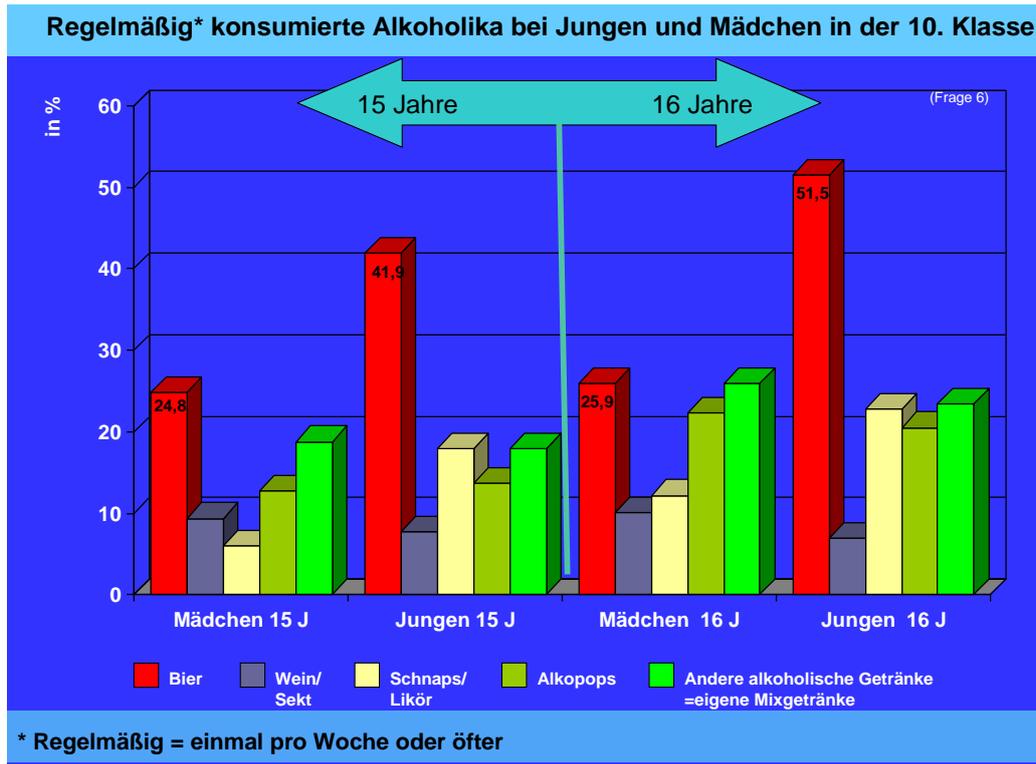
Dieser summatorische Index legt folgende Aussage nahe:

Jugendliche Mädchen und Jungen ,die

- in einem Sportverein Mitglied sind,
- sehr auf die eigene Gesundheit achten,
- zufrieden mit den Schulleistungen sind,
- Schule nicht als Belastung empfinden,

trinken zu 30 % seltener regelmäßig Alkohol als Jugendliche für die keine der Aussagen zutreffen!

Graphik 6



Graphik 6: **Regelmäßig konsumierte Alkoholika der 15 und 16-Jährigen.**

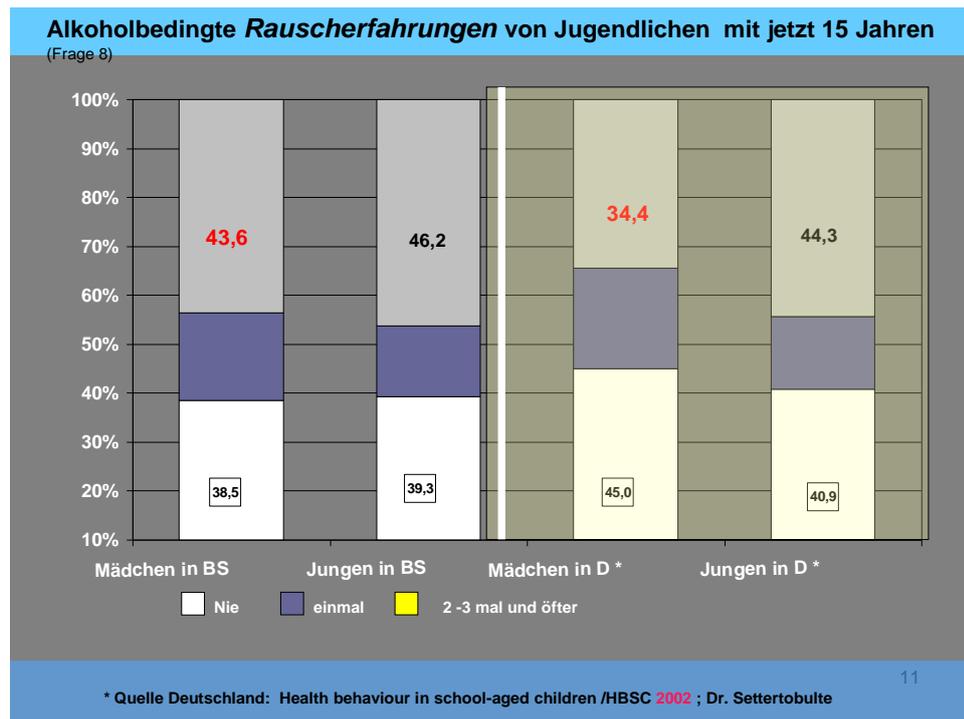
Bier wird am häufigsten getrunken, gefolgt von **anderen alkoholischen Getränken** (worunter meist selbst gemixte Getränke aus Hochprozentigem und Limonaden zu verstehen sind).

Jungen bevorzugen deutlich das Bier, während bei Mädchen süße Mixgetränke beliebter sind.

Jungen liegen beim Schnaps deutlich vor den Mädchen. Deutlich wird auch der Anstieg des Konsums insgesamt zwischen dem 15. und dem 16. Lebensjahr.

Wein und Sekt spielen in dieser Altersgruppe eine eher untergeordnete Rolle.

Graphik 7



Graphik 7: Rauscherfahrungen von 15-jährigen Jugendlichen

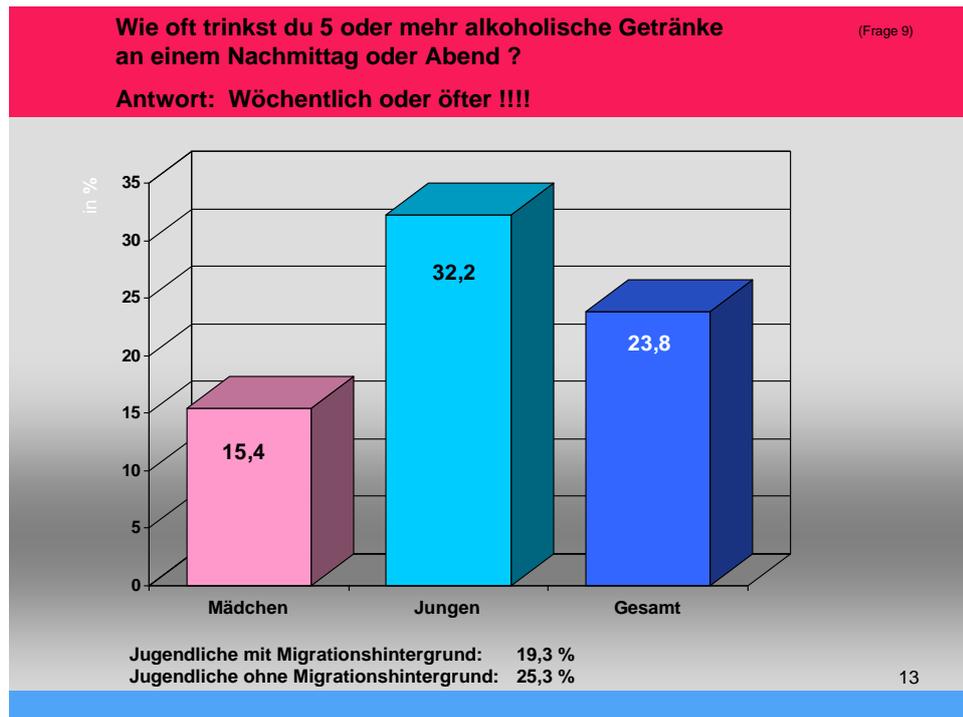
43,6 % der Mädchen sowie 46,2 % der Jungen hatten mit 15 Jahren bereits **öfter einen Alkohorrausch!** Das ist fast jeder zweite 15-Jährige!

Mindestens einmal betrunken waren 83,8 % der 15-jährigen SchülerInnen in Braunschweig.

Starke Abweichungen ergeben sich hier bei den Mädchen der Braunschweiger Studie:

43,6 % waren öfter betrunken, während es bei der deutschlandweiten Studie (Dr. Settertobulte) im Jahr 2002 nur 34,4 % waren.

Graphik 8



Graphik 8: Riskanter Alkoholkonsum

Mit der Frage „Wie oft trinkst du 5 oder mehr alkoholische Getränke an einem Abend oder Nachmittag?“ wurde versucht, missbräuchlichen und schädlichen Alkoholkonsum zu erfragen.

Beim Konsum von 5 alkoholischen Getränken - egal welcher Sorte - wird auf jeden Fall eine Menge erreicht, die körperlich schädigend ist und die das Risiko einer Suchterkrankung deutlich erhöht. Im englischen spricht man ab dieser Alkoholmenge (5 Getränke) von „binge drinking“, was man ungefähr mit „Rauschtrinken“ übersetzen kann.

Die Grafik zeigt, dass jedes 6. Mädchen (15,4 %) und jeder 3. Junge (32,2 %) in der 10. Klasse wöchentlich und öfter Rauschtrinken praktizieren!

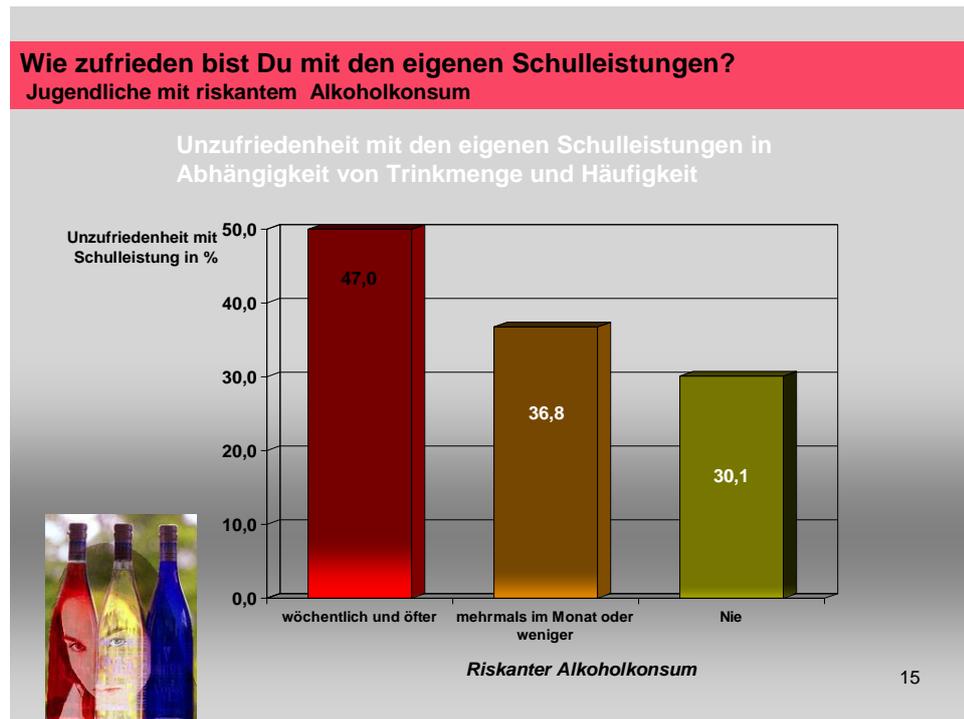
Diese Gruppe von SchülerInnen muss als sehr gefährdet angesehen werden.

Werden die Daten auf alle 15 und 16-jährigen Schüler In Braunschweig hochgerechnet, ist von etwa 210 Mädchen und 445 Jungen in 10. Klassen auszugehen.

Bei dieser Gruppe Jugendlicher mit riskantem Alkoholkonsum (5 Getränke pro Abend) liegt das **Einstiegsalter** mit 12,96 Jahren ein halbes Jahr vor dem des durchschnittlichen Einstiegsalters (13,5 Jahre).

Hingegen haben Jugendliche, die **niemals 5 Getränke** pro Abend zu sich nehmen, ein halbes Jahr später als der Durchschnitt erst mit 14,02 Jahren mit dem Alkohol trinken begonnen.

Graphik 9



Graphik 9: Zufriedenheit mit den Schulleistungen und riskanter Alkoholkonsum

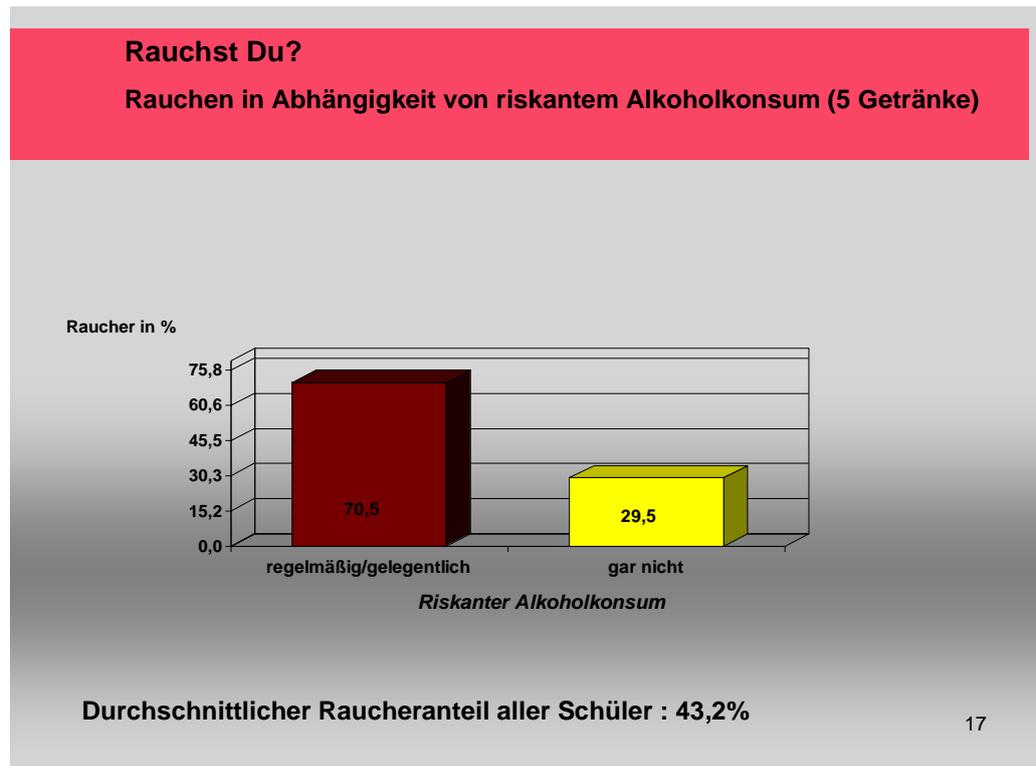
Jugendliche mit riskantem Alkoholkonsum sind nicht unzufriedener mit ihrem Leben. Sie geben aber häufiger an, aus Stress zu trinken.

Jeder Zweite ist unzufrieden mit seinen Schulleistungen (**47 %**).

Von denen, die niemals 5 alkoholische Getränke an einem Abend trinken, sind 30 % unzufrieden mit ihren Schulleistungen.

Ein Zusammenhang zwischen der Mitgliedschaft in einem Sportverein und riskantem Alkoholkonsum konnte nicht festgestellt werden.

Graphik 10



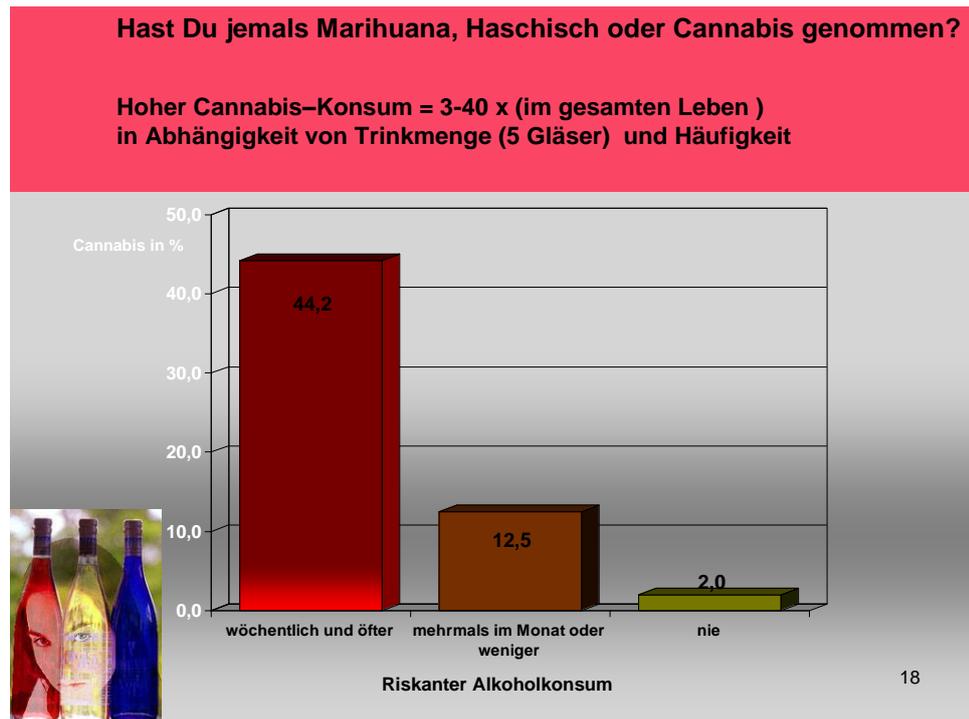
Graphik 10: Rauchen und riskanter Alkoholkonsum

Jugendliche mit riskantem Alkoholkonsum rauchen deutlich häufiger regelmäßig oder gelegentlich: **70,5 %**.

Das heißt, nur ein Drittel der Jugendlichen mit riskantem Konsum ist Nichtraucher!

Der Anteil an regelmäßigen und gelegentlichen Rauchern liegt im Gesamtdurchschnitt bei 43,2 %.

Graphik 11



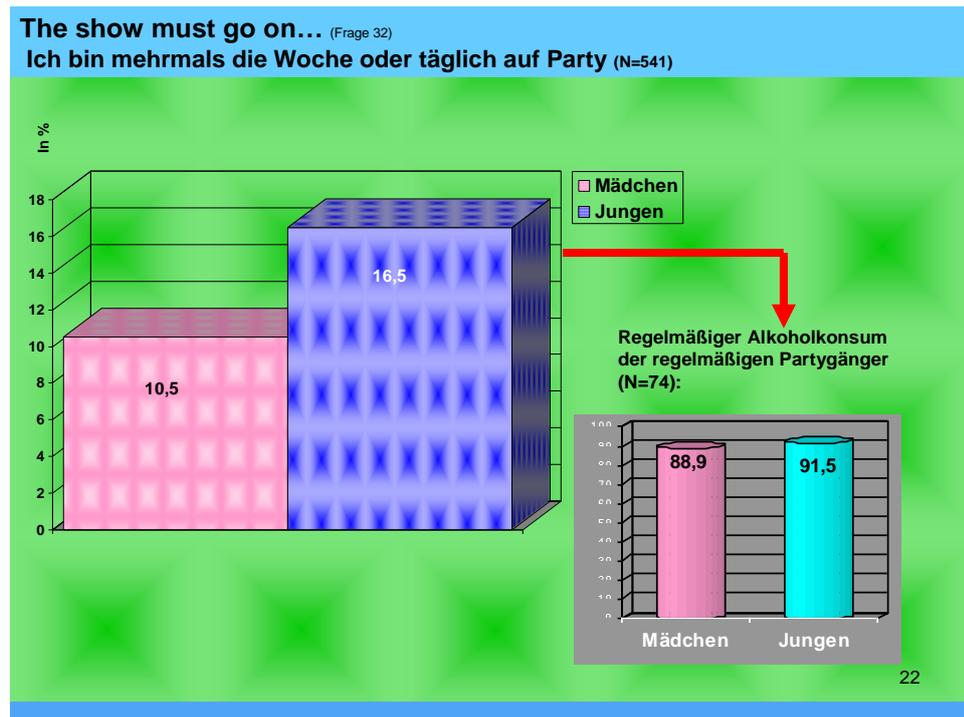
Graphik 11: **Cannabiskonsum und riskanter Alkoholkonsum**

Auch hier gibt es eine Korrelation zwischen riskantem Alkoholkonsum und Konsum von Cannabis: von den Alkohol-Risikokonsumenten haben 44,2% in ihrem Leben 3 bis 40 mal Cannabis konsumiert.

Auffällig ist, dass von den Jugendlichen, die niemals 5 Getränke Alkohol am Stück konsumieren, nur 2% Cannabis in dieser Häufigkeit geraucht haben

Fazit: Von den Jugendlichen, die riskant Alkohol konsumieren, rauchen 2/3 Zigaretten und fast die Hälfte hat mehrfach bis regelmäßig Cannabis genommen!

Graphik 12

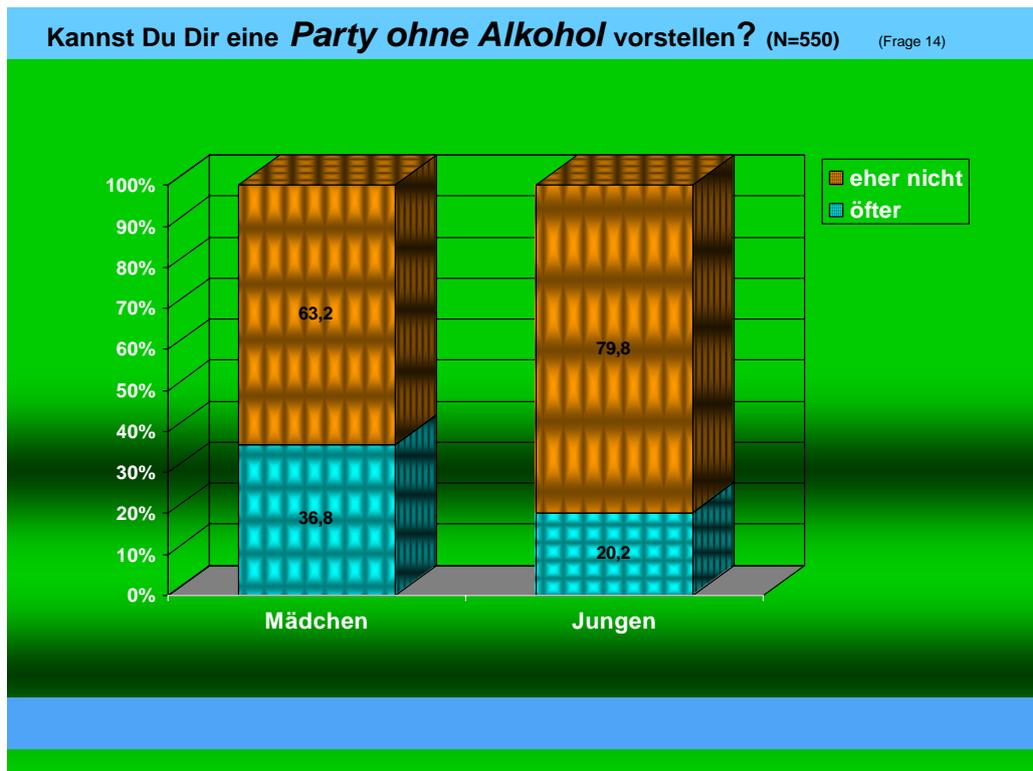


Graphik 12: Zusammenhang Alkoholkonsum und Partygehen

Jedes 10. Mädchen (10,5 %) und jeder 6. Junge (16,5 %) gehen mehrmals wöchentlich bis täglich auf Party.

Wie erwartet, wird in diesem Kontext viel Alkohol getrunken: rund 90 % der Partygänger konsumieren regelmäßig.

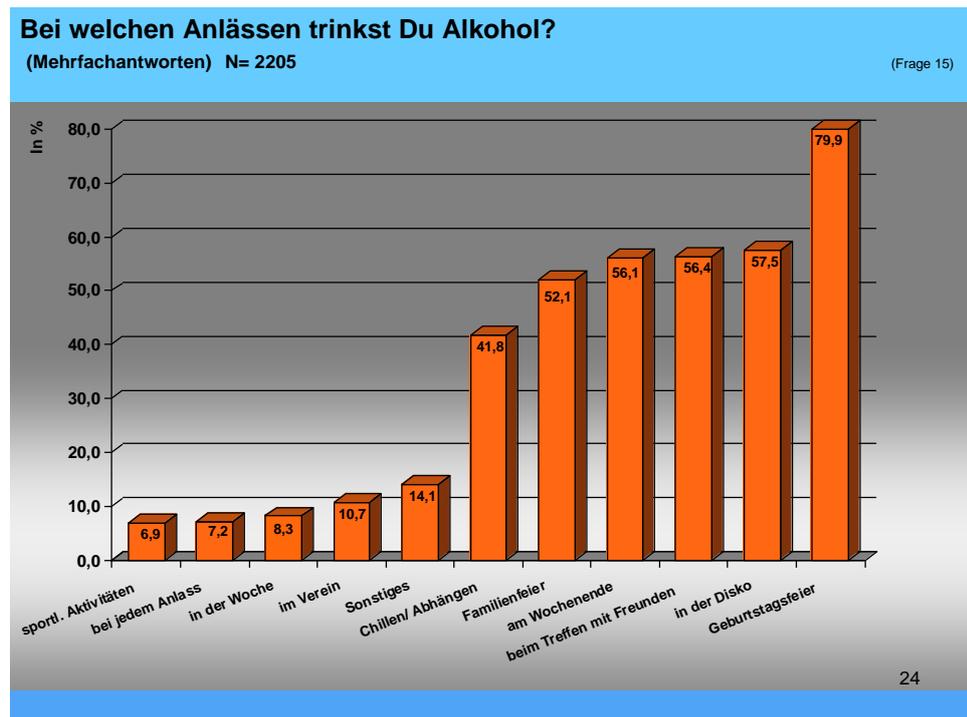
Graphik 13



Graphik 13: Kannst du dir eine Party ohne Alkohol vorstellen?

Jedes 3. Mädchen und jeder 5. Junge können sich eine Party ohne Alkohol vorstellen; das Gros der Befragten kann dies jedoch nicht (63,2 % der Mädchen und 79,8 % der Jungen).

Graphik 14



Graphik 14: Anlässe zum Alkohol trinken

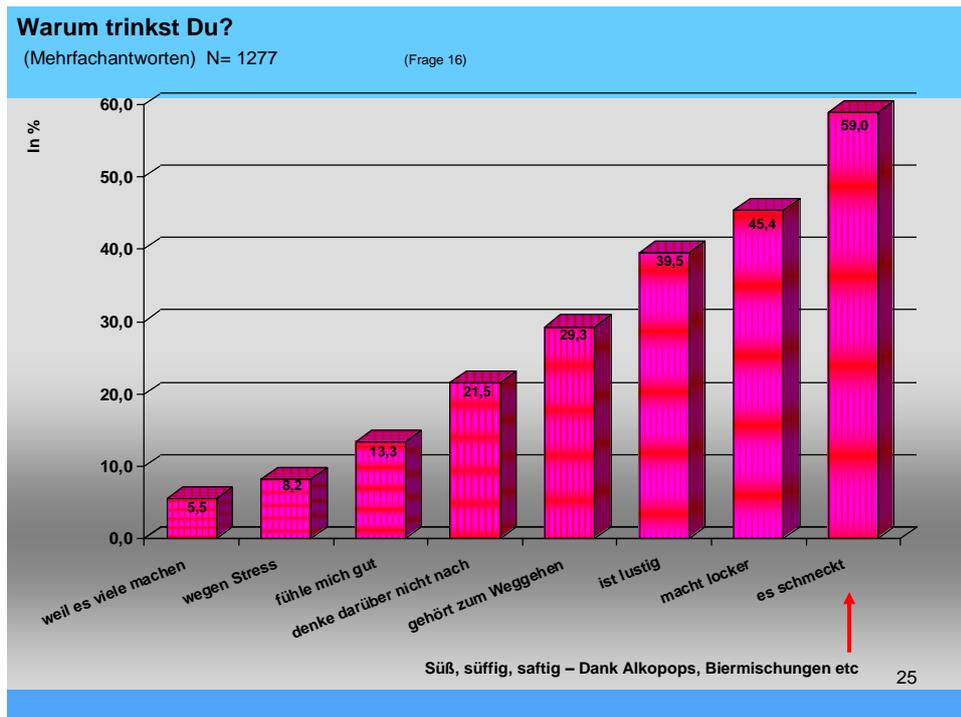
Unangefochten angeführt wird die Liste von der Situation „Geburtsfeier“, mit 20-prozentigem Abstand gefolgt von „in der Disko“, „beim Treffen mit Freunden“ und „am Wochenende“.

Diskussionswürdig bleibt der Punkt „Chillen/Abhängen“, der mit 41,8 % Häufigkeit genannt wird. Im Gespräch mit zahlreichen Jugendlichen wurde deutlich, dass es sich vorrangig um eine Situation handelt, die man mit Freunden erlebt, dass Chillen aber auch „Nichtstun“ ganz für sich allein bedeuten kann.

Positiv bewerten wir, dass nur 6,9 % sportliche Aktivitäten als Anlass zum Trinken sehen.

Jeder 14. Jugendliche (7,2 %) trinkt bei jedem Anlass!

Graphik 15



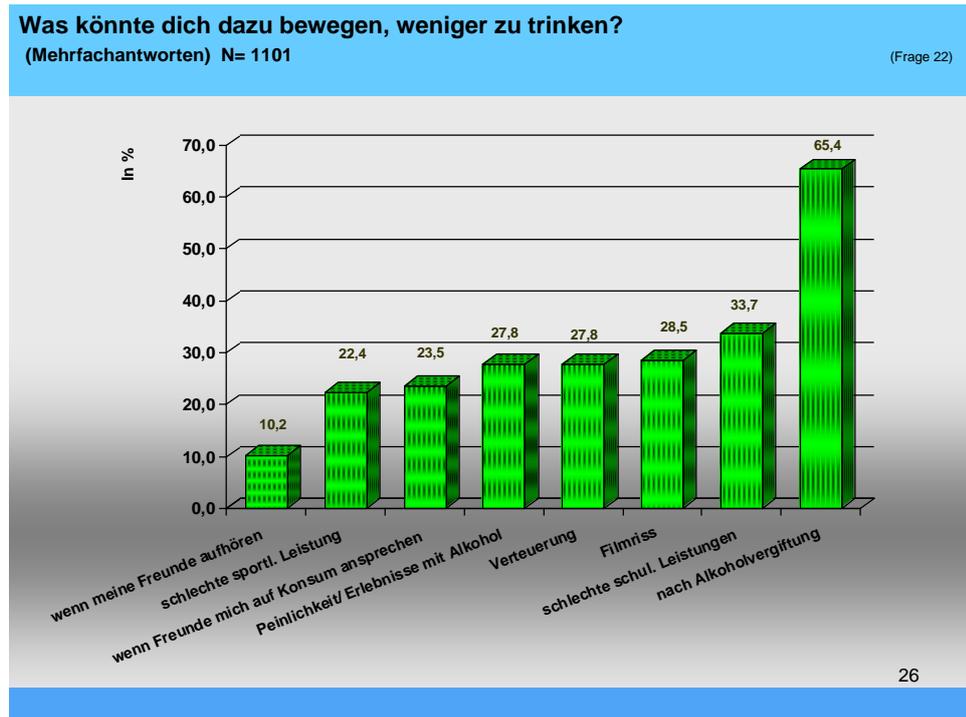
Graphik 15: Gründe für das Trinken

„Ich trinke Alkohol weil er schmeckt“, sagen 59 % der Jugendlichen und bringen damit zum Ausdruck, dass insbesondere durch gekaufte oder selbstgemischte Alkopops und andere Mischgetränke Alkohol durchaus zu einem Genussfaktor geworden ist. Hier haben die industriellen und geschickt vermarkteten Angebote die Geschmackswünsche der Jugendlichen zielgenau aufgegriffen und jugendgerecht in Szene gesetzt.

45 % trinken gerne Alkohol, weil er „locker macht“, 39,5 % weil es lustig ist und einfach zum Weggehen dazugehört (29,3 %). 21,5 % denken einfach nicht darüber nach, 13,3 % fühlen sich dadurch gut. 8,2 % tun es wegen Stress.

Nur 5,5 % tun es, weil es viele machen. Hier haben wir unsere Zweifel. Vermutlich ist schon die Fragestellung so, dass eine Aussage selbst bei Anonymität nicht ohne Gesichtverlust angekreuzt werden darf.

Grafik 16



Grafik 16: Gründe, weniger zu trinken ...

Nach einer **Alkoholvergiftung** würden 65,4 % der Befragten weniger trinken. Rund ein Drittel gibt an, dass *schlechte schulische Leistungen*, „*Filmriss*“, *Verteuerung* und auch *peinliche Erlebnisse mit Alkohol* ein Grund für eine Alkoholreduktion wären. „*Wenn meine Freunde aufhören*“ ist eine Antwortkategorie, bei der lediglich 10,2 % ihr Trinkverhalten ändern würden. Bekannt ist, dass das Trinkverhalten der Freunde einen großen Einfluss auf das eigene Verhalten hat!

Für ein Viertel der Befragten sind die Antwortmöglichkeiten „*schlechte sportliche Leistung*“ und „*wenn Freunde mich auf meinen Konsum ansprechen*“ von Bedeutung!