





#### **CANNABISPRÄVENTION**

CBD – aktuelle Situation in Deutschland

#### **WELTNICHTRAUCHERTAG**

Prävention für Jugendliche zum Thema Shisha

#### **PRÄVENTION IM SPORT**

Berliner Fußballvereine für qualmund alkoholfreie Sportplätze!

#### INHALT

NEWSLETTER DER FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION IM LAND BERLIN	3
LEITARTIKEL Gesund durchs Leben – Suchtprävention unterstützt dab	ei! 3
VERANTWORTUNGSVOLLER UMGANG MIT	
ALKOHOL UND ILLEGALEN DROGEN	
Unternehmen Gesundheit – das geht alle an! Aktionswoche Alkohol 2019 in Berlin	4
Qualm- und alkoholfreie Sportplätze – Neue Kampagne	
Alkohol- und Tabakprävention in Berliner Fußballvereine	
LANDESPROGRAMM "BERLIN QUALMFREI"	
Jugendliche und Shisha-Konsum – alles Obst oder was?	? 7
JUGENDFILMTAGE – NIKOTIN UND ALKOHOL –	
ALLTAGSDROGEN IM VISIER Klappe zu, Film ab und Action – Berliner JugendFilmTag	je 8
CANNABISPRÄVENTION	
CBD – eine neue Herausforderung in der Suchtpräventio	on 9
ANGEBOTE UND PROJEKTE DER SUCHTPRÄVENTION	
Kongress Armut und Gesundheit 2019 – "Politik macht Gesundheit"	10
Medienkonsum außer Kontrolle?! – Neues Gesundheitsz	
in Treptow-Köpenick	11
NEUES ZU DEN PROJEKTEN DER FACHSTELLE FÜR SUCH PRÄVENTION BERLIN GGMBH UND IHREM GESELLSCHAF DEM INSTITUT FÜR GESUNDHEIT UND KOMMUNIKATION I	TER,
PERSPEKTIVE	
Schwangere geflüchtete Frauen – Informationen bünde Perspektiven schaffen!	In, 12
SUCHTPRÄVENTION IM BETRIEBLICHEN	
UND ÜBERBETRIEBLICHEN KONTEXT	
Prävention ist nachhaltige Personalentwicklung – das Programm <i>Prev</i> @WORK	13
RAUS AUS DER GRAUZONE	
Wohin mit meinen Pubertätssorgen?	14
NEUERSCHEINUNGEN, TERMINE UND VERANSTALTUNGS HINWEISE ZUR SUCHTPRÄVENTION	S- 14

#### **IMPRESSUM**

Themenheft Suchtprävention No. 54 | Ausgabe Juni 2019

Das Themenheft wird herausgegeben von der Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH.

Die Fachstelle für Suchtprävention im Land Berlin wird gefördert durch die Senatsverwaltung Gesundheit, Pflege und Gleichstellung und ist eine Einrichtung der: Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH Chausseestr. 128/129 | 10115 Berlin Tel.: 030 - 29352615 | Fax: 030 - 29352616 info@berlin-suchtpraevention.de www.kompetent-gesund.de

www.berlin-suchtpraevention.de

Alleiniger Gesellschafter der Fachstelle für Suchtprävention

Berlin gGmbH ist das: Institut für Gesundheit und Kommunikation e.V.

Chausseestr. 128/129 | 10115 Berlin

Tel.: 030 - 24 04 69 70 | Fax: 030 - 29 35 26 16

info@iguk.de www.iguk.de

V.i.S.d.P. Kerstin Jüngling, Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH

Redaktion: Kerstin Jüngling, Christina Schadt

Gestaltung: Martina Jacob Erscheinungsweise: 4x jährlich Auflage dieser Ausgabe:

3.500 per E-Mail-Verteiler/250 gedruckte Exemplare

Wenn Sie dieses Themenheft abbestellen wollen, schicken Sie eine E-Mail mit dem Betreff "Abbestellen" an: info@berlin-suchtpraevention.de

Bildquellen Umschlag:

Fotolia/Sarunyu Foto; Shutterstock/Photographee.eu

Auf den folgenden 9 Seiten lesen Sie den Newsletter der Fachstelle für Suchtprävention im Land Berlin, gefördert durch die Senatsverwaltung Gesundheit, Pflege und Gleichstellung



#### LEITARTIKEL

#### Gesund durchs Leben - Suchtprävention unterstützt dabei!

erlin ist eine pulsierende Stadt. In ihr arbeite und leben aktuell über 3,7 Millionen Menschen. Von Berlins Attraktivität profitieren lange nicht alle Menschen dieser Stadt. Viele sind belastet durch psychische Beeinträchtigungen, durch belastete Familiensituationen, Stress in Ausbildung und Beruf, Vereinsamung und wenig soziales Miteinander. Keine gute Ausgangssituation für ein gesundes, glückliches und erfülltes Leben. Und auch verbunden mit einem großen Risiko, riskant oder abhängig Suchtmittel zu konsumieren.

Die Gesundheit aller, insbesondere der Menschen, die unter besonderen Belastungen stehen, zu fördern und sie zu befähigen, Suchtmittel möglichst risikoarm zu konsumieren, ist ein zentrales Ziel der Suchtprävention. Das gelingt, wenn Suchtprävention neben der Gestaltung gesundheitsförderlicher Lebensbedingungen die Selbstwirksamkeit der Menschen stärkt. Es braucht positive

Botschaften, die ermutigen und die in den Lebenswirklichkeiten von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen ansetzen. Und es

braucht Menschen, die "face to face" diese Botschaften weitergeben und mit ihnen im Kontakt sind, um positiv zu verstärken und Menschen "fit" zu machen im verantwortungsvollen Umgang mit Suchtmitteln.

Das alles gelingt nur im Verbund mit vielen Partnern! Deshalb engagieren wir uns seit vielen Jahren für den Auf- und Ausbau von Netzwerken.

Besonders an der Schnittstelle zwischen Suchtprävention und Suchthilfe: der Frühintervention, ist Transparenz und Abstim-

mung wichtig für einen effizienten Ressourceneinsatz – zum Wohle



KERSTIN JÜNGLING BILD: ISABELL KIESEWETTER

Schnittstelle Prävention/Beratung Gesundheit Prävention/ Gesundheitsförderung Früherkennung Frühintervention Zielgruppe: Zielgruppe: Gesunde Gefährdete Präventionsstelle Kooperation Synergien

SCHNITTSTELLE ZWISCHEN SUCHTPRÄVENTION UND SUCHTHILFE GRAFIK: FACHSTELLE

Lesen Sie in dieser Ausgabe zur neuen Kampagne zu Alkohol und Tabak bei den Jugendspielen in Berliner Fußballvereinen, zum diesjährigen Weltnichtrauchertag, zur aktuellen Situation bzgl. CBD und Herausforderungen für die Suchtprävention und zum Gesundheitszieleprozess rund um das Thema Medien im Bezirk Treptow-Köpenick.

ICH WÜNSCHE IHNEN EINEN SCHÖNEN SOMMER BEI GUTER GESUNDHEIT!

IHRE KERSTIN JÜNGLING

Geschäftsführerin der

der Menschen.

Fachstelle für Suchtprävention





#### Ein Blick ins Grafikbüro der Fachstelle für Suchtprävention...

Die Fachstelle für Suchtprävention gibt neben den Seminaren und Fachveranstaltungen zu den vielfältigen Bereichen der Präventionsfelder rund um das Thema Suchtprävention auch zahlreiche Materialien für Multiplikator\*innen und die Zielgruppen heraus.

Das geht über Medienmitteilungen, Öffentlichkeitsarbeit, dieses Themenheft, Schulungshandouts, Handbücher, Fachveröffentlichungen, Infoblätter, Infokarten, Give Aways, Social Media, verschiedene Webseiten und Kampagnen, um die Öffentlichkeit auf mögliche Risiken hinzuweisen und auch über Angebote zu erreichen - online, per Mail oder klassisch gedruckt.

Diese ganzen Dinge müssen natürlich entsprechend gestaltet und aufbereitet werden und da kommen wir zu meiner Aufgabe ; ).

Ich setze die Ideen der Referent\*innen im Sinne der Fachstelle grafisch um und betreue die Projekte von der Idee, über Konzeptentwicklung und Layoutphase bis zur Produktion mit Herstellern, wie Druckereien und anderen Dienstleistern. Ich freue mich als Grafikerin für eine »gute Sache« arbeiten zu können!

MARTINA JACOB, freie Grafikerin der Fachstelle für Suchtprävention Berlin





# LANDESPROGRAMM ZUR SUCHTPRAVENTION BERLIN UNABHÄNGIG BLEIBEN!

# Unternehmen Gesundheit – das geht alle an! Aktionswoche Alkohol 2019 in Berlin









VERANSTALTUNG FÜR MITARBEITER\*INNEN DES BEZIRKSAMTS LICHTENBERG

er Konsum von Alkohol hat unmittelbare Folgen für die Arbeitswelt: Er hat Auswirkungen auf Betriebsklima und Arbeitsqualität, vor allem aber wirkt sich riskanter Alkoholkonsum negativ auf die Arbeitssicherheit aus.

## Dass Alkohol in Ausbildung und Arbeit nach wie vor eine Rolle spielt, zeigen aktuelle Zahlen¹:

- Jede\*r 10. Mitarbeiter\*in weist ein Trinkverhalten auf, das sich jenseits des risikoarmen Bereichs befindet und den Körper dauerhaft schädigen kann.
- Fast jeder 5. Auszubildende trinkt riskant Alkohol.
- Riskanter Konsum von Alkohol am Arbeitsplatz hat Folgen und verursacht einen volkswirtschaftlichen Gesamtschaden in Deutschland von jährlich knapp 30 Milliarden Euro.
- Der Produktivitätsverlust ist immens:
   Problematisch Konsumierende fehlen
   4–8 Mal häufiger und bei Personen mit einem Alkoholproblem wird der
   Produktivitätsverlust laut der Internationalen Arbeitsorganisation ILO auf ca. 15% geschätzt.
- Jeder 3. Arbeitsunfall ist auf Drogen- oder Alkoholmissbrauch zurückzuführen.
- Stress im Job führt zu vermehrtem Alkoholkonsum: wer mehr als 48 Stunden pro Woche arbeitet, hat ein

11 Prozent höheres Risiko für riskanten Alkoholkonsum als jemand, der 35 bis 40 Stunden arbeitet.

In Berufsausbildungen gelten Alkoholprobleme als die häufigste Ursache bei Fehlzeiten, Leistungseinbußen und Arbeitsunfällen im Betrieb.

> WIR DANKEN IHNEN FÜR DIE BETEILIGUNG AN DER ONLINE-UMFRAGE



DAS MOTTO DER AKTIONSWOCHE FÜR
2019 BILDER: DHS (2)

Angesichts der Tatsache, dass missbräuchlicher Konsum und Sucht am Arbeitsplatz immer noch tabuisiert werden, widmete sich die diesjährige Aktionswoche Alkohol vom 18.–25. Mai 2019 dem Schwerpunktthema "Kein Alkohol am Arbeitsplatz!".

"Alkohol gehört nicht an den Arbeitsplatz! Ganz zu schweigen von den gesundheitlichen Schädigungen, die übermäßiger Alkoholkonsum allgemein mit sich bringt, können Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer nicht nur sich selbst, sondern auch Kolleginnen und Kollegen beispielsweise durch Arbeitsunfälle in Gefahr bringen. Ich begrüße sehr, dass das Berliner

Landesprogramm ,Na klar – unabhängig bleiben!' sich mit all seinen Partnern so engagiert für eine vielfältige Aktionswoche Alkohol rund um das Thema Arbeit stark macht!", betont Dilek Kalayci, Berlins Senatorin für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung.

"Angesichts des aktuellen Fachkräftemangels muss es Anliegen moderner Unternehmensführung sein, die Gesundheit der Mitarbeiter\*innen zu schützen. Das gilt sowohl für ein effektives Stressmanagement als auch für den Umgang

mit Alkohol im Unternehmen. Suchtpräventionsexpert\*innen bieten Unternehmen hier wirkungsvolle Handlungsansätze, kompetent nachhaltige Strategien zu entwickeln und umzusetzen", bekräftigt Kerstin Jüngling, Geschäftsführerin der Fachstelle für Suchtprävention Berlin.

## Berlinweite Befragung "Arbeit, Stress, Alkohol?"

Anlässlich der Aktionswoche Alkohol wurde die berlinweite Befragung "Arbeit, Stress, Alkohol?" durchgeführt, um Berliner\*innen die Gelegenheit zu geben, von Ihren





Erfahrungen vom dem Umgang mit Alkohol im Arbeitsalltag zu berichten. Die Fachstelle für Suchtprävention befragte Berliner\*innen im Alltag, ausgewählte Podcasts hören Sie unter <a href="https://www.berlin-suchtpraevention.de/na-klar">www.berlin-suchtpraevention.de/na-klar</a>. An der Online-Befragung haben innerhalb der Aktionswoche 785 Personen teilgenommen.

#### Ein erster Blick auf die Ergebnisse:

Die Frage, ob sie in ihrem beruflichen Alltag Stress/Leistungs-

druck erleben, beantworteten 90,5% mit "Ja". Ob sie gelegentlich Alkohol nutzen, um zum Feierabend leichter abschalten zu können, bejahten 32,6%. Und 72,3% gaben an, dass auf Ihrer Arbeitsstelle bzw. ihrem Ausbildungsplatz eine 0,0 – Promille-Regelung besteht, 32,4% dagegen gaben an, dass Alkohol im Unternehmen konsumiert werden kann, z.B. beim Anstoßen mit Alkohol zu Geburtstagen. Mehr dazu im nächsten Themenheft.

#### Berlin war engagiert dabei!

Berlin ist ein engagierter Partner der bundesweiten Aktionswoche Alkohol. Zahlreiche Institutionen, Verwaltungen und andere Akteure waren aktiv und machten Angebote zur Auseinanderset-

zung mit den Risiken von Alkohol im Betrieb und regten die Reflexion zum Umgang mit Alkohol am Arbeitsplatz an. Sie brachten Prävention und Hilfe dorthin, wo Berliner\*innen arbeiten und leben: Berliner Bezirksämter führten Veranstaltungen in den Bezirksverwaltungen durch, u.a. in Charlottenburg-Wilmersdorf, Lichtenberg, Spandau, Marzahn-Hellersdorf und Treptow-Köpenick.

Auch direkt in Unternehmen, bei Beratungsstellen, auf öffentlichen Plätzen oder im Fußballverein wurden Aktionen

# Alkohol für Kinder und Jugendliche – kommt uns nicht in die Tüte!

EDEKA GAB AUCH IN DIESEM JAHR EINKAUFSTÜTEN MIT PRÄVENTIONBOTSCHAFT AUS

BILD: FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION

rund um das Thema Alkohol angeboten – und vom Einzelhandelsunternehmen Edeka gab es wieder in der Aktionswoche Präventions-Einkaufstüten, in diesem Jahr mit der Botschaft "Alkohol für Kinder und Jugendliche kommt uns nicht in die Tüte!". Wir danken allen Akteuren herzlich für ihr Engagement und ihre Unterstützung der Aktionswoche Alkohol 2019 in Berlin

Informationen zu den Veranstaltungen in der Aktionswoche Alkohol in Berlin unter: www.aktionswoche-alkohol.de und www.praevention-na-klar.de

#### **Gemeinsam für Prävention**

Das Landesprogramm "Na klar – unabhängig bleiben!", im Rahmen dessen die Aktionswoche Alkohol in Berlin durchgeführt wird, ist ein Bündnis der Berliner Bezirke, der Senatsverwaltungen für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung sowie Bildung, Jugend und Familie, der Fachstelle für Suchtprävention im Land Berlin, HaLT Berlin und der Landesstelle für Suchtfragen e.V. Unterstützt wird das Landesprogramm von der Polizei

Berlin, dem Berliner Fußball-Verband und dem Handelsverband Berlin-Brandenburg.

CHRISTINA SCHADT Fachstelle für Suchtprävention Berlin

#### Alkohol – das Online-Quiz

Auf die Frage "Wie viel ist zu viel?" gibt es keine allgemeingültige Antwort, weil je nach Alter, Geschlecht, Trinkgewohnheit und Situation eine andere Menge "zu viel" sein kann. Somit sind auch die Risiken, die mit dem Alkoholkonsum eingegangen werden, je nach Person unterschiedlich. Fest steht jedoch, dass die Risiken für zahlreiche Krankheiten mit der Häufigkeit und Menge des konsumierten Alkohols steigen.

Rund um das Thema Alkohol stellt das Schweizer Bundesamt für Gesundheit ein Online-Quiz bereit, das auch auf der Webseite der deutschen Aktionswoche Alkohol 2019 abrufbar ist: Was wissen Sie über Alkohol? Stecken in einer Flasche Rotwein mehr Kalorien als in einer Tafel Schokolade? Darf sich ein Astronaut ein Feierabendbierchen gönnen? Liegt ein Glas Wein zum Abendessen an? Und wie viel ist zu viel?



Das Mitmach-Quiz rund um das Thema Alkohol regt augenzwinkernd zum Nachdenken über den eigenen Alkoholkonsum an.

Sie möchten Ihr Wissen selbst testen? Dann klicken Sie auf folgenden Link und legen Sie los: www.aktionswoche-alkohol.de/quiz

**ONLINE-QUIZ** 

## **Qualm- und alkoholfreie Sport**plätze – Neue Kampagne zur Alkohol- und Tabakprävention in Berliner Fußballvereinen

eit vielen Jahren engagiert sich der Berliner Fußball-Verband mit Unterstützung der Landeskommission Berlin gegen Gewalt in der Präventions- und Anti-Gewalt-Arbeit. Toleranz und Fairplav stehen dabei im Vordergrund, damit Rassismus, Gewalt und Respektlosigkeit keinen (Fußball-)Platz mehr finden.

In diesem Jahr widmet sich der BFV erneut dem Thema Suchtprävention und hat dafür die Kampagne "Qualm- und alkoholfreie Sportplätze" ins Leben gerufen. Tabak, Nikotin, Alkohol und andere Drogen haben auf einem Sportplatz, vor allem bei Kinder- und Jugendspielen, nichts zu suchen. Eltern, Trainer\* innen, Betreuer\*innen und Fans sollen Vorbild sein, auch in Bezug auf Alkohol, Nikotin- und Drogenkonsum. Es erscheint unverständlich, dass Kinder durch Dunstwolken von Qualm laufen müssen, der unvermeidlich aufs Spielfeld zieht. Zudem kann der Konsum von Alkohol eine aggressive Stimmung neben dem Fußballplatz fördern.

#### Sei ein Vorbild beim Jugendfußball

Um diesen Umstand zu ändern, möchte der Berliner Fußball-Verband e.V., gemeinsam mit seinen Kooperationspartnern, der Landeskommission Berlin gegen Gewalt, der Senatsverwaltung für Inneres und Sport sowie der Fachstelle für Suchtprävention Berlin, den Vereinen ein Hilfsmittel an die Hand geben, so dass



BODENAUFSTELLER INFORMIERT DIREKT AUF DEM RASEN

BILD: BFV

möglichst alle Berliner Sport- und Fußballplätze als qualm- und alkoholfreier Raum gekennzeichnet werden können. Dies ist einerseits in Form eines Banners möglich, das am Eingang des Sportplatzes aufgehängt werden kann und andererseits durch einen Bodenaufsteller, der an Spieltagen im Sichtfeld der Zuschauer\*innen platziert werden soll. Abgebildet ist der Schriftzug "Sei ein Vorbild beim Jugendfußball – Bitte nicht rauchen und bitte auf Alkohol verzichten".

#### Wir fördern die Gesundheit unserer "Nachwuchskicker"

Mit dieser Aktion sollen sowohl die Vereine als auch Eltern, Kinder und Jugendliche selbst dafür sensibilisiert werden, dass Alkohol- und Tabakkonsum vor, während und nach dem Spiel keinen Platz haben. Diese Aktion stärkt den Jugendschutz im Verein und fördert einen gesunden Lebensstil der "Nachwuchskicker".

Das Material wird in den kommenden Wochen und Monaten an Vereine verteilt, die durch eine Abfrage seitens des Verbandes ihr Interesse über ein Online-Formular anmelden können. Der BFV hofft auf zahlreiche Unterstützung und Befürwortung der Vereine. sodass der Wunsch nach qualm- und alkoholfreien Sportplätzen schnell umgesetzt werden kann..

> GERD LIESEGANG, NORMAN WIECHERT, MELVIN RITTWEGER Berliner Fußball-Verband e.V.

#### Alkohol- und Tabakprävention im Sportverein leicht gemacht!

Schulung des BZgA-Präventionsparcours "KlarSicht" zu Alkohol und Tabak...

... am Samstag, den 10.08.2019 beim Berliner Fußball-Verband e.V. im Haus des Fußballs, Humboldtstraße 8a, 14193 Berlin ... von 10 bis 15 Uhr

Zu Herausforderungen und Entwicklungsaufgaben gehört für Jugendliche oft auch zu zeigen wie risikobereit sie sind. Hierzu zählt auch das erste Experimentieren mit Alkohol, Zigaretten und Shishas.

Der interaktive Parcours "KlarSicht" stellt sechs interaktive Stationen bereit, um mit Jugendlichen auf einfache Weise über Alkohol und Tabak ins Gespräch zu kommen, über Wirkungen und Risiken von Konsum aufzuklären, die Reflexion über das eigene Konsumverhalten anzuregen und eine kritische Auseinandersetzung zu befördern. Die Fortbildung richtet sich an (ehrenamtliche) Mitarbeiter\*innen im Jugendfreizeitsport und Trainer\*innen von Jugendsportmannschaften zum Einsatz des Parcours bei z.B. Sportfesten oder

Trainingslagern und wird von Referent\*innen der Fachstelle für Suchtprävention Berlin durchgeführt.

Infos und Anmeldung unter: www.dfbnet.org



PRÄVENTION - WICHTIG IM SPORT

# Berlin qualmfrei

#### Jugendliche und Shisha-Konsum – alles Obst oder was?

hisha-Rauchen ist bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen beliebt und die Nutzungszahlen sind im Gegensatz zu Zigaretten steigend, so hat es zuletzt das Deutsche Krebsforschungsinstitut im Dezember 2018¹ festgestellt: seit 2008 ist der Shisha-Konsum vor allem in der Altersgruppe der 18-25 Jährigen stark angestiegen, aber auch bei den 12-17 Jährigen ist ein Anstieg des Shisha-Konsums zu verzeichnen.²

Dabei ist Shisha-Rauchen keineswegs harmloser als das Rauchen von Zigaretten, wie es Jugendliche oft glauben: Nachgewiesen ist, dass beim Shisha-Rauchen deutlich mehr von dem abhängig machenden Nikotin aufgenommen wird als bei einer einzelnen Zigarette. Wasserpfeifenrauch enthält zahlreiche Schadstoffe. Es besteht das Risiko an Krebs und/oder an COPD zu erkranken.

Außerdem gilt auch beim Shisha-Rauchen: Selbst wenn eine Person nur daneben sitzt, wird sie durch Passivrauch belastet.

Weiterhin ist die Gefahr einer Kohlenmonoxid-Vergiftung gegeben – eine große Menge von Kohlenmonoxid entsteht durch die Verbrennung der Kohle in der Wasserpfeife. Besonders in geschlossenen Räumen können diese große Mengen von Kohlenmonoxid zu Vergiftungen führen. Kohlenmonoxid ist geruchlos, deshalb bemerkt man eine Vergiftung nicht unmittelbar.

Problematisch ist auch, dass selbst die tabakfreien Produkte gesundheitsschädlich sind, auch hier entstehen giftige Dämpfe wie Kohlenmonoxid. Ein weiterer Aspekt ist das erhöhte Infektionsrisiko z.B. von Hepatitis und/oder Herpes, wenn mehrere Personen ein Mundstück nutzen.

WENN'S NACH OBST
SCHMECKEN SOLL — DANN
ISS EINEN APFEL!
WWW.UNABHAENGIGBLEIBEN. DE!
OBST-STATT-SHISHA

KARTENSET ALS
FREIZEIT-ALTERNATIVE

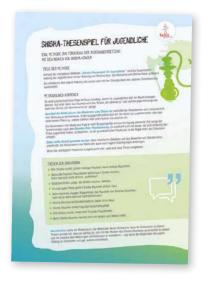
In Workshops mit Schüler\*innen zeigt sich immer wieder, dass sie sich oft unkritisch gegenüber Shisha-Rauchen äußern und häufig Halbwissen vorliegt. Sätze wie "Shisha kann so ungesund gar nicht sein, weil ich einen Kopf eh nicht alleine rauche", "Ist doch eigentlich nur Wasserdampf, der süß schmeckt", "Zigaretten kann ich nicht rauchen. Die kratzen immer so im Hals. Shisha ist total angenehm." oder "Es stinkt nicht so wie Zigaretten. Deswegen rauchen wir das auch in geschlossenen Räumen" verdeutlichen das und sind gute Ansatzpunkte für die Tabakprävention, mit wirksamen interaktiven Methoden Wissen zu vermitteln und die Entwicklung einer kritische Haltung zu fördern.

#### Neue Materialien für die pädagogische Arbeit

Zum diesjährigen Weltnichtrauchertag nimmt die Fachstelle für Suchtprävention Berlin den Shisha-Konsum von Jugendlichen in den Fokus und stellt neue Materialien für die pädagogische

Arbeit in Schule, Jugendhilfe oder Sportvereinen zur Verfügung. Sie sollen pädagogische Fachkräfte dabei unterstützen, Wissen zu vermitteln und Jugendliche zur Reflexion des Shisha-Rauchens anregen sowie Handlungsalternativen anbieten.

So stellt die Fachstelle mit dem "Shisha-Thesenspiel" eine interaktive Methode zur kritischen Reflexion von Shisha-Konsum zur Verfügung – sie enthält über die Methodenbeschreibung hinaus auch Hinweise auf weitere empfehlenswerte Methoden sowie hilfreiche Webseiten zum Thema.



INTERAKTIVE METHODE ZUM THEMA ALS DOWNLOAD VERFÜGBAR

Ein Kartenset unter dem Motto "Wenn's nach Obst schmecken soll – dann iss einen Apfel!" greift den Mythos der Shisha als vermeintlich gesunder Alternative auf und bietet gleichzeitig eine Freizeit-Alternative an: Die Jugendlichen werden animiert, gemeinsam Karten zu spielen und Spaß zu haben, ohne sich oder andere mit Rauch zu gefährden.

Die interaktive Methode steht Ihnen unter folgendem Link als Download zur Verfügung: www.berlin-suchtpraevention.de/themen/tabak/#shisha

Die Kartenspiele werden im Rahmen von Präventionsveranstaltungen rund um das Thema Tabak und Shisha an Jugendliche ausgegeben.

CHRISTINA SCHADT Fachstelle für Suchtprävention Berlin

<sup>1</sup> Mons, U. (2018): E-Zigaretten, Tabakerhitzer & Co – wo stehen wir in Deutschland? Bedarfe und Herausforderungen für die Tabakprävention. Online verfügbar unter: https://tinyurl.com/yyxxuhyx (abberurlen am 24.04.2019).

# HEMENHEFT 54 \_ Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH \_ 06|

#### Klappe zu, Film ab und Action – die Berliner JugendFilmTage 2019



AKTIONSKARTEN ZUM EINSATZ MIT JUGENDLICHEN VOR ORT



MITMACHSTATION WÜRFELSPIEL

BILDER: FACHSTELLE (2)

m über Alkohol- und Tabakkonsum ins Gespräch zu kommen und bei Jugendlichen die Entwicklung einer kritischen Haltung zu legalen Suchtmitteln zu fördern, finden auch in diesem Jahr wieder die JugendFilmTage "Nikotin und Alkohol – Alltagsdrogen im Visier" statt. Ziel ist es über die gesund-

heitlichen Folgen und das Abhängigkeitspotenzial der Alltagsdrogen aufzuklären und einen risikobewussten,
verantwortungsvollen Umgang mit
Alkohol erfahrbar zu machen. Nichtraucher\*innen
sollen darin bestärkt werden, dabei zu bleiben und Raucher\*innen
sollen zum Aufhören ermutigt werden.

Filmen und den

Kino als motivierender Lernort der Suchtprävention

Schüler\*innen zwischen 12-19 Jahren aller Schulformen werden motiviert, sich mit dem Themen Alkohol und Tabak auf vielfältige Weise auseinanderzusetzen. So können die Jugendlichen beispielsweise beim interaktiven Fragenduell "Denk mit und zeig, was du drauf hast" ihr Wissen überprüfen und spannendes zum Thema Alkohol und Nikotin erfahren. Beim Promille-Run "Voll neben der Spur" erleben die Jugendlichen über Spezialbrillen, wie ein Alkoholrausch ihre Wahrnehmung aber auch ihre Koordination beeinträchtigen kann und bei der Mitmach-Aktion "Bauplatz – Was hält dein Leben zusammen?" erhalten die Schüler\*innen die Möglichkeit sich alltagsnah mit ihren eigenen Stärken und Ressourcen auseinander zu setzen und den Zusammenhang zu Substanzkonsum herzustellen. Durch eine gelungene Kombination aus motivierenden Mitmach-Aktionen und themenbezogenen Spielfilme entsteht bei den Jugendlichen nicht nur großer Spaß, sondern auch eine bewusste Auseinandersetzung mit den Themen Alkohol und Tabak. Die JugendFilmTage – mit dem Kino als motivierender Lernort - sind eine tolle, innovative Aktion, die von Schüler\*innen und Lehrer\*innen gleichermaßen geschätzt wird, das zeigen die überaus positiven Rückmeldungen der letzten Jahre.

Seit nunmehr 16 Jahren finden die JugendFilmTage "Nikotin und Alkohol – Alltagsdrogen im Visier" der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung statt. Im vergangenen Jahr wurde das JugendFilmTage-Set der BZgA im Rahmen einer landesweiten

Schulung an die Fachstelle für Suchtprävention Berlin als Koordinatorin der Berliner Jugendfilmtage übergeben, sodass sie in diesem Jahr in den Bezirken Tempelhof-Schöneberg und Pankow durchgeführt werden können. Darüber hinaus finden in diesem Jahr auch die seit 2018 jährlich stattfindenden JugendFilmTage Spandau (kommunal finanziert) statt.

Die Anmeldung für die JugendFilmTage in Tempelhof-Schöneberg ist bereits gestartet und Sie können Ihre Klassen bereits anmelden.

Den Flyer für die Anmeldung mit genauen Informationen zu den Filmen und den Mitmachaktionen finden Sie auf der Webseite der Fachstelle als Download. Die Anmeldungen für die Bezirke Spandau sowie Pankow werden demnächst auf www.berlin-suchtpraevention.de veröffentlicht.

Nehmen Sie mit Ihrer Schulklasse an den JugendFilmTagen in Ihrem Bezirk teil und leisten einen Beitrag zur Alkohol- und Tabakprävention in Ihrer Schule!

> JULIA STRAUB UND GINA HARTUNG Fachstelle für Suchtprävention Berlin

#### In folgenden Bezirken finden JugendFilmTage statt:

Tempelhof-Schöneberg

05. bis 06. Juni 2019

Gustav-Langenscheidt-Schule, Belziger Str. 43-51, 10823 Berlin sowie Odeon Kino, Hauptstr. 116, 10827 Berlin

Spandau

25. bis 27. September 2019 Kino im Kulturhaus Spandau, Mauerstraße 6, 13597 Berlin

**Pankow** 

23. bis 24. Oktober 2019 UCI KINOWELT Colosseum, Schönhauser Allee 123, 10437 Berlin





rotz der wachsenden Beliebtheit von Produkten mit Cannabidiol (CBD) besteht neben Unsicherheit über Wirkung und Suchtpotential auch allgemeine Ungewissheit über die rechtliche Situation.¹ CBD selbst ist ein natürlicherweise in der Cannabispflanze vorkommendes Cannabinoid und wird seit circa Mitte 2018 vermehrt offen in Spätverkäufen oder in Online-Shops für den Freizeitgebrauch beworben.²

#### Aktuelle Forschungen zu CBD

Im Gegensatz zum psychoaktiven Tetrahydrocannabinol (THC), besitzt CBD nach aktuellem Stand für sich keine berauschende Wirkung und steht derzeit im Zentrum einer Vielzahl pharmakologischer und medizinischer Forschungsvorhaben.3 So wird CBD beispielsweise aktuell an der Charité Berlin als Medikament zur Behandlung von psychologischen Erkrankungen untersucht, während andere Studien die Effekte des Wirkstoffes zur Therapieunterstützung bei Epilepsie prüfen.4 In einer kritischen Auseinandersetzung der WHO mit dem aktuellen Forschungsstand konnte keine abhängigkeitserzeugende Wirkung bei der Gabe von reinen CBD-Präparaten festgestellt werden. Ebenfalls fiel die toxikologische Wirkung, trotz möglichen Nebenwirkungen wie Appetitlosigkeit, Diarrhö und Müdigkeit, vergleichsweise gering aus. So schlussfolgert die WHO, dass der Wirkstoff selbst keine Bedrohung für die öffentliche Gesundheit darstellt.5 Wurden in den meisten Studien die Effekte von oral eingenommenen Präparaten untersucht, stellt sich die Forschungslage zur Wechselwirkung von CBD und THC per Inhalation noch wesentlich diffuser dar. Ist die gängige Annahme, dass CBD die psycho-pathologischen Gefahren von THC hemmen kann, weist eine aktuelle Studie mit Bezug auf Freizeitnutzung darauf hin, dass die persönliche Konsumvorgeschichte und die inhalierte Dosis eine Rolle bei der toxikologischen Wirkung von CBD spielen könnte.6 Im Gegensatz zur mehrheitlich oralen Einnahme in wissenschaftlichen Untersuchungen wird CBD im Einzelhandel in Form von getrockneten Cannabisblüten zum Rauchen angeboten. Diese Form der Einnahme birgt neben den gesundheitsschädlichen Aspekten des Rauchens eigene Risiken, wie mögliche Verunreinigungen und einen geringen THC Gehalt, welche wissenschaftlich noch nicht ausreichend untersucht wurden.

Auch die rechtliche Lage beim Verkauf von CBD-haltigen Produkten ist noch unsicher. In einer Pressemitteilung des Oberlandesgerichts Hamm vom 1.7.2016 wird der Verkauf von Cannabisprodukten mit niedrigem THC-Gehalt (weniger als 0,2%) für illegal erklärt, wenn dieser nicht ausschließlich gewerblichen oder wissenschaftlichen Zwecken dient. Dabei ist der gewerbliche Zweck erst erfüllt, wenn Hanf in unbedenkliche Produkte, wie Papier oder Textilien weiterverarbeitet wurde.7 Da der bloße Konsum von CBD nicht als derartiger Zweck angesehen wird, ist der darauf ausgelegte Verkauf in Deutschland illegal. Die Polizei Berlin konfiszierte darauf hin für den Verkauf vorhergesehene CBD-Produkte in Spätverkäufen und bei den Herstellern.8 Auch der Besitz ist aktuell rechtliche Grauzone. Zumal CBD-Produkte oftmals mit dem bloßen Auge nicht von handelsüblichem Cannabis zu unterscheiden sind, ist davon auszugehen, dass Konsumenten\*innen die ortsüblichen rechtlichen Konsequenzen für den Besitz von Cannabis zu erwarten haben.

#### Klare Haltung und kritische Reflexion

Das große gesellschaftliche Interesse wird durch die noch geringe Forschungslage zu Wirkung und Wechselwirkung des Wirkstoffs unter verschiedenen Einnahmebedingungen sowie die graue rechtliche Situation bezüglich Verkauf, Besitz und Konsum nicht erkennbar gebremst. Daher sollte CBD im Rahmen von Aktivitäten zur Cannabisprävention Berücksichtigung finden. Eltern und anderen Erziehungsberechtigten wird empfohlen, bezüglich CBD-haltigen Produkten die gleiche Haltung zu vertreten wie bezüglich klassischen Cannabisprodukten oder Tabakrauchen. Die Fachstelle für Suchtprävention Berlin beobachtet weiterhin die wissenschaftlichen und rechtlichen Entwicklungen.

TIM WEIHRAUCH

Fachstelle für Suchtprävention Berlin

Blasius, H. (2018): Harmloser Hanf? Aufgepasst bei Cannabidiol-Produkten in der Apotheke. In: Deutsche
 Apotheker Zeitung 50. S. 52. Online verfügbar unter: http://tinyurl.com/y3n5bfae (abgerufen am 25.04.2019).
 Strauß, S. (2018): "Bunte Blüte" Polizei beschlagnahmt Nutzhanf von Kreuzberger Firma in Spätis.

In: Berliner Zeitung. Online verfügbar unter: http://tinyurl.com/y2m5wdpe (abgerufen am 10.04.2019).

<sup>3</sup> Blasius, H., a.a.0.

<sup>4</sup> Charité Berlin (Hrsg.) (o.J.): ESPRIT-Studie. Online verfügbar unter: http://tinyurl.com/yyt2th9q (abgerufen am 10.04.2019).

<sup>(</sup>abgeruren am 10.04.2019).

5 World Health Organization (WHO) (Hrsg.) (2018): CANNABIDIOL (CBD) Critical Review Report.
Online verfügbar unter: http://tinyurl.com/y33blivh (abgerufen am 10.04.2019).

<sup>6</sup> Solowij, N., Broyd, S., Greenwood, L. et al. (2019): A randomised controlled trial of vaporised  $\Delta^9$ -tetrahydrocannabinol and cannabidiol alone and in combination in frequent and infrequent cannabis users: acute intoxication effects. In: European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience 1. S. 17-35. Online verfügbar unter: http://tinyurl.com/y2j66myp (abgerufen am 10.04.2019). 7 Oberlandesgericht Hamm Pressestelle (Hrsg.) (2016): Pressemitteilung OLG Hamm klärt illegalen Verkauf

<sup>7</sup> Oberlandesgericht Hamm Pressestelle (Hrsg.) (2016): Pressemitteilung OLG Hamm klärt illegalen Verkauf von Cannabisprodukten. Online verfügbar unter: http://tinyurl.com/y522gf54 (abgerufen am 10.04.2019).
8 Der Polizeipräsident in Berlin (Hrsg.) (2019): Polizeimeldung: Durchsuchungsbeschlüsse vollstreckt –

The Polizeiprasident in Benin (Hrsg.) (2019): Polizeimeidung: burchsuchungsbeschlusse vollstreckt – Cannabisblüten beschlagnahmt. Online verfügbar unter: http://tinyurl.com/yc4yfr24 (abgerufen am 10.04.2019).

# **Kongress Armut und Gesundheit 2019 –**



ARMUT UND GESUNDHEIT 2019 Der Public Health-Kongress in Deutsch und 15. März 2019, Technische Universitä

"Politik macht Gesundheit"

n diesem Jahr fand der Kongress Armut und Gesundheit am 14. und 15. März 2019 unter dem Motto "POLITIK MACHT GESUNDHEIT" an der Technischen Universität Berlin statt. Etwa 2.200 Teilnehmer\*innen haben an den zwei Tagen an verschiedensten Veranstaltungen rund um den Health in all Policies

Ansatz teilgenommen. Ein breites Angebot an Vorträgen, Fachforen und Diskussionsrunden haben sich durch den zweitägigen Kongress gezogen.

Auch wir als Fachstelle für Suchtprävention waren mit dem "Gesund arbeiten" und "Mediennutzung Familienalltag" beim Kongress vertreten. Zusammen mit der Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie wurde die Kampagne "Medien - Familie - Verantwortung: Heute schon mit Ihrem Kind gesprochen?" auf dem Kongress vorgestellt. Die Posterpräsentation konnten wir als Brücke nutzen, um mit Multiplikatoren\*innen aus verschiedenen Bereichen ins Gespräch zu kommen. Deut-

lich wurde, dass das Thema auch länderübergreifend auf großes Interesse stößt und die Kampagne dabei sehr positiv aufgenommen wurde.

#### Suchtprävention – ein wichtiger Baustein im Rahmen des Gesundheitszielprozesses "Gesund arbeiten"

Im Rahmen eines Fachforums hat die Fachstelle mit Vorträgen zum Gesundheitszielprozess "Gesund arbeiten" den Stellenwert des betrieblichen Gesundheitsmanagements, in dem auch die Suchtprävention ein wichtiger Baustein sein sollte, verdeutlicht. So wurde in einem der Vorträge ein Überblick der aktuellen Forschungslage zur Suchtprävention im betrieblichen Kontext verschafft mit Hinblick auf die Herausforderungen, die sich eine moderne und zielgruppenspezifische Suchtprävention stellen muss.

#### Prev@WORK - erfolgreiches Programm für Betriebe

Das vorgestellte Programm Prev@WORK, das auf Suchtprävention in der Berufsausbildung ausgerichtet ist, wurde im Jahr 2017 für die Schweiz adaptiert und in Kooperation mit der Fachstelle für Suchtprävention Berlin um Themen der psychischen Gesundheit erweitert. Im Vortrag wurde vor allem die Schnittstelle

zwischen Gesundheitsförderung und Suchtprävention beleuchtet.

Diese Verknüpfung ist wichtig, um den aktuellen Entwicklungen

in der Arbeitswelt und den Lebensrealitäten der Auszubildenden gerecht zu werden.



CA. 2.200 TEILNEHMENDE HABEN AN DEN DISKUSSIONEN DES KONGRESSES TEILGENOMMEN



ANNA FREIESLEBEN BEI DER POSTERPRÄSENTATION

BILDER: ANDRÉ WAGENZIK (2)

#### Neuroenhancement bei Student\*innen - Ergebnisse der KKSLH-Studie

Auch Suchtprävention im Kontext Hochschule war im Fachforum vertreten. wurden erste Ergebnisse der KKSLH-Studie vorgestellt, die Ende letzten Jahres an Berliner Hochschulen durchgeführt wurde. Die Studie hat das Thema Neuroenhancement bei Studierenden untersucht und 364 Studierende zum Konsumverhalten und zur Konsummotivation von Substanzen zur Leistungssteigerung bzw. Stresskompensation befragt. Über 90 % haben angegeben schon mal davon gehört zu haben, dass iemand Neuroenhancer eingenommen hat und fast ein Fünftel haben selbst

schon mal Subtanzen zur Leistungssteigerung bzw. Stresskompensation eingenommen.

Aus der Studie geht unter anderem hervor, dass die Substanzen vorwiegend mit dem Ziel "um Abschalten zu können" und "um besser schlafen zu können" eingenommen werden. Dieses Ergebnis geht auch mit den Prävalenzen zu Cannabis und Schlafund Beruhigungsmittel einher. Neben Fragen zum Konsumverhalten hat die Studie auch das subjektive Empfinden zum Leistungsdruck erfasst. Fast 60 % der Befragten haben den Leistungsdruck im Studium "stark" bzw. "sehr stark" eingestuft. Somit zeigt die Befragung, dass Neuroenhancement und auch Leistungsdruck ein Thema an deutschen Hochschulen ist, dem auch in der Suchtprävention Beachtung geschenkt werden sollte. Ein umfassenderer Bericht zu den Ergebnissen der Studie wird in der nächsten Ausgabe des Themenheftes veröffentlicht.

> ANKE SCHMIDT, INGA BENSIECK, ANNA FREIESLEBEN UND ANGELA SCHMIDT Fachstelle für Suchtprävention Berlin

# Medienkonsum außer Kontrolle?! – Neues Gesundheitsziel in Treptow-Köpenick setzt auf Prävention und die Entwicklung von Medienkompetenz



oziale Medien sind in unserer Gesellschaft nicht mehr wegzudenken. Viel zu groß ist der positive Nutzen, den sie in der Freizeit und im Berufsalltag bieten. Eine Abstinenz von sozialen Medien kann und wird daher nicht möglich und zielführend sein und ist auch (meist) nicht gewünscht. Handlungsbedarf besteht dennoch, will man Eltern, pädagogischem Fachpersonal und der Forschung Glauben schenken.

#### Medienkompetenz und Gesundheitskompetenz im Visier

So unter anderem Ende 2017 auf verschiedenen bezirklichen und überbezirklichen Veranstaltungen geschehen, in denen sich Menschen aus verschiedensten Settings (Familie, Kita, Schule, Jugendfreizeit uvm.) hilfesuchend nach Lösungen an uns wandten. Die Häufung und Vehemenz nach DEN Lösungsratschlägen

im Umgang mit sozialen Medien veranlasste uns letztlich zur Entwicklung des Gesundheitszieleprozesses "Medienkonsum und Gesundheitskompetenz im Visier" im Bezirk Treptow-Köpenick. Doch auch eine Vielzahl an Studien bestätigen die subjektive Wahrnehmung: Die "AOK Familienstudie 2018" beschreibt beispielhaft ein Ansteigen körperlicher Inaktivität, deren Gründe vor allem in Zeitknappheit, Stress und wachsendem Medienkonsum zu sehen sind. Deutlich wird durch die Studie, dass viele Eltern ihrer Vorbildfunktion nicht ausreichend nachkommen. Hier wollen wir ansetzen und verhal-

Der Gesundheitszielprozess ist für uns nicht neu, fußt er vielmehr auf Erfahrungen, die bereits mit dem erfolgreich umgesetzten Gesundheitsziel "Sucht im Alter", auch über den Bezirk Treptow-Köpenick hinaus, bis heute Wirkung entfaltet.

tens- und verhältnispräventive Angebote entwickeln und vorhalten.

Der für Gesundheit und Umwelt zuständige Stadtrat hat im Jahr 2018, in Zusammenarbeit mit der Qualitätsentwicklungs-, Planungs- und Koordinierungsstelle (QPK), einen Bezirksamtsbeschluss herbeigeführt, mit dem ein Gesundheitszieleprozess initiiert wurde, der sich nachhaltig und ganzheitlich mit den gesundheitlichen Risiken eines übermäßigen Medienkonsums auseinandersetzt und über mehrere Jahre forciert wird. Den involvierten Akteuren geht es einerseits um die Sensibilisierung der Familien für das Thema, andererseits aber auch um die Aufklärung über gesundheitliche Gefährdungspotentiale für Kinder und Jugendliche in ihren jeweiligen Entwicklungsphasen. Im Rahmen des Zieleprozesses sollen Projekte und Programme entwickelt und vorgehalten werden, die Kinder, Jugendliche und Familien sowie deren jeweiligen Bezugspersonen, wie pädagogisches Fachpersonal, im Alltag unterstützen, um kritischen Entwicklun-

gen, die aufgrund eines übermäßigen und unreflektierten Medienkonsum beobachtbar sind, entgegen zu wirken. Ziel des Prozesses war es demnach insbesondere Schulungsprogramme für Multiplikator\*innen, Beratungs- und Informationsangebote sowie aktivierende und alternative Freizeitangebote für Eltern und deren Kinder bereitzustellen, die einen Gegenpol zu digitalen Angeboten bilden, die oft Kinder und Jugendliche, aber auch ihre Eltern vielfach in eine konsumierende Haltung drängen.

Im Ergebnis der ersten zwei Sitzungen des berufenen Arbeitskreises, dem gut 25 Personen mit multiprofessioneller Expertise angehören, wurden bereits zwei Gesundheitsprozessziele für den Bezirk Treptow-Köpenick verabschiedet und entsprechend konkrete Maßnahmen und Angebote vereinbart. Aus dem ersten Ge-

> sundheitsprozessziel ergeben sich konkrete Bedarfe und Angebote, die vier Träger/Anbieter noch in

> > diesem Jahr und darüber hinaus in Kooperation mit dem Bezirk Treptow-Köpenick anbieten: Fachstelle für Suchtprävention Berlin, Lost in Space, Cabuwazi und ab 2020 die Medienetage von WETEK.

### Medienkompetenz ganzheitlich entwickeln

Die Angebote reichen von Workshops für Schüler\*innen, inkl. anschließender Elternabende über Fortbildungen für päda-

gogische Fachkräfte in der Kita, Informations-

veranstaltungen für Eltern und Lehrer\*innen bis hin zu zirkus-, theater- und medienpädagogischen Angeboten für Kitakinder und Grundschüler\*innen. Bereits seit April 2019 befinden sich die benannten Angebote in der konkreten Umsetzung.

Wir verfolgen dabei stets den Ansatz, alle Zielgruppen gleichermaßen anzusprechen und einzubinden. Nur so lässt sich Medienkompetenz ganzheitlich entwickeln.

Ziel ist es jedoch, diese Angebote zu verstetigen, bedarfsgerecht weiterzuentwickeln und auszubauen. Denn: Jedes Kind, jede/r Jugendliche/r, jeder Elternteil und jede pädagogische Fachkraft aus Kita, Schule, Jugendfreizeit uvm. in Treptow-Köpenick sollen die Angebote in Anspruch nehmen können! Dafür braucht es für gewöhnlich Zeit, Geld und den Ausbau der Angebote. So sind ab dem kommenden Jahr 2020 ein Peer-Projekt an Schulen und weitere Multiplikator\*innen-Fortbildungen durch Lost in Space sowie ein Projekt für Kinder und Jugendliche zur Analogisierung von Computerspielen durch die Wetek Medienetage, über die bestehenden Angebote hinaus geplant.

ROBERT RINGEL

Suchthilfekoordination Bezirksamt Treptow-Köpenick

Auf den folgenden 3 Seiten lesen Sie Neues zu den Projekten der Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH und ihrem Gesellschafter, dem Institut für Gesundheit und Kommunikation e.V.





#### **PERSPEKTIVE**

## Schwangere geflüchtete Frauen -Informationen bündeln, Perspektiven schaffen!

ine besonders vulnerable Zielgruppe in der Suchtprävention stellen (werdende) Mütter dar, gerade hinsichtlich des Schutzes ungeborener Kinder durch schädigende Auswirkungen des Konsums von Alkohol oder anderer psychoaktiver Substanzen. Zudem sind Frauen Schlüsselpersonen in ihren Familien, insbesondere, wenn es um Kinder- und Jugendschutz geht, oder auch im Zugang zu ihren Lebenspartner\*innen.

Laut Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) haben zwischen 2012 und 2016 ca. eine halbe Million Frauen in Deutschland einen Asylerstantrag gestellt.1 Im Rahmen einer Studie der Charité wurde festgestellt, dass 80% der 639 dort befragten geflüchteten Frauen mindestens ein Kind hatten.<sup>2</sup> Über die Gruppe schwangerer geflüchteter Frauen gibt es für Deutschland bislang keine genauen Zahlen.3

#### Austausch von Praxiswissen

Um das Thema Suchtprävention bei (schwangeren) geflüchteten Frauen ins Blickfeld zu nehmen, empfing das Projekt "Perspektive – Suchtprävention für Geflüchtete" der Fachstelle für Suchtprävention Berlin in Kooperation mit dem Fachdialognetz für schwangere geflüchtete Frauen am 13. März 2019 interessierte Vertreter\*innen aus Berliner Institutionen und Projekten der Bereiche Familienplanung, Familien-/ Müttergesundheit, Unterkunft, LAF, Soziale Arbeit, Suchtprävention sowie der Suchthilfe.

Im Fokus standen zum einen ein Wissenstransfer von bereits aus der Praxis Bekanntem und Erkanntem, zum anderen die Einschätzungen der Anwesenden hinsichtlich der Bedarfe von Fachkräften und (schwangeren) geflüchteten Frauen. Deutlich wurde, dass es aus suchtpräventiver Sicht wichtig ist, geflüchtete Frauen mit ihrer gesamten Lebenssituation im Blick zu haben. Hierüber erreicht man wiederum (werdende) Mütter und kann mit diesen Präventionsthemen, auch die Schwangerschaft betreffend, besprechen. Diese reichen über klassische Konsumthemen Tabak und Alkohol hin zum Medikamentenkonsum, auch in der Schwangerschaft, oder bezüglich der Weitergabe von Medikamenten an Kinder.

Gute Erfahrungen hatten die Teilnehmer\*innen mit niedrigschwelliger, aufsuchender und begleitender Arbeit in vertrauter Atmo-



sphäre gemacht, positive Kontakte ermöglichten die Beförderung von Motivation und Zuversicht. Für die erfolgreiche Annahme der Angebote ist erfahrungsgemäß der Abgleich mit der Erwartungshaltung der Zielgruppe essentiell, geschützte Räume ermöglichen, sich ungestört auch zu "Tabuthemen" zu informieren.

#### Qualität braucht Kontinuität

r.

Die Vermeidung von bzw. der Umgang mit problematischem Substanzkonsum stellt jedoch für die Betroffenen sowie für die Fachkräfte, die mit geflüchteten Frauen arbeiten, ein Thema unter vielen dar. Zudem erschwert die personelle Fluktuation an

Schnittstellen den Aufbau und Erhalt nachhaltiger suchtpräventiver Strukturen und behindert die Vernetzung der Einrichtungen mit Unterstützungs- und Hilfeangeboten, um Menschen mit problematischem Substanzkonsum zu begleiten - hier wurden von Seiten der Teilnehmenden wiederholt längerfristige (Projekt-)Finanzierungen und eine Verstetigung von Angeboten gefordert.

Deutlich wurde der bestehende Bedarf an Fortbildungen zum Thema Suchtprävention für Fachkräfte in der Arbeit mit sowie

im Speziellen für geflüchtete Frauen. Kontinuierlicher fachlicher Austausch und Vernetzung bleiben wichtig, um hierfür passgenaue Angebote vorzuhalten.

Vielen Dank an alle Teilnehmenden der Veranstaltung für die angeregte Diskussion und den gemeinsamen Austausch. Insbesondere danken wir Katharina Meier. Proiektkoordinatorin des Fachdialognetzes für schwangere geflüchtete Frauen, für die gemeinsame Durchführung.

#### **Weiter Informationen**

- zum Projekt "Perspektive" unter: www.kompetent-gesund.de/Gefluechtete
- für Geflüchtete (mehrsprachig): www.helpisok.de
- zum Fachdialognetz für schwangere geflüchtete Frauen unter: www.fachdialognetz.de

MARC PESTOTNIK Fachstelle für Suchtprävention Berlin



# Prävention ist nachhaltige Personalentwicklung – das Programm *Prev*@WORK



ucht am Arbeitsplatz war lange Zeit tabu und ein vernachlässigtes Thema. Der Fokus der betrieblichen Suchtprävention liegt traditionell auf abhängig konsumierenden Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern. Deutlich größer, und gleichzeitig unauffälliger, ist jedoch die Gruppe der riskant oder missbräuchlich Konsumierenden. Das hat Folgen: Der volkswirtschaftliche Gesamtschaden durch Alkoholkonsum beträgt in Deutschland jährlich über 25 Milliarden Euro. Jeder dritte Arbeitsunfall ist auf Drogen- oder Alkoholmissbrauch zurückzuführen und problematisch Konsumierende fehlen nicht nur 4-8 Mal häufiger, sondern sie sind auch bei Anwesenheit deutlich weniger leistungsfähig.

Aber auch eine exzessive Nutzung digitaler Medien wird zunehmend zum Problem im Arbeitskontext, denn z.B. Unterbrechungen durch eingehende (Kurz-) Nachrichten reißen uns aus dem Gedankenfluss, Arbeitseffizienz leidet und Fehlerraten sowie Unfallgefahren steigen durch den ablenkungsbedingten Mangel an Aufmerksamkeit.

Prev@WORK ist ein seit 2008 erprobtes, ganzheitlich orientiertes betriebliches Suchtpräventionsprogramm und wurde von der Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH entwickelt. Im Rahmen eines Bundesmodellprojektes wurde es 2011/2012 auf Übertragbarkeit geprüft und erfolgreich evaluiert. Seitdem wird es stetig aktualisiert und weiterentwickelt. Prev@WORK ist heute – gesteuert durch die Berliner Suchtpräventionsfachstelle – bundesweit verbreitet.

#### Die drei 3 Säulen des Programms sind:

- Beratung von Unternehmen,
- Fortbildungen für Personalverantwortliche und
- Präventionsseminare für Auszubildende

Um eine möglichst hohe Qualität zu gewährleisten, wird auf eine hochwertige Qualifizierung der Trainer\*innen und die Einhaltung von Standards bei der bundesweiten Umsetzung geachtet.

#### Das Programm in Zahlen:

Die Fachstelle für Suchtprävention Berlin hat bislang 362 Trainer\*innen in 14 Bundesländern ausgebildet, welche wiederum 269 Grundlagenseminare für 3957 Auszubildende sowie 106 Aufbauseminare mit 1432 Teilnehmenden umgesetzt haben.

Die Ergebnisse unterstreichen den Qualitätsstandard des *Prev*@WORK-Konzeptes, Maßnahmen der Suchtprävention auf allen relevanten Ebenen im Betrieb zu implementieren und miteinander zu verknüpfen. Dies wird auch durch die Aufnahme des *Prev*@WORK-Programms in die Datenbank für empfohlene Präventionsprogramme "Grüne Liste Prävention" (*www.gruene-liste-praevention.de*) bestätigt.

Darüber hinaus wurde das Programm im vergangenen Jahr von SuchtSchweiz für die Schweiz adaptiert und gemeinsam mit der Berliner Fachstelle und der Perspektive Thurgau um Themen der psychischen Gesundheit ergänzt.

Die Fachstelle für Suchtprävention hat insgesamt 22 Trainer\*innen in der Schweiz und in Liechtenstein ausgebildet – diese haben das Programm bereits weitermultipliziert.



"GRÜNE LISTE PRÄVENTION"
VON CTC BILD: CTC

Prävention lohnt sich – denn Prävention ist nachhaltige Personalentwicklung!

ANKE SCHMIDT Fachstelle für Suchtprävention Berlin

#### Evaluationsergebnisse der von der Berliner Fachstelle umgesetzten Suchtpräventionsseminare

#### **Evaluation Grundlagenseminare:**

- 1.296 Teilnehmende
- Rücklaufguote: 98 %
- Zufriedenheit: 99 %
- Kompetenzsteigerung: 91 %
- Gute Vermittlung der Sachverhalte: 100 %
- Angemessener zeitlicher Rahmen: 95 %
- Bearbeitung des Themas ist wichtig: 94 % Stand: 12.04.2019

#### **Evaluation Aufbauseminare:**

- 756 Teilnehmende
- Zufriedenheit: 96 %
- Neue Erkenntnisse gewonnen: 82 %
- Gute Vermittlung der Sachverhalte: 99 %
- Anregung zum Nachdenken: 84 %

#### Nachbefragung zum Grundlagenseminar:

- Nachhaltige Auseinandersetzung: 66 %
- Aufmerksamer gegenüber eigenem Konsum: 66 %
- Betrachten Alkoholkonsum im Betrieb kritischer: 67 %
- Betrachten Substanzkonsum im Privaten kritischer: 60 %
- Wissen, wie sie reagieren können: 96 % Stand: 12.04.2019

#### Seminare für Personalverantwortliche:

- 265 Teilnehmer\*innen in 20 Fortbildungen
- Wissens- und Kompetenzerweiterung: 97 %
- Inhalte sind in beruflicher Praxis zu nutzen: 96 %
- Interesse an aufbauenden Schulungen: 83 %
  - insbesondere zu Gesprächsführung

Stand: 12.03.2019



Stand: 12.04.2019

# Raus aus der Grauzone Ein Unterstützungsprojekt für Jugendliche und ihre Familien!

#### Wohin mit meinen Pubertätssorgen?

Is die Kinder noch klein waren, war es rückblickend viel einfacher, ihnen zu sagen, was sie dürfen und was nicht. Kommen sie in die Pubertät, wird diese Entscheidung immer schwieriger. Mit den äußeren Merkmalen eines Erwachsenen ausgestattet fordern Jugendliche zunehmend mehr Rechte ein, die Erwachsene ja auch haben: Alkohol trinken, über die eigene Zeit, das Aussehen und Sexualität selbst bestimmen. Überlasse ich die Entscheidung darüber dem Kind oder sollte ich nicht auch noch "ein Wörtchen" mitreden? Wir wissen: Auch jugendliche Kinder brauchen ihre Eltern.

#### Elternsein und Pubertät – Meine Rolle finden

Die Interessen der heutigen Eltern und ihrer Kinder scheinen sich viel ähnlicher zu sein als das früher der Fall gewesen ist. Das macht es aber schwieriger, seine Rolle in dieser Zeit zu definieren. War es zum Beispiel für mich selbst bislang okay, hin und wieder auf Partys Cannabis zu rauchen – darf ich das dann nicht auch meinem 16-jährigen Sohn zugestehen? Wie wichtig ist es denn eigentlich für das Kind, welche Haltung die Eltern in Bezug auf Drogenkonsum haben?

#### Elternaustausch: Moderierte Gruppen an 7 Standorten

Die Fachstelle für Suchtprävention Berlin unterstützt Eltern mit ihrer Expertise zu Pubertät, Cannabis und Digitalen Medien. Wir bieten, finanziert durch die Deutsche Fernsehlotterie, im Rahmen des Projektes "Raus aus der Grauzone" kostenlos Beratungen einzeln und in Gruppen an. Alle Eltern, die sich sorgen oder sich informieren wollen, weil sie gerade mittendrin stecken oder sich auf diese Phase vorbereiten wollen, haben an sieben verschiedenen Standorten in Berlin die Gelegenheit zum moderierten Austausch mit anderen Eltern unter Leitung von Psychologinnen und Kinder- und Jugendtherapeutinnen.

Unter www.rausausdergrauzone.de finden Sie alle Termine. Gerne kommen wir mit diesem Angebot auch in Ihre Einrichtung!

#### Kontaktdaten:

Tel.: 030 – 24 04 69 76 | kontakt@rausausdergrauzone.de

KATRIN PETERMANN

Fachstelle für Suchtprävention Berlin

#### NEUERSCHEINUNGEN, TERMINE UND VERANSTALTUNGSHINWEISE ZUR SUCHTPRÄVENTION

#### **ALKOHOL**

#### Studie "Der Alkoholkonsum Jugendlicher und junger Erwachsener in Deutschland 2018"

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, weitere Infos: www.bzga.de

#### Broschüre "Alkohol am Arbeitsplatz – Hinweise für das Gespräch unter Kolleginnen und Kollegen"

Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen und Barmer, Download unter: www.barmer.de

#### TABAK/ E- ZIGARETTEN

#### **Arbeitsmaterial**

"E-Zigaretten, Shisha, Snus & Co." Freelance (Schweiz), Download unter:

www.be-freelance.net

#### **ONLINE-MEDIEN**

#### Zeitschrift "Digitaler Kinderund Jugendschutz"

Bundesarbeitsgemeinschaft Kinderund Jugendschutz, weitere Infos: www.kjug-zeitschrift.de

#### Studie "WhatsApp, Instagram und Co. – so süchtig macht Social Media"

DAK-Gesundheit,

Download unter: www.dak.de

#### Arbeitsmaterial "Safer Smartphone – Sicherheit und Schutz für das Handy"

Klicksafe.de,

Download unter: www.klicksafe.de

#### **CANNABIS**

#### **Studie**

"Cannabis: Potential und Risiken. Eine wissenschaftliche Analyse"

Die Drogenbeauftragte der Bundesregierung, Download unter:

tinyurl.com/y6ttom7s

#### SUCHT UND FAMILIE:

#### Jugendhilfereport: Schwerpunktheft über Kinder sucht- und psychisch kranker Eltern

Landschaftsverband Rheinland,
Download unter: www.lvr.de

#### **ALLGEMEIN**

#### **DHS Jahrbuch Sucht 2019**

Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen, weitere Infos: www.dhs.de

#### WHO-Empfehlung "To grow up healthy, children need to sit less and play more"

Weltgesundheitsorganisation (WHO), weitere Infos: www.who.int

#### **Broschüre**

"Selbstwirksamkeit – Eine Orientierungshilfe für Projekt- und Programmleitende der kantonalen Aktionsprogramme zur Förderung von Selbstwirksamkeit und Lebenskompetenzen"

Gesundheitsförderung Schweiz, 2019, Download unter:

www.gesundheitsfoerderung.ch

#### Kinder- und Jugendhilfereport 2018

Deutsche Jugendinstitut (DJI), Download unter: www.dji.de



#### **VERANSTALTUNGEN**

#### 12. Juni 2019 Fachtagung "REINE MÄNNER-SACHE?! – Suchthilfe in NRW"

LWL-Koordinationsstelle Sucht, Mühlheim an der Ruhr, weitere Infos: www.maennersache-sucht.de

www.iiiaeiiiieisaciie-suciii.ue

#### 13. Juni 2019 Fachtag "Wirksame Alkoholprävention!? Stand und Perspektive des HaLT-Programms"

Institut für interdisziplinäre Sucht- und Drogenforschung e.V. in Kooperation mit dem HaLT Service Center, Hamburg, weitere Infos: www.halt.de

# 04. Juli 2019 Fachtagung "Highways to Health? Digitale Prävention und Gesundheitsförderung"

Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e. V., weitere Infos:

www.gesundheit-nds.de

#### 16.–18. September 2019 Deutscher Suchtkongress Mainz

Deutsche Gesellschaft für Suchtpsychologie/Deutsche Gesellschaft für Suchtforschung und Suchttherapie, weitere Infos: www.suchtkongress.org

#### 09.-11. Oktober 2019 Fachkonferenz SUCHT "#Suchthilfe #Digital"

Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen, Augsburg,

weitere Infos: www.dhs.de

# 25. November 2019 Jahrestagung der Bundesdrogenbeauftragten "Stärkung der kommunalen Suchthilfe"

weitere Infos in Kürze unter: www.drogenbeauftragte.de



#### VERANSTALTUNGEN DER FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION BERLIN

02. September 2019 Schulung "Berliner Präventionsparcours Cannabis"

04. September 2019 Intensivseminar "Perspektive"

## 17. September 2019 Prev@WORK-Seminar

für Ausbilder\*innen und Personalverantwortliche

# 30. September – 02. Oktober 2019 Fortbildung "acht bis zwölf-Kursleiter\*innen"

In Kooperation mit der ASH, Anmeldung über die Fachstelle 25. Oktober 2019 Elternseminar "Cannabis"

28. – 30. Oktober 2019 Fortbildung "Schul-MOVE-Eltern"

11. November 2019 Intensivseminar "Perspektive"

13. November 2019 – 13. Januar 2020 Basisseminar "Papilio – 3bis6" (6 Module)

Alle genannten Veranstaltungen der Fachstelle für Suchtprävention Berlin finden in der Chausseestraße 128/129 in 10115 Berlin statt.

#### KENNEN SIE UNSEREN ONLINE-VERANSTALTUNGSKALENDER?

Die genauen Beschreibungen der Fortbildungen, Workshops und Kurse der Fachstelle für Suchtprävention Berlin finden Sie auf unserer Webseite unter: www.berlin-suchtpraevention.de/veranstaltungen

Außerdem haben Sie die Möglichkeit, eigene, öffentlich zugängliche Suchtpräventionsveranstaltungen unter dem *Link "Veranstaltung vorschlagen"* einzureichen.

#### 100 Tage-100 Bilder-100 Texte -Kunst für ... gegen Rauchen®

Die Berliner Künstlerin Sine von Schonen hat mit Kunst ihre Nikotinsucht erfolgreich und nachhaltig überwunden. Kunst für ... gegen Rauchen – ein ungewöhnlicher Weg! Gehen Sie ihn mit und lassen Sie sich inspirieren.

Die Ausstellung sehen Sie hier:

Vom 6. Mai bis zum 31. August 2019 im Landesamt für Gesundheit und Soziales Berlin (LAGeSo), Turmstraße 21, Foyer Haus A, 10559 Berlin-Mitte (Moabit)

Weitere Infos: www.kunstvollfarben.de

## Berufsbegleitender Zertifikatskurs 2020



Fachkraft für Suchtprävention im Kontext Schule/Jugendarbeit

Veranstalter: Fachstelle für Suchtprävention Berlin in Kooperation mit der Alice Salomon Hochschule, Berlin

Infoabend: 20.11.2019, 16 -18 Uhr

Fachkraft für Suchtprävention im Kontext Schule/
Jugendarbeit
Aurs. Nr.: S O. 20

Approxist Methods of Schule Administration of Schule Administrat

Weitere Infos: www.berlin-suchtpraevention.de/ veranstaltungen/ unter Zertifikatskurs Suchtprävention

ANERKANNT!

## IHR BEITRAG ODER IHRE VERANSTALTUNG IM »THEMENHEFT SUCHTPRÄVENTION BERLIN«?

Das Themenheft erscheint 4x im Jahr und wird sowohl über unseren E-Mail-Verteiler an 3.500 Empfänger verschickt und auch in kleiner Auflage gedruckt. Online sind alle Ausgaben über unsere Webseite und auf issue.com verfügbar.

Das nächste Themenheft ist bereits in Planung und wird im September 2019 erscheinen. Wir freuen wir uns über Beiträge zu Angeboten, Aktivitäten, Projekten

oder Terminen der Suchtprävention von Ihnen und laden Sie herzlich ein, sich redaktionell einzubringen.

Der Redaktionsschluss ist 9. August 2019 – bei Interesse nehmen Sie bitte Kontakt auf zu: Christina Schadt (schadt@berlin-suchtpraevention.de)

#### Unterstützen Sie die Berliner Suchtprävention

Mit Ihrem Engagement können wir die Suchtprävention stärken und noch mehr Aufklärungsarbeit für die Menschen unserer Stadt leisten.



Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH IBAN DE12 1002 0500 0001 3431 00 BIC BFS WDE 33 BER bei der Bank für Sozialwirtschaft Verwendungszweck: Spende Suchtprävention Berlin