UNABHÄNGIG BLEIBEN!

kompetent gesund.de
FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION

FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION IM LAND BERLIN

SUCHTPRÄVENTION BERLIN

THEMENHEFT NO. 64 | DEZEMBER 2021

1000 SCHÄTZE – FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION BERLIN ÜBERNIMMT DIE BUNDESKOORDINATION DES EVALUIERTEN PROGRAMMS

FACHTAGUNG FÜR BERLIN
Riskanter Medikamentenkonsum im Fokus

BERLINER PRÄVENTIONSPRAXIS
Wenn Eltern und Erziehende sich Sorgen machen

ALKOHOL IN BERLIN
Neue Angebote von HaLT proaktiv

IMPRESSUM

Themenheft Suchtprävention No. 64 | Ausgabe Dezember 2021

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

Die Fachstelle für Suchtprävention Berlin wird gefördert durch die Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung und ist eine Einrichtung der:
Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH
Chausseestr. 128/129 | 10115 Berlin
Tel.: 030 - 29 35 26 15 | Fax: 030 - 29 35 26 16
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; istock / IP Galanternik D.U., Freepik

Gefördert durch:

Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung | BERLIN

INHALT

NEWSLETTER DER FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION BERLIN SOWIE INFORMATIONEN ZU SUCHTPRÄVENTION 3D 3

LEITARTIKEL
Cannabis – eine notwendige Revision! 3

VERANTWORTUNGSVOLLER UMGANG MIT ALKOHOL UND ILLEGALEN DROGEN
Berliner Aktionstage 2021 „Mir reicht’s – Ich bleibe gesund!“ zu Krisen und riskantem Suchtmittelkonsum 4
Kinoerlebnis zu Alkohol und Tabak wieder live bei den JugendFilmTagen in Lichtenberg 5

PRÄVENTION VON RISKANTEM MEDIKAMENTENKONSUM
Riskanter Medikamentenkonsum – Aktivitäten rund um den Welttag der Patient*innensicherheit 6

BERLINER PRÄVENTIONSPRAXIS
Achterbahn der Gefühle – Was Eltern bewegt, wenn ihre Kinder Drogen ausprobieren 8

ZIELGRUPPENORIENTIERTE SUCHTPRÄVENTION IN LEBENSWELTEN
Schutzfaktoren stärken – als Familie gemeinsam etwas erleben! 8
»my 2022« – Der Präventionskalender im praktischen Hosentaschenformat 9

NEUES ZU DEN PROJEKTEN DER FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION BERLIN GGMBH UND IHREM GESELLSCHAFTER, DEM INSTITUT FÜR GESUNDHEIT UND KOMMUNIKATION E.V. 10

SUCHTPRÄVENTION IN DER GRUNDSCHULE
1000 Schätze – Bundesweites Kompetenzzentrum unter dem Dach der Berliner Fachstelle 10
Acht bis zwölf – Mehr Sicherheit im Erziehungsalltag Suchtprävention für Eltern an der Grundschule 11

SUCHTPRÄVENTIONSPROJEKTE FÜR OBERSCHULEN
JugendFilmTage – auch in 2021 ein Highlight in Spandau! 11

PRÄVENTION VON RISKANTEM ALKOHOLKONSUM
Alkohol – mit Verantwortung?! Neue Angebote von HaLT proaktiv für Berlin gestartet 12

SUCHTPRÄVENTION IN ARBEIT UND AUSBILDUNG
Alles vernebelt?! Neues Online-Seminar für Auszubildende 13

NEUERSCHEINUNGEN, TERMINE UND VERANSTALTUNGSHINWEISE ZUR SUCHTPRÄVENTION 14

Auf den folgenden 7 Seiten lesen Sie den Newsletter der Fachstelle für Suchtprävention Berlin sowie Informationen zum Projekt Suchtprävention 3D, gefördert durch die Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung

FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION IM LAND BERLIN

Suchtprävention 3D

LEITARTIKEL

Cannabis – eine notwendige Revision!

Expert*innen, u.a. aus dem Bereich der Suchtprävention und Suchthilfe, haben es schon länger gefordert, nun nimmt sich die Politik auf Bundesebene der Thematik an: sie möchten den Umgang mit und die gesetzliche Einordnung von Cannabis verändern und eine kontrollierte Abgabe an Erwachsene ermöglichen, u.a. um Konsumierende zu entkriminalisieren und die Verbreitung verunreinigter Substanzen zu stoppen. Was heißt das für die Suchtprävention?

Regulierung von Cannabis für Erwachsene braucht begleitende Maßnahmen der Suchtprävention für Kinder und Jugendliche

Suchtprävention als Teil des Public Health-Ansatzes hat das Ziel, insbesondere Kinder und Jugendliche vor gesundheitlichen Schäden durch Substanzkonsum zu schützen. Zentraler Ansatz ist hier die Förderung der Konsumkompetenz mit dem Ziel der Risikoreduktion.

ANKE TIMM

Cannabis ist keine ungefährliche oder harmlose Substanz. Daraus folgt die Notwendigkeit strenger Kontrolle und Überwachung des Handels und Umgangs mit Cannabis. Im Zentrum einer guten Cannabispolitik steht daher neben dem Schutz der Gesundheit, insbesondere junger Menschen, die Frage nach einer auf Verhältnismäßigkeit basierenden Regulierung. Die nun geplante Einführung einer regulierten und kontrollierten Abgabe von Cannabis erfordert unbedingt begleitende Maßnahmen der Prävention. So sollte der Verkauf von Cannabis zu Genusszwecken in lizensierten Geschäften oder Apotheken erfolgen, das Verkaufspersonal sollte kontinuierlich, u.a. durch die Fachstellen für Suchtprävention, geschult werden. Die kontrollierten Cannabisabgaben sollten mit Warnhinweisen versehen sein und Werbung sollte nicht zugelassen werden.

Um den Jugendschutz zu gewährleisten und Jugendlichen eine kritische Auseinandersetzung mit den Risiken von Cannabis zu ermöglichen, fordern wir den Ausbau der Cannabisprävention in den Lebenswelten von Kindern und Jugendlichen. Erprobte Maßnahmen der Lebenskompetenzförderung und Cannabisprävention für junge Menschen, Eltern und pädagogische Fachkräfte sollten noch mehr als bisher in die Breite gebracht werden.

Kinder und Jugendliche schützen

Nicht nur bezüglich Cannabis haben wir die Aufgabe, insbesondere Kinder und Jugendliche zu schützen. Gerade in diesen Zeiten, in denen uns eine Pandemie mit immer neuen Entwicklungen in Atem hält, setzen wir den Fokus darauf, was wir verstärkt tun können, um die Jüngsten unserer Gesellschaft zu schützen und zu fördern. Sie sind besonders gefährdet durch die immer wieder vorgenommenen pandemiebedingten Einschränkungen – Entwicklungsaufgaben können nicht „gelebt" werden, psychische Auffälligkeiten mehren sich, riskantes Konsumverhalten nimmt zu. Lassen Sie uns daher das ausklingende Jahr als Anlass nehmen, in unserem Umfeld zu schauen, wer besonders unsere Unterstützung benötigt.

KERSTIN JÜNGLING

Wir als Fachstelle für Suchtprävention tun dies Tag für Tag, sei es im Rahmen von Familientagen, in Beratungen, Schulungen oder in der Berliner Präventionspraxis für sich sorgende Eltern und Jugendliche. Wir sind gerne für Sie da! Wir wünschen Ihnen in diesem Sinne ein gesundes Weihnachtsfest.

KERSTIN JÜNGLING UND ANKE TIMM
Geschäftsführerinnen der Fachstelle für Suchtprävention

Herzlichen Dank!

Wir danken Christine Köhler-Azara, langjährige Landessuchtbeauftragte der Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung, für die gute, jahrelange Zusammenarbeit, für die regelmäßigen Gespräche, konstruktiven Diskussionen und die fachliche Unterstützung. Wir wünschen Frau Köhler-Azara nun für Ihren Ruhestand alles erdenklich Gute und freuen uns auf die Zusammenarbeit mit ihrer Nachfolgerin Frau Heide Mutter!

BILDER: FACHSTELLE (2), PRIVAT

Berliner Aktionstage 2021 „Mir reicht's – Ich bleibe gesund!" zu Krisen und riskantem Suchtmittelkonsum

Einsamkeit, Überforderung, Stress, Verzicht auf Begegnungen. Die Pandemie, wie wir sie als gesellschaftliche Krisensituation erleben, hat Auswirkungen auf Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Und Zeiten großer Belastung sind meist auch geprägt von riskanterem Konsumverhalten. Die seelische Gesundheit besonders in Krisenzeiten zu fördern, beugt riskantem Konsumverhalten vor. Um darüber ins Gespräch zu kommen, veranstaltete das Landesprogramm „Na klar – unabhängig bleiben!" in der Woche vom 30.08.–03.09.2021 die Berliner Aktionstage „Mir reicht's – Ich bleibe gesund!".

Zentrale berlinweite Veranstaltung war das Austauschforum „Mir reicht's – Ich bleibe gesund!" am 01.09.2021. Um den Anforderungen in Zeiten der Pandemie gerecht zu werden, wurde das Austauschforum digital veranstaltet. Moderiert von Christina Sartori, Wissenschaftsjournalistin und Moderatorin beim Deutschland-Radio, folgten ca. 40 Berliner*innen der Einladung und nahmen via Zoom teil.

Bereichsübergreifender Austausch

Nach der Begrüßung durch die Moderation führten Susanne Günther, Krisendienst Berlin, und Dr. Darius Tabatabai, Hartmut-Spittler-Klinik des Vivantes-Klinikums Berlin, die Teilnehmenden in die Thematik ein und erläuterten, was eine Krise überhaupt ist und was riskantes Konsumverhalten damit zu tun hat. Eine gemeinsam erstellte Wortwolke machte deutlich, dass Belastungen sowohl im Privaten, als auch im Beruflichen anhaltend vorliegen.

In den sich anschließenden Interessensräumen wurde in kleinerer Runde thematisiert, wie mit Risikofaktoren wie Einsamkeit, Langeweile oder Stress konstruktiv umgegangen werden kann. Weiterhin wurde die Zunahme riskanten Konsumverhaltens in der Corona-Pandemie thematisiert, verbunden mit den für viele Menschen sehr herausfordernden Rahmenbedingungen wie Homeoffice und gleichzeitigem Homeschooling, wegfallenden Freizeitangeboten etc. Im Gespräch wurde deutlich, dass viele die aktuelle Situation als Druck, Einschränkung und Überforderung wahrnehmen und dass z. B. mit vermehrter Medikamenteneinnahme versucht wird, gegen die Überforderung anzugehen. Es wurde die Wichtigkeit von guten Vorbildern betont, sie können konstruktive Bewältigungsmöglichkeiten zeigen und vorleben – das motiviert und inspiriert, auch mal neue Dinge auszuprobieren.

Abschließend wurden 10 Tipps, um gesund zu bleiben, vorgestellt und den Teilnehmenden als „Take-Home-Messages" mit an die Hand gegeben. Wir bedanken uns herzlich bei allen Referent*innen und Moderator*innen und nicht zuletzt bei der Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung für die Unterstützung des Forums.

Aktivitäten in den Bezirken

Neben der zentralen Veranstaltung fanden in den Berliner Bezirken weitere Angebote im Rahmen der Berliner Aktionstage statt, so z. B. eine Online-Veranstaltung einer Suchtberatungsstelle im Bezirk Mitte, ein Angebot für die Mitarbeitenden einer Berliner Verwaltung in Charlottenburg-Wilmersdorf sowie eine Fortbildung im Bezirk Marzahn-Hellersdorf. Das Landesprogramm machte die Berliner*innen u.a. im Berliner Fenster auf die Berliner Aktionstage aufmerksam.

INFOS FÜR BERLINER*INNEN IM ÖPNV

Wir sagen Danke!

Auch der Berliner Einzelhandel beteiligte sich traditionell an den Aktionstagen – das Unternehmen Edeka führte die bewährte Spendenaktion „10 Cent Mineralwasser für Berliner Präventionsprojekte" durch. Wir danken allen, die die diesjährigen Berliner Aktionstage unterstützt haben, herzlich!

Im kommenden Jahr wird sich Berlin wieder an der bundesweiten Aktionswoche Alkohol beteiligen – Informationen erhalten Sie dann wie gewohnt über *www.praevention-na-klar.de*.

CHRISTINA SCHADT
Fachstelle für Suchtprävention Berlin

BILDER: FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION BERLIN (2), NOUNPROJECT

Kinoerlebnis zu Alkohol und Tabak wieder live bei den JugendFilmTagen in Lichtenberg

Die JugendFilmTage „Nikotin und Alkohol – Alltagsdrogen im Visier“ fanden nach einem Jahr pandemiebedingter Pause endlich wieder vom 09.–10. November 2021 im Kino statt! In diesem Jahr kamen Schulklassen aus dem Bezirk Lichtenberg für einen Tag raus aus dem Schulalltag, um sich spielerisch und kritisch mit verschiedenen Themenbereichen des Alkohol- und Nikotinkonsums auseinanderzusetzen. Das Projekt wurde gemeinsam mit dem Bezirksamt Lichtenberg sowie mit dem SIBUZ des Bezirks durchgeführt.

Ein bunter Mix an lehrreicher Unterhaltung

Im Foyer des Kino CineMotion in Hohenschönhausen standen neun interaktive, spannende Mitmach-Stationen bereit. Verschiedene Organisationen, darunter Wigwam zero, das Projekt Unfairtobacco, die Präventionsbeamt*innen der Berliner Polizei sowie die Leitstelle für Kinder- und Jugendbeteiligung, das Jugendamt Lichtenberg und der Jugendclub Orange Flip, haben kreativ mit einem Rauschbrillenparcours, Kurzfilmen, Riesenwürfeln, einem Memoryspiel, spannendem Quiz, einer Shisha-Station und einem Gespräch an einer alkoholfreien Cocktail-Bar die Alltagsdrogen Alkohol und Tabak ins Visier genommen. Anschließend ging es dann für die Schulklassen in einen von vier attraktiven Filmen („Tschick“, „LOL – Laughing out Loud“, „Nick und Norah – Soundtrack einer Nacht“ sowie der Kurzfilm „Zoey“), die den Umgang mit diesen Drogen im Alltag, in der Familie, in der Schule oder im Freundeskreis thematisieren.

DAS MULTIDISZIPLINÄRE KOOPERATIONSTEAM DER JUGENDFILMTAGE LICHTENBERG IM FOYER DES KINOS CINEMOTION

Dieses Jahr nahmen rund 700 Schüler*innen an den JugendFilmTagen teil und 58 Lehrkräfte und Schulsozialarbeitende waren mit dabei.

INTERAKTIV: BEIM WÜRFELSPIEL DIE THEMEN ALKOHOL- UND NIKOTINKONSUM SPIELERISCH HINTERFRAGEN

Die Highlights

Beliebt war u.a. die Reaktionswand der Polizei, an der die Teilnehmenden ihre Reaktionsfähigkeit mit und ohne Rauschbrille testen konnten. Selbst der Bezirksstadtrat der Abteilung Schule, Sport, Öffentliche Ordnung, Umwelt und Verkehr Martin Schaefer erprobte sich hier. Auch die alkoholfreien Cocktails vom Jugendclub Orange Flip waren sehr beliebt und luden zum kurzen Verweilen ein.

BEZIRKSSTADTRAT MARTIN SCHAEFER TESTET SEIN GESCHICK AN DER REAKTIONSWAND DER POLIZEI

Wir freuen uns über die erfolgreiche gemeinsame Umsetzung des Projekts, danken allen Partner*innen herzlich für die Unterstützung der JugendFilmTage und hoffen, dass wir ohne Einschränkungen im kommenden Jahr auch weiter sagen können: Film ab für die Suchtprävention!

SONJA WERNER & JULIA STRAUB
Fachstelle für Suchtprävention Berlin

Klar bleiben: Schüler*innenwettbewerb im Schuljahr 2021/22

klar bleiben
Feiern ohne Alkoholrausch.

Zu viel, zu schnell, unter sozialem Druck. Gerade in der Jugendphase kann der Alkoholkonsum situationsbedingt riskante Formen, zum Beispiel Rauschtrinken, annehmen.

Das bundesweit etablierte Projekt „Klar Bleiben – Feiern ohne Alkoholrausch“ richtet sich an Schüler*innen ab der 10 Jahrgangsstufe, die ihren, mitunter riskanten, Alkoholkonsum kritisch hinterfragen sollen.

Gemeinsam als Klasse oder Kurs wird entschieden, 6 Wochen auf riskanten Alkoholkonsum zu verzichten und den verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol als soziale Norm zu etablieren. Der Startzeitpunkt ist im Zeitraum Januar bis Ende des Schuljahres 2020/21 frei wählbar. Die anschließenden 6 Wochen bilden den Projektzeitraum. Unter allen Klassen und Kursen, die erfolgreich teilgenommen haben, werden Preise verlost. Der Hauptgewinn ist 1000 € für die Klassenkasse. Die Teilnahme ist kostenfrei und deutschlandweit möglich.

MITMACHEN ERWÜNSCHT – INFORMIEREN SIE SICH HIER

Wenn Sie als Lehr- oder Fachkraft Ihren Schüler*innen das Projekt vorstellen möchten, dann finden Sie auf der Webseite *www.klar-bleiben.de* alle wichtigen Informationen und weiterführende Anmeldehinweise.

INFO

BILDER: RICARDA BORCHARD (2), FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION BERLIN

Riskanter Medikamentenkonsum – Aktivitäten rund um den Welttag der Patient*innensicherheit

Online-Jubiläumsfachtagung „Für Alle(s) was dabei?! Riskanter Medikamentengebrauch im Alltag“ – unter diesem Motto kamen am 17. September 2021 über 100 interessierte Fachkräfte aus dem ganzen Bundesgebiet, der Schweiz, Österreich und Liechtenstein zusammen, um sich mit diesem gesellschaftlich bedeutsamen, wenngleich wenig beachteten Thema auseinanderzusetzen. Es war gleichzeitig die Jubiläumsveranstaltung zum 10-jährigen Bestehen der „Berliner Initiative gegen Medikamentenmissbrauch“. Das komplette Tagungsprogramm finden Sie unter: *www.tinyurl.com/5b4wbeux*.

Ein Mix aus Vorträgen und Workshops

Im Einführungsvortrag gab Anke Schmidt einen Rückblick auf die beeindruckenden Impulse und erreichten Erfolge der Initiative seit ihrer Gründung.

Anschließend bereicherten gleich zwei Schweizer Kollegen die Veranstaltung mit ihren Fachbeiträgen: Markus Meury, Sucht Schweiz, referierte zu „Medikamenten-Mischkonsum bei Jugendlichen“, einem zunehmend in den Blick der Öffentlichkeit rückenden Thema, Domenic Schnoz von der ZFPS Schweiz beleuchtete das sogenannte „Bodytuning“ aus soziologischer Perspektive.

Im Anschluss teilte sich das Plenum in 5 Workshops auf, in welchen jeweils verschiedene Schwerpunkte riskanten Medikamentenkonsums Thema waren.

Expert*innen sind sich einig: Es braucht Öffentlichkeit und politischen Willen

Am Nachmittag holte Dr. Darius Chahmoradi Tabatabai, Chefarzt der Hartmut-Spittler-Fachklinik des Vivantes Berlin sowie langjähriger Mitstreiter der Initiative, das Plenum noch einmal mit einem Vortrag zur gesellschaftlichen Relevanz riskanten Medikamentenkonsums ab, bevor er, gemeinsam mit weiteren Expert*innen, in einer spannenden Podiumsdiskussion Gedanken und Ideen austauschte.

Besprochen wurden nicht nur die grundlegende Problematik und die gesellschaftlichen Gegebenheiten, sondern auch mögliche Ansätze, dem Thema wirksam zu begegnen.

Herausforderungen im Umgang mit dem Tabuthema „Medikamentenabhängigkeit“ stellen demnach u.a.

- die Nichtwahrnehmbarkeit der „stillen Sucht“,
- die „Leistungsgesellschaft-unterstützende“ und demnach ggf. auch erwünschte Funktion des Medikamentenkonsums,
- fehlende Finanzierungsanreize für Beratungsleistungen durch Ärzt*innen und Apotheker*innen,
- einhergehender Fachkräftemangel im Gesundheitswesen sowie
- mangelnder politischer Wille, sich dem Thema systemisch zu nähern, dar.

Anke Schmidt, Initiatorin der Initiative, stellte die These auf, dass es sich bei Medikamentenmissbrauch um ein (leistungs-)gesellschaftlich erwünschtes Phänomen handeln könne – das System wird aufrechterhalten, ohne Folge-Störungen im öffentlichen Raum, wie z.B. bei Alkohol oder illegalen Substanzen. Es lohne sich ein Blick darauf, wie die Gesellschaft aktuell Druck auf den Menschen ausübe.

Kerstin Jüngling, Geschäftsführerin der Fachstelle für Suchtprävention Berlin, warb dafür, dass Gesellschaft lauter über die „stille Sucht“ und die Ursachen von Medikamentenmissbrauch reden müsse. Hin zur Kulturfrage: „Wie wollen wir für unsere Gesundheit sorgen und aufeinander achtgeben?“.

Dem schloss sich die Präsidentin der Apothekerkammer Berlin, Dr. Kerstin Kemmritz, an und betonte die Wichtigkeit, dies im Netzwerk, gemeinsam mit engagierten Partner*innen zu tun, z.B. im Rahmen einer sicht- & wahrnehmbaren konzertierten „Aktionswoche Medikamente“ in 2022. Zudem sah sie Potenzial darin, die Beratungsrolle von Apotheker*innen in verschiedenen Settings zu stärken – gleichzeitig bräuchte es den politischen Willen hierfür.

Berliner Initative gegen Medikamentenmissbrauch

Dr. Tabatabai berichtete von der Wirksamkeit eines Pilotprojektes mit einer im Krankenhaus tätigen Präventionsfachkraft – und empfahl ein solches Konzept dauerhaft einzurichten, auch wenn damit zunächst Kosten verbunden sind. Ein „return of investment“ sei sicherlich zu erwarten, da waren sich die Podiumsgäst*innen einig.

EIN HÖHEPUNKT DES FACHTAGES:
DAS SPANNENDE EXPERT*INNENGESPRÄCH!

Die Videos auch direkt unter: *www.tinyurl.com/mryk59z8*

Zudem sind weitere Infomaterialien und Links hier hinterlegt: *www.berlin-suchtpraevention.de/themen/medikamente*

Dr. Reuter, Suchtbeauftragter der Ärztekammer Berlin, wies auf die zunehmende Offenheit der Ärzteschaft beim Thema „Polypharmazie“ hin. Damit ist die gleichzeitige Einnahme von mehr als 5 verschiedenen Medikamenten gemeint – Wechselwirkungen werden dadurch nur schwer absehbar. Hier sollte man anknüpfen und die Reflexionsbereitschaft zur Verschreibungspraxis stärken.

Auch in Zukunft im Netzwerk erfolgreich!

Diese und weitere Aspekte, wie z.B. die aktuelle pandemische Lage, zeigen, dass wir uns beim Thema „Medikamentenmissbrauch“ in einem gesellschaftlich hochaktuellen, herausfordernden und für die Zukunft bedeutsamen Präventions-, Interventions- und Hilfefeld bewegen.

Umso wichtiger ist es, sich dem Thema weiterhin gemeinsam anzunehmen, „laut und wahrnehmbar“ zu sein und einen Beitrag zu leisten, dass Menschen ein unabhängiges Leben führen können!

Wie danken allen Referent*innen und Kooperationspartner*innen für ihre Beiträge zu einem gelungenen Fachtag! Herzlichen Dank auch an Wolfgang Porsche für die tolle Moderation!

Die Dokumentation der Fachtagung ist online abrufbar.
Die Videos und Handouts zu den Präsentationen finden Sie hier:
www.berlin-suchtpraevention.de/informationen/tagungsdokumentationen/#medikamente

Bei Interesse an weiteren Informationen sowie an einer Zusammenarbeit Ihrer Organisation mit der Initiative, z.B. im Rahmen einer „Aktionswoche Medikamente“, wenden Sie sich gerne an *pestotnik@berlin-suchtpraevention.de*.

Informationsoffensive in Berliner Apotheken

Auch in diesem Jahr wollten wir an die erstmalige Aktion dieser Art aus 2020 anknüpfen. In den Tagen vor dem 17. September beförderten 8 kooperierende Berliner Bezirke eine schriftliche Informationsoffensive der Initiative für Apotheker*innen. Sie erreichten so fast 450 Apotheken und ermutigten diese, ihre Kund*innen verstärkt zum achtsamen Umgang mit Arzneimitteln anzuregen und Kenntnisse zu möglichen Hilfeangeboten zu vermitteln. Zudem gab es vor Ort Aktionen einiger bezirklicher Suchtberatungsstellen, teilweise mit kooperierenden Apotheken oder in anderem Rahmen und standen Kund*innen als Ansprechpartner*innen zur Verfügung.

Vielen Dank an alle, die sich engagiert haben – u.a. aus Treptow-Köpenick, Friedrichshain-Kreuzberg, Marzahn-Hellersdorf, Mitte, Charlottenburg-Wilmersdorf, Tempelhof-Schöneberg, Neukölln und Pankow!

MARC PESTOTNIK
Fachstelle für Suchtprävention
Berlin

Neue Infokarte: „Opioide (Tilidin, Tramadol, Codein, Oxycodon …) … und was das mit Heroin zu tun hat“

AB SOFORT IM BESTELLPORTAL ERHÄLTLICH BILD: FACHSTELLE

In den letzten Monaten wird immer häufiger von jungen Menschen berichtet, die Opioide probieren/konsumieren. Vor diesem Hintergrund hat die Fachstelle für Suchtprävention Berlin die „Na klar…!“ - Infokartenreihe um das Thema „Opioide“ erweitert. In bekannter „Machart“ wird kurz und knapp, aber anschaulich erklärt, was Opioide eigentlich sind, auf deren Nähe zu Substanzen wie Heroin hingewiesen sowie rechtliche und Konsumrisiken benannt.

Mehr Infos unter:
www.berlin-suchtpraevention.de/bestellportal/infokarten-und-flyer/opioide

NEUERSCHEINUNG

BILDER: FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION

Achterbahn der Gefühle – Was Eltern bewegt, wenn ihre Kinder Drogen ausprobieren

„Ich mache mir einfach große Sorgen, weil ich nichts erfahre, mein Kind kaum mit mir spricht. Die Stimmung ist schlecht und wir finden nicht zueinander.“ Wie erleichternd ist so eine Aussage, wenn man sie von anderen hört! In der Veranstaltungsreihe für Erziehende, der „Achterbahn der Gefühle – Substanzkonsum und alltägliche Herausforderungen in der Pubertät“, treffen vorwiegend alleinerziehende Mütter auf Schicksalsgenoss*innen. Neben Input zu monatlich wechselnden Schwerpunktthemen wie „Krisen in der Pubertät“, „Reden mit Heranwachsenden“, „Cannabis – harmlos oder gefährlich?“ bleibt genug Raum für die Reflexion der eigenen Situation und Gelegenheit zum Erfahrungsaustausch.

Gerade in der Konstellation alleinerziehende Mutter mit pubertierendem Kind bleiben alle Rollenaufgaben an der einen Elternperson hängen: Grenzen deutlich machen und gleichzeitig warm und fürsorglich sein, den Alltag am Laufen halten und dabei empathisch wahrnehmen, wie es dem Kind eigentlich gerade geht. Damit ist das Fass eigentlich schon voll.

Körperzufriedenheit und Substanzkonsum

Wenn dann eine Störung eintritt, weil das jugendliche Kind Risiken eingeht, z. B. Cannabis oder Alkohol konsumiert, fragen sich die Teilnehmer*innen mehrheitlich: wie soll ich das alles schaffen, was habe ich falsch gemacht, wie soll ich mich verhalten? Sorgen und Stress hindern uns am logischen Denken. Hilfreich wiederum ist es, die eigene Lebenssituation und die Entwicklungsphase des Kindes aus der Distanz zu betrachten. Wenn dann noch andere Teilnehmer*innen haargenau die gleichen Gefühle und Situationen schildern, ist ein wichtiger Stressor entmachtet: das Gefühl, als Mutter oder Vater versagt zu haben. Dann gewinnen sie wieder an Zuversicht, dass es auch bei Höhen und Tiefen im Familienleben dennoch gelingen kann, mit dem jugendlichen Kind im Kontakt zu bleiben und einem riskanten Umgang mit Suchtmitteln entgegenwirken zu können.

Empfehlungen von uns finden Sie auch im Ratgeber „Kinder und Jugendliche vor riskantem Umgang mit Alkohol, Cannabis oder Handy schützen.“ – *erhältlich im Bestellportal der Fachstelle*.

Termine in 2022 und die Möglichkeit sich anzumelden, finden Sie in Kürze unter *www.berlin-suchtpraevention.de/veranstaltungen/kategorien/elternkurse*

Kontaktieren Sie uns gerne:
telefonisch: 030 – 29 35 26 44
oder per E-Mail: *info@berlin-praeventionspraxis.de*

KATRIN PETERMANN
Fachstelle für Suchtprävention Berlin

Neue Karte informiert über die Angebote

AB SOFORT IN DER FACHSTELLE ERHÄLTLICH

Aktuell in Berliner Cafés und Restaurants, aber auch direkt in der Fachstelle für Suchtprävention erhalten Sie die kompakte Infokarte zu den Angeboten der Berliner Präventionspraxis.

Mehr Infos unter: *www.berlin-suchtpraevention.de/bestellportal/kategorie/Infokarten-und-flyer*

INFO

BILDER: ISTOCK/MA _ RISH, FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION, NOUNPROJECT

Schutzfaktoren stärken – als Familie gemeinsam etwas erleben!

In diesem Jahr fanden zwei sehr unterschiedliche Aktionstage für Familien statt: Klettern in der Wuhlheide und ein Abenteuertag mit Huskys in Beelitz. Beide Tage standen unter dem Motto: als Familie gemeinsam etwas erleben.

Ziel der Aktionstage ist es durch Schaffung eines gemeinsamen Erlebnisses, die Familien in ihrem Miteinander zu stärken. Denn zu den elementaren Aufgaben der Suchtprävention gehört die Stärkung von Schutzfaktoren und die Förderung von Ressourcen im Umgang mit Belastungen. Gerade der familiäre Zusammenhalt stellt dabei eine wichtige Ressource da, die vor der Entstehung einer Sucht schützen kann.

Weitblick

In Kooperation mit:

Vergiss mich nicht

Gemeinsam als Familie hoch hinaus, auch wenn es mal schwierig ist

In den Ferien im Oktober 2021 haben sich trotz des turbulenten Herbstwetters insgesamt fünf Familien gemeinsam erfolgreich durch den Parcours des Kletterparks „gearbeitet“. Zum Schluss wurde sich bei einem gemeinsamen Essen über das Erlebte ausgetauscht. Sowohl Eltern als auch Kinder waren stolz auf das, was sie geschafft hatten, haben erkannt, wie wichtig die gegenseitige Unterstützung auch über das Klettern hinaus im familiären Alltag ist und es hat sich gezeigt, dass das ein oder andere Familienmitglied durch die Unterstützung der Familie über sich hinausgewachsen ist.

GEMEINSAME AKTIVITÄTEN STÄRKEN DAS FAMILIÄRE MITEINANDER

BILDER: FACHSTELLE

Ein Abenteuertag für den Familien-Zusammenhalt, der in Erinnerung bleibt

Mit großer Begeisterung haben im November 2021 sechs Familien an einem Abenteuertag mit Huskys teilgenommen. Das Programm bestand aus Aktionen mit den Huskys, die nur gemeinsam als Familie zu bewältigen waren. Die Tiere waren auf die Kommunikation innerhalb der Familie angewiesen, wenn es darum ging, die zum Teil stürmischen und sensiblen Hunde durch den Wald zu führen. Am Lagerfeuer konnten alle nochmal ihre Eindrücke teilen. Das Foto mit der Polaroid Kamera kam besonders gut an: „Das landet sofort an unserem Familien-Kühlschrank.“

Die Familientage fanden im Rahmen des Projektes Weitblick statt, das Unterstützung für Familien mit problematischem Substanzkonsum bietet und Angebote sowohl für Eltern als auch für Jugendliche vorhält.

Der Abenteuertag mit den Huskys fand in Kooperation mit dem Projekt „Vergiss mich nicht“ vom Diakonischen Werk Berlin-Stadtmitte e.V. statt, wir bedanken uns herzlich für die gute Zusammenarbeit.

ANGELA SCHMIDT
Fachstelle für Suchtprävention Berlin

»my 2022« – Der Präventionskalender im praktischen Hosentaschenformat

Durchblick

Damit auch im kommenden Jahr der „Durchblick“ gut gelingt, erschien erneut eine Ausgabe des Jahreskalenders. „my 2022“ steht unter dem Motto „präventiv und gesund durchs Jahr 2022 und immer ein wenig Konfetti im Leben“. Er ist in Kooperation mit der Sportjugend des Landessportbundes Berlin entstanden.

Am Nikolaustag gab es eine große Verteilaktion auf dem Hof der Fachstelle, die wie schon im vorigen Jahr Corona-konform und ein voller Erfolg war.

Was ist drin?

In diesem Kalender zu finden sind neben den organisatorischen Inhalten, Tipps für einen verantwortungsvollen Umgang mit Suchtmitteln auch abwechslungsreiche Informationen zu den Themen Alkohol, Shisha, Cannabis, E-Zigaretten, Energy-Drinks, Medikamente, Gaming und vieles mehr. Dadurch können sich die Jugendlichen Wissen aneignen und so ihre Risikokompetenz im Umgang mit Konsum stärken. Zusätzlich gibt es auch hilfreiche Empfehlungen für die psychische Gesundheit, Animationen zur körperlichen Aktivität und spannende Quizfragen. Wir freuen uns sehr, dass auch in der diesjährigen Ausgabe wieder Angebote rund um das Thema Sport im Verein, in der Schule, in Freizeiteinrichtungen und auf Reisen dabei sind. Wir möchten junge Menschen inspirieren sich mit ihrem Konsum und/oder ihrer Gesundheit aktiv auseinanderzusetzen, um gesund zu bleiben. Neben diesen vielen Inhalten lassen sich auch Informationen zum Thema Hilfe und Unterstützung finden. Wir wissen, dass gerade in der aktuellen Zeit viele Heranwachsende stärker mit Problemen zu „kämpfen“ haben – wir möchten ihnen helfen, sich passende professionelle Unterstützung zu suchen, denn niemand sollte sich allein gelassen fühlen.

Wir danken der Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung und der Sportjugend im Landessportbund Berlin, die den Druck des Kalenders auch in diesem Jahr möglich gemacht haben, herzlich für Ihre Unterstützung!

LYDIA RÖMER UND JULIA WENDEL
Fachstelle für Suchtprävention Berlin

BILDER: FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION

SUCHTPRÄVENTION UND GESUNDHEITSFÖRDERUNG IN DER GRUNDSCHULE

1000 Schätze – Bundesweites Kompetenzzentrum unter dem Dach der Berliner Fachstelle

Seit 1. Oktober 2021 ist an die Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH das neugegründete 1000 Schätze-Kompetenzzentrum angegliedert.

Das Kompetenzzentrum übernimmt zukünftig die Bundeskoordination für das Programm „1000 Schätze – Gesundheit und Suchtprävention in der Grundschule“ mit dem Ziel, das Programm perspektivisch als bundesweit angebotenes Programm zu etablieren und nachhaltig in der Praxis zu verankern.

Ab dem Schuljahr 2022/2023 auch bundesweit!

Mit der Teilnahme am 1000 Schätze-Programm besteht für Fachstellen für Suchtprävention die Möglichkeit, ihr Profil um ein Präventionsangebot für Grundschulen zu erweitern.

Nach einer Pilotphase in Niedersachsen und einer Roll-Out-Phase in Niedersachsen und Berlin wird das Programm mit Unterstützung der kaufmännischen Krankenkasse (KKH) nun bundesweit angeboten werden.

Zu den bereits bestehenden 1000 Schätze-Trainer*innen in Niedersachsen und Berlin sollen im 1. Halbjahr 2022 bundesweit weitere Präventionsfachkräfte zu regionalen 1000 Schätze-Trainer*innen ausgebildet werden, die ab dem Schuljahr 2022/23 Grundschulen ihrer Region bei der Umsetzung des Programmes begleiten. Von der KKH werden Mittel bereitgestellt, welche durch das Kompetenzzentrum an die teilnehmenden Fachstellen bzw. Fachkräfte vergeben werden können. Teilnehmende Schulen beteiligen sich mit 100,00 € pro Klasse an den Programmkosten, soziallagenbezogen ist eine Kostenbefreiung möglich.

Die bisherige Programmkoordination durch die Niedersächsische Landesstelle für Suchtfragen (NLS) bleibt für alle Trainer*innen und Schulen bis Ende des Schuljahres 2021/22 bestehen. Ab dem Schuljahr 2022/23 übernimmt das Kompetenzzentrum die vollständige Programmkoordination, da eine bundesweite Verbreitung des Programms nicht zu der landesbezogenen Ausrichtung und Struktur der NLS als Landesstelle passt. Bis dahin gibt es eine parallele Struktur und eine enge Zusammenarbeit, damit ein lückenloser Übergang für die Umsetzung gewährleistet werden kann. Die Programmentwicklerin Dr. Heidi Kuttler, COOPTIMA – Prävention und Gesundheitskommunikation, wird

UTE GRINGMUTH-DALLMER (FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION BERLIN GGMBH), DR. HEIDI KUTTLER (COOPTIMA), RICARDA HENZE UND NEELA SCHREMMER (NLS)

das Programm weiterhin begleiten, die Schulungen durchführen und an der Weiterentwicklung mitarbeiten.

Prävention, die wirkt

Das Programm „1000 Schätze – Gesundheit und Suchtprävention in der Grundschule“ wurde evaluiert und ist seit November auch auf der „Grünen Liste Prävention“ zu finden: *www.tinyurl.com/24txxmsa*

Das Programm zielt auf die Förderung von Lebenskompetenzen, Bewegung und Achtsamkeit. Es verfolgt einen Mehr-Ebenen-Ansatz und nimmt neben den Erstklässler*innen auch die Lehrkräfte, Eltern sowie das System Schule in den Blick. Weiterführende Informationen zum Programm finden Sie auf der Programmwebsite: *www.1000schaetze.de*.

UTE GRINGMUTH-DALLMER
Fachstelle für Suchtprävention Berlin

Interesse am Programm?

Sie haben Interesse Präventionsfachkräfte Ihrer Fachstellen ausbilden zu lassen oder Sie sind selbst Präventionsfachkraft und möchten sich zum*zur 1000 Schätze-Trainer*in ausbilden lassen?

Dann wenden Sie sich an das Kompetenzzentrum:
1000schaetze@kompetent-gesund.de oder 030-29 35 26 15.

Wir informieren Sie über die konkrete Umsetzung und beraten zu den Finanzierungsmöglichkeiten.

INFO

BILD: NIEDERSÄCHSISCHE LANDESSTELLE FÜR SUCHTFRAGEN

DAS 1000-SCHÄTZE-PROGRAMM WURDE VON DR. HEIDI KUTTLER, COOPTIMA – PRÄVENTION UND GESUNDHEITSKOMMUNIKATION IN ENGER ZUSAMMENARBEIT MIT DER NIEDERSÄCHSISCHEN LANDESSTELLE FÜR SUCHTFRAGEN, ENTWICKELT UND VON 2017 BIS 2022 UMGESETZT, EVALUIERT UND WEITERENTWICKELT. DIE KKH HAT DIE ENTWICKLUNG GEFÖRDERT UND UNTERSTÜTZT DAS PROGRAMM WEITERHIN.

Acht bis zwölf – Mehr Sicherheit im Erziehungsalltag
Suchtprävention für Eltern an der Grundschule

Kinder im Alter von 8 bis 12 Jahren befinden sich in einer sensiblen Phase, in der häufig erste Konsumerfahrungen gesammelt und eine erste Abgrenzung vom Elternhaus erfolgen kann. Eltern und Erziehende von Kindern in diesem Alter sind daher oftmals überfordert und fühlen sich unsicher hinsichtlich des richtigen Umgangs mit ihren Kindern und kritischen Themen.

Elternkurse zur Förderung der Erziehungskompetenzen

Das Projekt „acht bis zwölf – Mehr Sicherheit im Erziehungsalltag“ widmet sich genau dieser Thematik und unterstützt Eltern im Ausbau ihrer Erziehungskompetenzen. Ausgebildete Elternkursleiter*innen, meist tätig als pädagogische Fachkräfte an Grundschulen, bieten den Eltern an ihren Schulen Kurse an mit dem Ziel, sie bei suchtpräventiven und erzieherischen Anliegen zu begleiten und zu beraten. In diesem Jahr fand die Schulung wiederholt in Kooperation mit der Alice Salomon Hochschule Berlin (ASH) im September statt. Besonderer Bedarf wurde zum Thema digitale Medien deutlich. Durch die Corona-Pandemie und das damit vermehrte Homeschooling lösen sich oftmals Grenzen in der Nutzung digitaler Medien zum Freizeitgebrauch auf. Früher vereinbarte Regeln können zum Teil nicht mehr nachvollzogen und in den Familien eingehalten werden.

Seit diesem Jahr gibt die Fachstelle für Suchtprävention Berlin einen „acht bis zwölf“-Newsletter an bereits ausgebildete Kursleiter*innen heraus, mit dem Ziel, diese auch über ihre Ausbildung hinaus zu aktuellen Themen auf dem Laufenden zu halten und über relevante Termine und Neuerscheinungen zu informieren. Das jährlich stattfindende Praxistreffen für „acht bis zwölf“-Kursleiter*innen findet länderübergreifend (Berlin, Brandenburg und Mecklenburg-Vorpommern) wieder am 15. Dezember 2021 statt.

SEIT 2021 ERSCHEINT HALBJÄHRLICH EIN NEWSLETTER AN KURSLEITER*INNEN BILD: FACHSTELLE

Über Termine und Neuigkeiten im nächsten Jahr werden Sie wie gewohnt auf der Webseite informiert: *www.kompetent-gesund.de/projekte/fuer-familien_acht-bis-zwoelf*. Bei Interesse kontaktieren Sie uns gerne über *info@kompetent-gesund.de*.

ANNA-LENA METTERHAUSEN
Fachstelle für Suchtprävention Berlin

SUCHTPRÄVENTIONSPROJEKTE FÜR OBERSCHULEN

JugendFilmTage – auch in 2021 ein Highlight in Spandau!

BERLIN-SPANDAU
JUGENDFILMTAGE
Nikotin und Alkohol
Alltagsdrogen im Visier

Auch in diesem Jahr hieß es wieder „Film ab!“. Die JugendFilmTage Spandau wurden zum 4. Mal in Folge durch die Fachstelle für Suchtprävention in Kooperation mit verschiedenen Fachämtern des Bezirksamtes, der Senatsschulverwaltung – Außenstelle Spandau (SIBUZ) sowie verschiedenen Projekten aus den Bereichen Gesundheitsförderung, (Sucht-) Prävention und Suchthilfe durchgeführt.

Unter dem Motto „Nikotin und Alkohol – Alltagsdrogen im Visier“ wurde mit Filmvorführungen, interaktiven Mitmach-Stationen sowie Informationsangeboten für Lehrkräfte die kritische Auseinandersetzung mit Alkohol und Tabak, inklusive E-Produkten, bei Schüler*innen angeregt.

Vielfältigkeit vor der Leinwand

Mit der tatkräftigen Unterstützung der Jugend- und Suchtberatung Spandau, Alkohol- und Medikamentenberatung Spandau, Wigwam Zero, den Präventionsbeamt*innen der Berliner Polizei und dem Berliner Verein für Integration wurden die Mitmachstationen morgens in der Aula aufgebaut. Die Schüler*innen konnten in Kleingruppen die Themen „Shisha“, „Alkohol und Schwangerschaft“ und die allgemeinen Risiken der Alltagsdrogen bearbeiten. Anschließend wurden die Kurzfilme präsentiert. Nach einer moderierten Abschlussdiskussion erhielten die Schüler*innen vielfältige jugendgerechte Infomaterialien, um ihnen für einen bewussten Umgang mit den Alltagsdrogen etwas an die Hand zu geben.

DAS KOOPERATIONSTEAM AUS SCHULSOZIALARBEITENDEN, VISTA, BVI, SENBJF UND DER FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION

Die Rückmeldungen der 350 Schüler*innen nach den JugendFilmTagen bestätigen, dass sie Neues dazu gelernt haben und die Veranstaltung ihnen insgesamt sehr gut gefallen hat. Auch im kommenden Jahr werden die JugendFilmTage Spandau wieder zwei Wochen vor den Herbstferien stattfinden. So wird die suchtpräventive Arbeit in Spandau weiter nachhaltig gestaltet!

SONJA WERNER UND JULIA STRAUB
Fachstelle für Suchtprävention Berlin

Alkohol – mit Verantwortung?! Neue Angebote von HaLT proaktiv für Berlin gestartet

Weltweit ist Alkohol die am häufigsten konsumierte psychoaktive Substanz. Riskanter sowie übermäßiger Konsum von Alkohol ist auch unter Jugendlichen ein Thema von hoher Relevanz. Daher ist es wichtig junge Heranwachsende, aber auch Erwachsene für die Risiken von Alkohol zu sensibilisieren und eine Kultur der Verantwortung zu fördern.

HaLT – Hart am Limit ist ein bundesweites Projekt mit dem Ziel, Alkoholexzesse und schädlichen Alkoholkonsum im Vorfeld zu verhindern und wurde von der Villa Schöpflin gGmbH entwickelt. Das HaLT-Programm wurde 2008 im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit (BMG) evaluiert, wobei eine hohe Effizienz und Reichweite nachgewiesen wurde.

Frühzeitig ansetzen, bevor sich (riskante) Konsummuster verfestigen. Hier knüpft die Fachstelle für Suchtprävention Berlin im proaktiven Baustein von HaLT an – für einen frühzeitigen Schutz von Kindern und Jugendlichen vor riskantem Alkoholkonsum. Der Fokus liegt dabei auf der Verantwortungsübernahme und dem Vorbildverhalten von Erwachsenen im Umgang mit Alkohol unter Einhaltung des Jugendschutzgesetzes. Aber auch die kritische Auseinandersetzung von Jugendlichen zum verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol und seinen Risiken wird u.a. durch Workshops in Schulen oder Jugendeinrichtungen gefördert.

Neue Angebote in Berlin

Im Rahmen einer neuen Förderung durch den GKV-Spitzenverband bietet die Fachstelle für Suchtprävention Berlin neue Angebote für Jugendliche, Eltern, Schulen, Jugendeinrichtungen und Sportvereine an:
Um Jugendliche über die Risiken und Wirkungsweisen von Alkohol zu informieren, bietet sich der Klassenworkshop „Tom & Lisa“, ein zweiteiliger, insgesamt vierstündiger Workshop, für Schüler*innen der Klassenstufen 7 und 8, an. Jugendliche werden in einem Planspiel durch die Geburtstagsfeier von „Tom & Lisa“ geführt und lernen dabei sowohl Risiken des Alkoholkonsums als auch einen angemessenen Umgang in Gefahrensituationen kennen. Des Weiteren wird der familiäre Austausch außerhalb des Workshops angeregt und es wird mit Mythen rund um den Alkoholkonsum „aufgeräumt“.

Ab der 9. Schulklasse bietet HaLT proaktiv darüber hinaus den Workshop zur fetalen Alkoholspektrumstörung (FASD) „Kein Alkohol in der Schwangerschaft“ an. In diesem zweistündigen Workshop erfahren Schüler*innen interaktiv, welche Folgen Alkoholkonsum in der Schwangerschaft für das Kind haben kann. Zudem wird die Bedeutung der Partner*innen und Freund*innen zur Unterstützung und Bestärkung der Schwangeren betont. Informationen zur FASD werden vermittelt und in einem abschließenden Quiz abgefragt und reflektiert. Bei dem Workshop werden Schüler*innen im Alter von 15–19 Jahren angesprochen und mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden können alle Schulformen erreicht werden.

DER ANGEBOTSFLYER

Auch bei der Planung von Veranstaltungen wie Klassenfahrten, Freizeitfahrten oder Schulfesten steht die Fachstelle für Suchtprävention Berlin beratend zur Seite und erarbeitet mit Ihnen gemeinsam Maßnahmen für einen verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol und die Einhaltung des Jugendschutzgesetzes. Neben der Weitergabe von Handreichungen können Beratungsgespräche sowohl vor Ort als auch in den eigenen Räumlichkeiten von HaLT proaktiv erfolgen.

Elternabende zu Alkohol

Auch Eltern und Erziehende haben ab sofort bei HaLT-Elternabenden die Möglichkeit, sich über die Risiken sowie über Regeln zum verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol zu informieren und sich mit Expert*innen und anderen Eltern und Erziehenden auszutauschen. Weitere Infos erhalten Sie unter: *www.tinyurl.com/mry5bxe8*

NEU: ELTERNABENDE ZUM THEMA ALKOHOL

Die Angebote werden ab sofort kostenfrei angeboten. Bei Interesse melden Sie sich gerne unter *metterhausen@kompetent-gesund.de* für eine individuelle Beratung.

Vernetzung und Kooperation

HaLT proaktiv arbeitet vernetzt und kooperiert mit zahlreichen Akteur*innen. Neben der Mitarbeit im Berliner Landesprogramm „Na klar – unabhängig bleiben!“ ist es auch in bezirklichen Gremien vertreten. Ebenfalls arbeitet es eng mit der Landeskoordinierungsstelle und dem Berliner HaLT reaktiv-Standort zusammen. Das HaLT-Netzwerk wird stetig erweitert – sollten Sie Interesse an einer Zusammenarbeit haben, nehmen Sie gerne Kontakt auf.

Ab Anfang 2022 finden Sie alle Informationen rund um das Angebot „HaLT proaktiv“ auch auf der Webseite *www.kompetent-gesund.de*

ANNA-LENA METTERHAUSEN
Fachstelle für Suchtprävention Berlin

Gefördert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V

BILDER: FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION BERLIN (3)

Alles vernebelt?! Neues Online-Seminar für Auszubildende

Rauchen, Kiffen, Shisha? Themen, die im (Berufs-)Alltag von Auszubildenden präsent sind, jedoch wenig besprochen werden. Dabei ist die Phase im Übergang von Schule zu Beruf bzw. in Ausbildung eine besonders vulnerable Phase hinsichtlich eines möglichen Beginns oder der Intensivierung des Rauchens von Tabak oder Cannabis.

Starke Korrelation zwischen Rauchen von Cannabis und Tabak

Laut Drogenaffinitätsstudie der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung haben bundesweit 42,5% der 18–25-Jährigen schon einmal Cannabis konsumiert, knapp 7% tun dies regelmäßig. Viele Menschen machen bereits in sehr jungen Jahren erste Erfahrungen mit Cannabis. Das Einstiegsalter liegt hier bundesweit bei 16,4 Jahren, in Berlin bereits bei 14,6 Jahren. Wissenschaftlich erwiesen ist: je früher der Einstieg in den Konsum von z.B. Cannabis geschieht, desto größer ist das Risiko, später eine Abhängigkeitserkrankung zu entwickeln. Die Berliner JDH-Studie aus dem Jahr 2014 hat eine starke Korrelation zwischen Cannabiskonsum und dem Rauchen von Tabak bei jungen Menschen festgestellt.

Über Cannabis und Tabak ins Gespräch kommen

Genau dort setzt das neue Online-Angebot für Auszubildende an: Um Auszubildende zu den Risiken von Cannabis und Tabak ins Gespräch zu bringen, sie in ihrer Haltung „Nein“ sagen zu können zu bestärken, ihr Wissen zu erhöhen und sie darin zu fördern, ihre Haltung kritisch zu hinterfragen, hat die Fachstelle für Suchtprävention Berlin im Auftrag der Betriebskrankenkasse BKK·VBU das Online-Seminar „Alles vernebelt?! Risiken von Cannabis und Co. klarkriegen!“ entwickelt.

Der erste Pilot fand Anfang September 2021 mit acht Auszubildenden zweier Unternehmen statt. Mit einem Fakten-Check, dem Austausch zur eigenen Haltungen, dem Blick in die eigene Zukunft unter Einbeziehung des Einflusses von Tabak- und Cannabiskonsum, aber auch indem gemeinsam Ideen zum alternativen Zeitvertreib ausgetauscht wurden, war das Seminar methodisch vielseitig und kurzweilig. Die jungen Erwachsenen waren begeistert vom Seminar, das zeigen auch die Evaluationsergebnisse:

Alle jungen Menschen waren mit dem Seminar voll und ganz zufrieden und fanden, dass die Sachinhalte gut vermittelt wurden. Mehr als 60% können die Inhalte in ihrer beruflichen Praxis nutzen und alle würden das Angebot weiterempfehlen.

Verstetigung des Online-Angebots für Unternehmen

Somit wird das Online-Seminar ab 2022 kontinuierlich von der BKK·VBU angeboten und von Präventionsexpert*innen der Fachstelle für Suchtprävention Berlin durchgeführt. Wir danken der BKK·VBU herzlich für Ihr Engagement zu diesem Thema.

Wir freuen uns auf interessierte Unternehmen, die auch Ihre Auszubildenden informieren und ihnen Gelegenheit geben möchten, über diese alltagsrelevanten Themen ins Gespräch zu kommen.

Haben Sie Interesse?

Dann melden Sie sich unter *bmg@bkk-vbu.de*
oder *info@kompetent-gesund.de*.

SONJA WERNER
Fachstelle für Suchtprävention Berlin

Es war eine gute Atmosphäre und wir konnten offen sprechen, trotz Online Format.

Mir haben besonders gut die Gruppenarbeiten gefallen und dass wir selbst reflektiert haben.

Es war ein guter Mix aus Input und Gruppenarbeit

Ich wusste nicht, dass Shisha so schädlich ist!

Ich habe meine eigene Haltung und Einstellung gespiegelt bekommen und nochmal drüber nachgedacht.

Das sollte Pflichtprogramm werden.

WEBSEMINAR

ALLES VERNEBELT?! ODER LIEBER DEN DURCHBLICK BEHALTEN? DAS NEUE ONLINE CANNABIS-PRÄVENTIONSPROGRAMM

Gefördert durch:
meine-krankenkasse.de
BKK·VBU

BILDER: FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION BERLIN, FREEPIK

ALKOHOL

Faltblatt „Schwangerschaft ohne Alkohol – Tipps und Tricks“
Sucht Schweiz,
Download unter: *www.tinyurl.com/v3jybh2p*

Webseite „Schwangerschaft ohne Alkohol“
Sucht Schweiz, weitere Infos:
www.schwangerschaft-ohne-alkohol.ch

TABAK/E-ZIGARETTEN

„Strategie für ein tabakfreies Deutschland 2040“
Deutsches Krebsforschungszentrum,
weitere Infos: *www.tinyurl.com/42td8fw3*

Bundesinitiative „Rauchfrei leben“
Bundesgesundheitsministerium und Drogenbeauftragte der Bundesregierung,
weitere Infos: *www.tinyurl.com/etnz5msx*

Studie „Lockdown: wie hat die außergewöhnliche Lage das Rauchen beeinflusst?“
Sucht Schweiz,
Download unter: *www.tinyurl.com/v65yuc7w*

CANNABIS

Cannabis: health and social responses
Europäische Beobachtungsstelle für Drogen und Drogensucht,
weitere Infos:
www.tinyurl.com/239cysdp

E-Zigaretten und Cannabis sind »in« und besonders in der Jugend riskant
Pneumonews, Roland Fath,
Download unter: *www.tinyurl.com/2h89nk9a*

MEDIKAMENTE

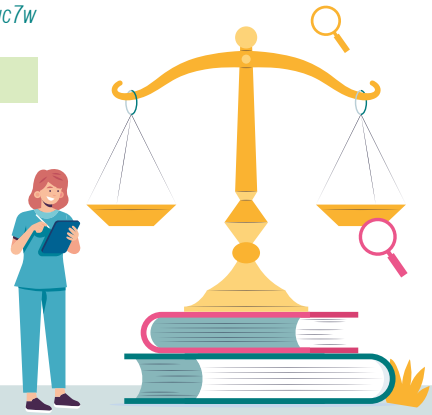
Flyer „Informationen für Jugendliche“
Sucht Schweiz, Download unter:
www.tinyurl.com/smn77s8

ONLINE-MEDIEN

Unterrichtseinheit „Challenges – Alles nur Spaß???“
Klicksafe.de, Download unter:
www.tinyurl.com/3myhke5p

Checkliste „Willst du mit mir Fakten checken gehen?“
Klicksafe.de, Download unter:
www.tinyurl.com/yb5nxeu5

Lehrmaterial „Ommm online – Wie wir unser digitales Wohlbefinden steigern“
Klicksafe.de, Download unter:
www.klicksafe.de/materialien



Studie „Online-Interaktionsrisiken aus der Perspektive von Neun- bis Dreizehnjährigen“
Deutsches Kinderhilfswerk e.V.
und des JFF, weitere Infos:
www.tinyurl.com/zddcpdsx

SUCHT UND FAMILIE

Webseite „Pflegefamilie und Sucht“
Sucht Schweiz, weitere Infos:
www.pflegefamilien-und-sucht.ch

Webseite „Nahestehende und Sucht“
Sucht Schweiz, weitere Infos:
www.nahestehende-und-sucht.ch

Artikel „Geschwister von Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit problematischem Suchtmittelkonsum – Folgen und Hilfsangebote“
Sucht Schweiz, Download unter:
www.tinyurl.com/wakaw9dm

ALLGEMEIN

Jahresbericht der Drogenbeauftragten 2021
Die Drogenbeauftragte der Bundesregierung, Download unter:
www.tinyurl.com/3dt4jaxj

Bericht „Jahrbuch Sucht 2021“
Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS), weitere Infos:
www.dhs.de/unsere-arbeit/dhs-jahrbuch-sucht

Reitox-Bericht 2021
Deutsche Beobachtungsstelle für Drogen und Drogensucht, Download unter:
www.tinyurl.com/24yrupc5

Studie „Belastungen von Kindern, Jugendlichen und Eltern in der Corona-Pandemie“
Bundesinstitut für Bevölkerungsbefragung, Download unter:
www.tinyurl.com/bks5hpzn

ICD-11 tritt am 01. Januar 2022 in Kraft

Im Mai 2019 wurde die 11. Revision der „Internationalen Klassifikation der Krankheiten“ (ICD) auf der Weltgesundheitsversammlung verabschiedet. Nun soll sie im kommenden Jahr in Kraft treten. Dabei ist eine flexible Übergangszeit von der ICD-10 zur ICD-11 von 5 Jahren geplant.

Mehr dazu in unserem nächsten Themenheft und auf *www.tinyurl.com/5brtpscw*

BILDER: FREEPIK

VERANSTALTUNGEN

15.–16. Dezember 2021
19. Deutsche Konferenz für Tabakkontrolle,

Deutsches Krebsforschungszentrum (DKFZ), Online-Konferenz, weitere Infos: *www.dkfz.de/de/tabakkontrolle*

14.–20. Februar 2022
Aktionswoche für Kinder aus Suchtfamilien

NACOA Deutschland und weitere Partner*innen,
weitere Infos: *www.coa-aktionswoche.de*

02.–03. Mai 2022
43. fdr+sucht+kongress zum Thema »SUCHT im Netzwerk«

Fachverband Drogen- und Suchthilfe e.V.
weitere Infos: *www.fdr-online.info*

14.–22. Mai 2022
Aktionswoche Alkohol

Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V.,
weitere Infos:
www.aktionswoche-alkohol.de

07.–09. Juni 2022
26. Suchttherapietage Hamburg

Online-Tagung,
weitere Infos:
www.suchttherapietage.de

IHRE VERANSTALTUNG AUF *WWW.BERLIN-SUCHTPRAEVENTION.DE*?

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

VERANSTALTUNGEN DER FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION BERLIN

UNABHÄNGIG BLEIBEN!

kompetent gesund.de

FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION IM LAND BERLIN

JAHRESPROGRAMM DER FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION BERLIN

VERANSTALTUNGEN FÜR MULTIPLIKATOR*INNEN

Berufsbegleitender Zertifikatskurs Suchtprävention:

»Fachkraft für Suchtprävention im Kontext Schule und Jugendarbeit« (6 Module) — 17. Februar – 29. September 2022 – *Kursnummer S 05.22*
In Kooperation mit der ASH, Anmeldung über die Fachstelle für Suchtprävention

Weitere Fortbildungen:

NEU! Fortbildung »Prävention riskanter Mediennutzung« für Oberschulen — 09. Februar 2022

Schulung »Berliner Präventionsparcours Cannabis« — 16. Februar 2022 und 08. September 2022 – *weitere Termine auf Anfrage*

Fortbildung »Medienkonsum in der frühen Kindheit« — 22. März 2022 oder 6. September 2022 – *Kursnummer 431 1/22 bzw. 431 2/22*
In Kooperation mit dem SFBB, Anmeldung über das SFBB

Schulung »KlarSicht Parcours« — 24. März 2022

Fortbildung »Kind s/Sucht Familie« — 10. – 11. Mai 2022 – *Kursnummer 6365/22*
In Kooperation mit dem SFBB, Anmeldung über das SFBB

Fortbildung »Suchtsensible Pflege« — 16. Mai 2022

NEU! Fortbildung »Suchtprävention für Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen« — 24. Mai 2022

Fortbildung »Medikamente« — 25. Mai 2022

Fortbildung »MOVE – Motivierende Kurzintervention« — 01. – 03. Juni 2022

Fortbildung »acht bis zwölf-Kurseller*innen« — 26. – 28. September 2022 – *Kursnummer Z01.22*
In Kooperation mit der ASH, Anmeldung über die Fachstelle für Suchtprävention

Fortbildung »KITA-MOVE« — 19. – 21. September 2022

Prev@WORK-Seminar für Ausbilder*innen und Personalverantwortliche — 05. Oktober 2022

NEU! Fortbildung »Prävention riskanter Mediennutzung« für Grundschulen — 15. November 2022

NEU! Fortbildung »Kinder in suchtbelasteten Familien« — Termine nach persönlicher Absprache unter: *www.kompetent-gesund.de/Familie*

Online-Reihe »Coffee Corner – Input & Austausch zur Suchtprävention« — Termine zu aktuellen Themen unter: *www.berlin-suchtpraevention.de/veranstaltungen/kategorien/coffee-corner*

VERANSTALTUNGEN FÜR DIE SUCHTPRÄVENTIVE ARBEIT MIT GEFLÜCHTETEN

Intensivseminar »Perspektive 3D« — 02. März 2022 (eintägig) — 17. – 18. Oktober 2022 (zweitägig)

VERANSTALTUNGEN FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

Wir bieten auf Anfrage suchtpräventive Seminare zu unterschiedlichen Themen (z. B. Sucht in der Familie, Alkohol, Tabak, Cannabis, Digitale Medien etc.) im Rahmen unserer Projekte (WirBlick 3D, DurchBlick 3D, *Prev@SCHOOL*, GAMER OVER) für Schüler*innen, Jugendeinrichtungen und im Bereich der Berufsausbildung an.

Weitere Informationen zu den Projekten finden Sie unter: *www.kompetent-gesund.de/projekte*

SUCHTPRÄVENTION IM DIALOG 2022

Unser Fortbildungsangebot in 2022 für Sie!

WIR BEHALTEN UNS VOR, AUCH PRÄSENZ-TERMINE DIGITAL ANZUBIETEN, WENN DIE SITUATION ES ERFORDERT.

Dieser Ausgabe des Themenheftes liegt unser Jahres-Fortbildungsprogramm 2022 bei. Falls das Programm in Ihrem Print-Exemplar fehlt oder Sie die Ausgabe online lesen, finden Sie alle Veranstaltungen, Schulungen, Workshops und Elternveranstaltungen online im Veranstaltungskalender der Fachstelle für Suchtprävention Berlin sowie als Download im Seitenbereich unter: *www.berlin-suchtpraevention.de/veranstaltungen*

NEU IM NÄCHSTEN JAHR SIND: Fortbildungen zu den Themen „Prävention riskanter Mediennutzung“ für Grundschulen und Oberschulen, „Suchtprävention für Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen“ und „Kinder in suchtbelasteten Familien“ sowie neue Angebote für Eltern zu den Themen Alkohol und Leistungssteigerung.

JAHRESPROGRAMM

UNABHÄNGIG BLEIBEN!

»Suchtprävention kompetent gestalten«

2022

Januar | Februar | März | April | Mai | Juni | Juli | August | September | Oktober | November | Dezember

kompetent gesund.de

Schulferien Berlin

Unser Präventions-Wandplaner 2022 – wieder sehr gefragt

Auch in diesem Jahr geben wir wieder einen Wandplaner zur Prävention heraus. Er beinhaltet neben Gesundheitstagen auch interkulturelle Feiertage. Es sind bereits zahlreiche Wandplaner ausgegeben worden. Sollten auch Sie Interesse haben, dass die Suchtprävention Sie mit diesem Wandkalender im Büro, in der Einrichtung oder im Gruppenraum das nächste Jahr begleitet, holen Sie sich gerne noch Kalender ab.

NEUERSCHEINUNG

BILDER: FACHSTELLE

ho, ho
ho!
WIR WÜNSCHEN IHNEN EIN SCHÖNES WEIHNACHTSFEST MIT ENTSPANNTEM JAHRES-WECHSEL – BLEIBEN SIE GESUND!
IHRE FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION BERLIN