

Stand 06/2024

Angebote der Suchtprävention

Fachstelle für Suchtvorbeugung
Caritasverband Euskirchen e.V.



für
EUskirchen

Suchtvorbeugung

In unserer sich ständig wandelnden Gesellschaft sind Kinder und Jugendliche ganz besonders gefordert, ihre eigene Identität zu entwickeln. Dieser Prozess ist mit Konflikten und bei manchen Kindern bzw. Jugendlichen mit Lebenskrisen verbunden. Um diese bewältigen zu können, brauchen sie Unterstützung, Verständnis und Orientierung, gerade im Umgang mit Alkohol-, Zigaretten-, Cannabis- und Medienkonsum. Aber auch Erwachsene und ältere Menschen sind immer wieder gefährdet, suchtkrank zu werden.

Sucht hat immer eine Geschichte. Diese Geschichte fängt nicht mit der ersten Einnahme einer Droge oder problematischem Verhalten an und hört nicht mit deren Absetzen oder Ersetzen auf. Es gibt nicht das Rezept zur Verhinderung von Sucht, daher bieten wir vielfältige Inhalte, Projekte und Programme an.

Im Rahmen der Suchtvorbeugung fördern wir die Entwicklung von Kompetenzen, die eine verantwortungsvolle und kritische Haltung Suchtmitteln gegenüber ermöglichen. Die Fachstelle für Suchtvorbeugung ist in verschiedenen gesellschaftlichen Lebensbereichen und Institutionen präsent und kooperiert mit ihnen, um aus den verschiedenen Handlungsfeldern Fachkräfte für die gemeinsame Kooperation und Vernetzung zu gewinnen.

Unser Angebot richtet sich sowohl an Kindergärten, Schulen, Betriebe, Vereine und Kommunen, sowie an Einrichtungen der Erwachsenen Bildung und für ältere Menschen als auch an Jugendliche selbst.

Wir freuen uns auf Ihre Anfrage!

Wonach suchen Sie?

Wir haben verschiedene Angebote für verschiedene Zielgruppen - wofür interessieren Sie sich? Schauen Sie sich alle Angebote an oder klicken Sie auf die jeweiligen Angebote, um gezielt dorthin zu springen:

- Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene
 - Exzessiver Medienkonsum in den Jahrgängen 5-7
 - Tabak/Tabakersatzprodukte in den Jahrgängen 6-8
 - Alkohol in den Jahrgängen 7-9
 - Illegale Drogen und Cannabis ab dem Jahrgang 9
 - Sonstige Themen
- Multiplikator_innen (Schulungen/Fortbildungen)
 - Exzessiver Medienkonsum
 - Tabak/Tabakersatzprodukte
 - Alkohol
 - Motivierende Kurzintervention bei konsumierenden Jugendlichen
 - Elternabende u.a. zum Thema Alkohol, Cannabis und exzessiver Mediennutzung
 - Lehrkräftefortbildungen
- Beratungsangebote
 - U21-Sprechstunde für Konsumierende und Angehörige
 - Risikocheck-Gruppen
 - HaLT-Reaktiv Sofortinterventionen
 - Onlineberatung
 - Beratung von Einrichtungen und Ansprechpersonen
 - SKOLL-Gruppen
- Betriebliche Suchtvorbeugung
- Aktuelle Termine und Veranstaltungen
- Ansprechpartner_innen

Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene

Exzessiver Medienkonsum

- Durchführung einer Präventionseinheit zum Thema exzessiver Medienkonsum unter Anwendung des Methodenkoffers "What's on? Einfach mal abschalten" i.d.R. in den Jahrgängen 5-7.
 - Durch die interaktive Auseinandersetzung der Zielgruppe mit u.a. Vor- und Nachteilen von Medienkonsum, Fallbeispielen zur Einordnung problematischen Verhaltens sowie Handlungsalternativen soll die Reflexion des eigenen Mediennutzungsverhaltens gefördert werden.
 - Die Begleitung durch eine pädagogische Fachkraft wird vorausgesetzt.
 - Benötigt wird ein Klassenraum mit zuvor angeordnetem Stuhlkreis. Vorhandensein von Beamer/Smartboard sowie Stromzugang erwünscht, jedoch nicht erforderlich.
 - Pro Klasse umfasst die Durchführung 2 Unterrichtsstunden. Pro Tag können max. 3 Klassen hintereinander bedient werden.
 - Das Angebot ist kostenfrei.



Tabakprävention

- Durchführung einer Präventionseinheit zum Thema Tabak/Rauchen i.d.R. in den Jahrgängen 6-8.
 - Durch die interaktive Auseinandersetzung mit Informationen soll die Reflexion der eigenen Einstellung zum Thema angeregt und

- die Ausbildung einer kritischen Haltung gegenüber dem Konsum von Tabak(-ersatzprodukten) gefördert werden.
- Benötigt wird ein Klassenraum mit zuvor angeordnetem Stuhlkreis. Vorhandensein von Beamer/Smartboard sowie Stromzugang erwünscht, jedoch nicht erforderlich.
 - Pro Klasse umfasst die Durchführung 2 Unterrichtsstunden. Pro Tag können max. 3 Klassen hintereinander bedient werden.
 - Das Angebot ist kostenfrei.
- Begleitung des LOQ-Parcours ("Leben ohne Qualm") der Landesfachstelle für Suchtprävention für die Jahrgänge 6-8.
 - Weitere Informationen finden Sie unter https://www.loq.nrw.de/LoQ-Parcours#N_1563.



Alkoholprävention

- Koordination und Durchführung des kreiseigenen HaLT-Parcours zur Alkoholprävention i.d.R. in Jahrgang 8.
 - Interaktiver Parcours mit 7 Stationen, die die Schüler_innen in Kleingruppen durchlaufen. Für das Absolvieren der jeweiligen Stationen wie dem Rauschbrillenparcours, dem Alkoholquiz und dem Suchtverlauf stehen den Kleingruppen je 12 Minuten zur Verfügung. Ziel des Parcours ist es Informationen zu vermitteln und mit der Zielgruppe über das Thema ins Gespräch zu kommen.
 - Für die Besetzung der Stationen werden fünf Fachkräfte und/oder ggf. Schüler_innen aus höheren Jahrgangsstufen (Peers) der durchführenden Schule in die Umsetzung eingeführt. Diese „betreuen“ die jeweilige Station selbstständig.

- Benötigt wird ein großer Raum (Aula, Turnhalle usw.) oder zwei Klassenzimmer möglichst ohne Bestuhlung und Tische sowie mindestens ein Stromzugang für die Technik.
- Für die gesamte Durchführung sind insgesamt 1,5 Zeitstunden bzw. 2 Unterrichtsstunden vorgesehen. Zudem erfolgen der Aufbau und die Einführung i.d.R. am Nachmittag vor dem ersten Einsatz.
- Max. 3 Klassen können den Parcours pro Tag durchlaufen.
- Es wird eine Aufwandsentschädigung i.H.v. 80.- € für einen Tag oder 120.- € für zwei Tage erhoben.



- Durchführung des Workshops "Tom & Lisa" zur Alkoholprävention in den Jahrgängen 7 und 8.
 - Interaktiver zweiteiliger Workshop, bei welchem die Risikokompetenzen der Schüler_innen im Hinblick auf Alkoholkonsum durch eine simulierte Geburtstagsfeier, einem Austausch mit ihren Eltern und Informationsvermittlung gefördert werden.
 - Die beiden Module umfassen jeweils ca. 120 Minuten und finden i.d.R. in zwei aufeinanderfolgenden Wochen statt, da die Schüler_innen zuhause ein Interview mit den Eltern führen sollen.
 - Die Begleitung durch eine pädagogische Fachkraft wird vorausgesetzt.
 - Benötigt wird ein großer Klassen- oder Gruppenraum mit zuvor angeordnetem Stuhlkreis in U-Form. Gearbeitet wird mit der "Tom & Lisa"-Methodenbox.
 - Es können max. 2 Klassen pro Modul/Tag. bedient werden
 - Das Angebot ist kostenfrei.



- Begleitung des ALK-Parcours der Landesfachstelle für Suchtprävention für die Jahrgänge 7-9.
 - Weitere Informationen finden Sie unter <https://www.suchtgeschichte.nrw.de/Kampagne/ALK-Parcours>.



Illegale Drogen- und Cannabisprävention

- Durchführung des Drogenquiz in Kooperation mit der Kriminalprävention und der Verkehrsprävention der Kreispolizeibehörde Euskirchen ab Jahrgang 9.
 - Interaktives Quiz, bei welchem die Schüler_innen in Kleingruppen gegeneinander spielen und durch das richtige Beantworten von Fragen Punkte gewinnen können. Ziel ist die Informationsvermittlung von psychosozialen, rechtlichen und gesundheitlichen Aspekten legaler und illegaler Drogen inklusive des Themas Abhängigkeit sowie das offene ins Gespräch kommen zu ebendiesen Aspekten.
 - Die Begleitung durch eine pädagogische Fachkraft wird vorausgesetzt.
 - Benötigt wird ein Klassenraum mit zuvor angeordneten Gruppentischen, ein Beamer/Smartboard mit Lautsprechern sowie ein Stromzugang.
 - Pro Klasse umfasst die Durchführung 3 Unterrichtsstunden. Pro Tag können max. 2 Klassen hintereinander das Drogenquiz durchführen.
 - Das Angebot ist kostenfrei.

- Durchführung des Drogenprojekttages in Kooperation mit der Kriminalprävention und der Verkehrsprävention der Kreispolizeibehörde Euskirchen ab Jahrgang 10.
 - Der Tag umfasst drei (parallelaufende) Bausteine zu den Themen Alkohol und Drogen im Straßenverkehr, illegale Drogen und ihre strafrechtlichen Aspekte und psychosoziale Aspekte des Konsums illegaler Drogen, und ist daher für drei Klassen zeitgleich durchführbar. Ziel ist Informationsvermittlung, Aufklärung über Risiken des Konsums sowie die Förderung der Risikokompetenz der Jugendlichen in Bezug auf illegale Drogen.
 - Die Begleitung durch eine pädagogische Fachkraft wird vorausgesetzt.
 - Benötigt werden drei Räume mit Beamer/Smartboard, Lautsprechern und Stromzugang. Die Schüler_innen wechseln nach der Teilnahme an einem der Bausteine die Räumlichkeit, um am nächsten Baustein teilzunehmen.
 - Der Projekttag umfasst 6 Unterrichtsstunden pro Schulklasse (insgesamt 4,5 Zeitstunden) bei max. 3 Klassen pro Projekttag.
 - Das Angebot ist kostenfrei.

Sonstige Themen

- Durchführung von Präventionseinheiten in verschiedenen Jahrgängen zu Themen wie Medikamentenmissbrauch, Essstörungen und Glücksspiel nach Absprache möglich.

Multiplikator_innen

Exzessiver Medienkonsum

- Kostenfreie Schulung für die Nutzung des Methodenkoffers "What's on? Einfach mal abschalten" zur Prävention exzessiven Medienkonsums.
 - Teilnahme ermöglicht die Ausleihe des Methodenkoffers und die eigenständige Anwendung innerhalb der eigenen Einrichtung.
 - Empfohlen für Kinder und Jugendliche ab 11 Jahren.

Tabak/Tabakersatzprodukte

- Kostenfreie Schulung zu Methoden der Tabakprävention (inklusive Tabakersatzprodukte).
 - Teilnahme ermöglicht eigenständige Durchführung von präventiven Einheiten innerhalb der eigenen Einrichtung sowie der Ausleihe von verschiedenen Materialien.
 - Empfohlen für Kinder und Jugendliche ab 12 Jahren.

Alkohol

- Kostenfreie Schulung für die Nutzung des kreiseigenen HaLT-Parcours zur Alkoholprävention.
 - Teilnahme ermöglicht Ausleihe der Materialien und eigenständige Durchführung innerhalb der eigenen Einrichtung.
 - Empfohlen für Ansprechpersonen von Kindern und Jugendlichen ab 12 Jahren.
- Kostenfreie Schulung für die Nutzung des Methodenkoffers Alkoholprävention entwickelt von der Fachstelle für Suchtprävention Hürth.
 - Teilnahme ermöglicht die Ausleihe des Methodenkoffers und die eigenständige Anwendung innerhalb der eigenen Einrichtung.
 - Empfohlen für Ansprechpersonen von Kindern und Jugendlichen ab 12 Jahren.

- Kostenfreie Schulung zum Thema Ansprache von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit Alkohol- und Mischkonsum.
 - Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene sind prinzipiell neugierig und wollen „dazugehören“. Sie probieren vieles aus und orientieren sich dabei an Gleichaltrigen aber auch an Erwachsenen. Hierzu gehören auch Alkohol oder andere, wohlmöglich illegale Rauschmittel. Allein vor den Gefahren des Konsums zu warnen, ist nachweislich nicht erfolgsversprechend.
 - In dieser Schulung geht es um eine der Zielgruppe entsprechende Ansprache, mit dem Ziel, mit den jungen Menschen ins Gespräch zu kommen. Das bedeutet auch, sich empathisch auf die Wünsche und Bedürfnisse der jungen Menschen einzulassen.
 - Die Schulung umfasst 2 Termine á 2,5 Stunden.
 - Bitte erfragen Sie bei Interesse den nächsten Schulungstermin.
 - Empfohlen für Ansprechpersonen von Kindern und Jugendlichen zwischen 12 und 21 Jahren.

MOVE-Fortbildung

- MOVE-Fortbildung (Motivierende Kurzintervention bei konsumierenden Jugendlichen) für alle, die mit Jugendlichen arbeiten und vor der Frage stehen, wie sie auf riskanten Konsum von legalen oder illegalen Rauschmitteln bei Jugendlichen angemessen reagieren können.
 - Das Konzept von MOVE stützt sich auf internationale Erfahrungen mit Kurz-interventionen. Kurze Beratungsgespräche sind nicht nur besser als gar keine, ihr Effekt ist mit dem von langfristigen Gesprächen durchaus vergleichbar. Attraktiv im Umgang mit konsumierenden Jugendlichen sind sie dadurch, dass sie auch in sogenannten „zwischen Tür und Angel-Situationen“ stattfinden können.
 - In insgesamt 12 Theorie- und Praxiseinheiten zu je 90 Minuten werden die Inhalte und Methoden von MOVE vermittelt und eingeübt sowie theoretische Grundlagen und Hintergrundwissen vermittelt. Die Teilnehmenden erhalten vor und während der Einheiten schriftliches Material mit Theorie- und Praxishinweisen.

- Die Teilnahmegebühr beträgt 200€/Person inkl. Arbeitsmaterialien, Verpflegung und Teilnahmezertifikat. Bitte erfragen Sie bei Interesse den nächsten Starttermin.



Elternabende

- Kostenfreie Elternabende zu diversen suchtpreventiven Themen für Ihre Einrichtung auf Anfrage digital und in Präsenz möglich.
 - HaLT-(Online-)Elternabend „Pubertät, Rausch und Risiko“ zum Thema Alkoholkonsum im Jugendalter und den familiären Möglichkeiten der Prävention. Bitte erfragen Sie bei Interesse den nächsten Veranstaltungstermin.
 - (Online-)Elternabend „Mach` doch mal das Ding aus!“ zum Thema exzessive Mediennutzung von Kindern und Jugendlichen und den familiären Einflussfaktoren. Bitte erfragen Sie bei Interesse den nächsten Veranstaltungstermin.

Lehrkräftefortbildungen

- Fortbildungs- und Vernetzungsangebot im Rahmen des Qualifizierungskurses zur Beratungslehrkraft
 - Gerne stehen wir Ihnen als örtlicher Kooperationspartner für einen Austausch und eine Informationsvermittlung hinsichtlich der örtlichen Unterstützungs- und Beratungsangebote zur Verfügung.
- Kostenfreie Schulungsangebote zur Umsetzung verhältnispräventiver Maßnahmen im Kontext Schule
 - Unterstützung bei der Planung von Klassenfahrten/Schulfesten
 - Info über Jugendschutzgesetz und Vorbildfunktionen

- Info über und Einbindung von qualitätsgesicherten Präventionsmaßnahmen in Schulalltag

Sonstige Themen

- Kostenfreie Schulungen zu Themen wie Medikamentenmissbrauch, Essstörungen und Glücksspiel nach Absprache möglich.
 - Teilnahme ermöglicht ggf. Ausleihe geeigneter Materialien und eigenständige Durchführung von Präventionseinheiten innerhalb der eigenen Einrichtung.

Beratungsangebote

U21-Sprechstunde

- Unsere U21-Sprechstunde für Konsumierende und deren Angehörige nach vorheriger Terminvereinbarung:
 - montags 15.00-18.00 Uhr, Fachambulanz Sucht, Kapellenstr. 14 in Euskirchen
 - Kostenfrei und auf Wunsch anonym
 - Gespräche können gemeinsam als Familie oder auch allein mit den Betroffenen oder Angehörigen erfolgen
 - bei Bedarf auch längerfristige Beratung und Begleitung zur Unterstützung bei der Entwicklung eines verantwortungsvollen Umgangs mit Suchtmitteln möglich

Risikocheck-Gruppen

- Der „Risikocheck“ ist ein kostenloses Gruppenangebot für 14- bis 20jährige, die erstmals durch den Konsum bzw. Besitz von Cannabis und/oder anderen Cannabinoiden („Legal Highs“) und/oder ihren Alkoholkonsum aufgefallen sind.

- Das Angebot eignet sich aber auch für Jugendliche und junge Erwachsene, die ihren Cannabis- und/oder Alkoholkonsum aus eigenem Antrieb und Interesse überdenken möchten.
- Das viereinhalbstündige Gruppenangebot umfasst Informationen aus den Bereichen Recht, Stoffkunde, Entstehung von Sucht sowie Unterstützungsangeboten. Die Kursteilnehmer sollen sich mit den Risiken und möglichen Folgen des Konsums auseinandersetzen und Verhaltensalternativen entwickeln.
- Die Gesprächsinhalte unterliegen der Schweigepflicht. Die aktive und konstruktive Beteiligung am Programm wird von uns vorausgesetzt. Nur in diesem Fall wird nach Beendigung des Kurses eine Bescheinigung über die erfolgreiche Teilnahme ausgestellt und den Teilnehmenden ausgehändigt.
- Bitte erfragen Sie bei Interesse den nächsten Veranstaltungstermin.

HaLT-Reaktiv Sofortintervention

- HaLT-Reaktiv Sofortintervention: Kurzfristige Gesprächsangebote für Jugendliche und ihre Eltern, wenn Kinder oder Jugendliche mit einer Alkoholintoxikation auffällig geworden sind oder ins Krankenhaus eingeliefert wurden. Ziele sind Informationsgabe, Beratung und bei Bedarf Vermittlung in weiterführende Hilfen.
 - Reflexion des Geschehenen sowie Auseinandersetzung mit dem riskanten Alkoholkonsum und den Nachteilen dessen
 - Erarbeiten von alternativen Handlungsstrategien
 - Stärkung einer kritischen Haltung und der persönlichen Eigenverantwortung

Die Vermittlung kann direkt durch das Krankenhaus, die Schule, andere Institutionen, besorgte Eltern und Selbstmelder erfolgen.



Onlineberatung

- Wir bieten Onlineberatung von Konsumierenden und Angehörigen.
 - Mit dem QR-Code gelangen Sie zu einem vereinfachten Registrierungsvorgang der DigiSucht-Plattform und direkt bei uns. Wir antworten dann so schnell wie möglich. Die Beratung ist kostenfrei und bei Bedarf anonym möglich.



Beratung von Einrichtungen

- Beratung von Einrichtungen und Ansprechpersonen: Sie wünschen sich Beratung zu einem Vorfall in Ihrer Einrichtung? Oder Sie benötigen Unterstützung bei der Planung von Schulfesten, Klassenfahrten oder anderen Veranstaltungen unter Einhaltung des Jugendschutzgesetzes? Wir stehen Ihnen gerne beratend und begleitend zur Seite.

SKOLL-Gruppe

- SKOLL (Selbstkontrolltraining – für den verantwortungsbewussten Umgang mit Suchtstoffen) ist für Alle, die sich fragen, ...
 - ob sie übermäßig Suchtmittel gebrauchen oder problematisch spielen.
 - die wieder Kontrolle über den Konsum erhalten möchten.
 - die einem Rückfall vorbeugen möchten.
- SKOLL ist ein Training, in dem jede_r den persönlichen Gebrauch überprüfen kann. Es gibt Raum, die individuellen Ziele zu formulieren, sich auszutauschen und gegenseitig zu unterstützen. Die Gruppe bietet Möglichkeiten, neue Verhaltensweisen kennen zu lernen und

auszuprobieren. SKOLL nimmt jede_n ernst und unterstützt jede_n darin, den eigenen individuellen Weg zu finden.

- SKOLL hilft, ...
 - herauszufinden, wo ich grade stehe und wohin ich mich entwickeln möchte.
 - sich selbst mit einem Trainingsplan zur Selbstkontrolle herauszufordern.
 - neue Ideen für alternative Verhaltensweisen zu finden.
 - eine eigene Entscheidung über den weiteren Konsum zu treffen.
 - Strategien zur Krisenbewältigung zu entwickeln.
- SKOLL ist ein Trainingsprogramm, welches 10-mal im wöchentlichen Rhythmus innerhalb einer Gruppe stattfindet. Vor Beginn des Kurses findet ein Informationsgespräch statt, um alle Fragen zu klären. Über die gemachten Erfahrungen mit der Selbstkontrolle tauschen wir uns in einem Nachtreffen aus.
- Bei Interesse erfragen Sie bitte den nächsten Info-Termin.

Betriebliche Suchtvorbeugung

- Suchtmittelabhängigkeit ist ein weit verbreitetes Problem unserer Zeit und unserer Gesellschaft. Immer mehr Menschen benutzen Alkohol und/oder Medikamente zur Entspannung oder zur Lösung für scheinbar ausweglose Krisen. Störungen werden mit Alkohol und Medikamenten reguliert, Erleichterung tritt schnell ein und wird positiv erlebt. Bei erneuter Problemlage reagieren Menschen oft mit demselben Verhaltensmuster. Tritt die Erleichterung nicht mehr ein, wird die Dosis gesteigert. Vom Gebrauch kann es so zur Gewöhnung, zum Missbrauch und schließlich zur Abhängigkeit kommen. Der Übergang vom gesellschaftlich akzeptierten Konsum zum Missbrauch und zur Abhängigkeit ist fließend. Das macht es oft schwer, den Zeitpunkt des Eingreifens festzulegen.
Programme der Suchtprävention tragen zur Verbesserung des betrieblichen Klimas und der sozialen Bezüge bei. Neben diesen humanitären Aspekten haben suchtvorbeugende Maßnahmen einen betriebswirtschaftlichen Nutzen für das Unternehmen. Empirische

Untersuchungen belegen, dass ein alkoholabhängiger Facharbeiter in einem mittelständigen Unternehmen durch die Folgen seiner Krankheit einen jährlichen betriebswirtschaftlichen Schaden von ca. 15.000 € verursacht. Für große Unternehmen mit 2000 Beschäftigten bedeutet das einen Verlust von 1,5 Millionen € jährlich. Investiert ein Betrieb lediglich 10 % dieser Summe in Programme der Suchtprävention, können nach einer Laufzeit von ca. fünf Jahren aus Verlusten Gewinne werden.

Die Früherkennung einer Suchtgefährdung oder Suchtmittelabhängigkeit bei Mitarbeitern ist eine wichtige Führungsaufgabe und eine wirksame Hilfe für Betroffene. Durch Schulung und Vermittlung von Fachkenntnissen sollen Führungskräfte und Mitarbeiter Bedingungsfaktoren und Merkmale der Suchtentwicklung kennenlernen. Lösungsorientiertes Gesprächsführungstraining hat zum Ziel, Mitarbeiter und Vorgesetzte zu unterstützen, sich Betroffenen gegenüber konsequent zu verhalten. Klar formulierte Forderungen können die Reserven von gefährdeten oder abhängigen Menschen mobilisieren, um ihr Suchtverhalten langfristig und dauerhaft zu verändern.

- Wir bieten Ihnen auf Anfrage individuelle Informationsveranstaltungen, Schulungen und Führungskräfte trainings für Ihr Unternehmen an.

Ihre Ansprechpartner_in:

Saskia Mück, Gianna Winkel & Thomas Stihl
Caritasverband für das Kreisdekanat

Euskirchen

Fachstelle für Suchtvorbeugung

Kapellenstr. 14, 53879 Euskirchen

Tel.: 02251-650 35-0, Fax: 02251-650 35-11

E-Mail: ffs@caritas-eu.de