

Planungshilfen zur Tabakprävention und Raucherentwöhnung der Hessischen Landesstelle für Suchtfragen (HLS)

Programme, Zahlen, Fakten – Eine Auswahl

Im Folgenden werden exemplarisch einige suchtpreventive Programme zum Thema Tabakprävention und Raucherentwöhnung aufgelistet. Sollten Sie Fragen zu den einzelnen Programmen haben, setzen Sie sich bitte mit Regina Sahl, Koordinatorin für Suchtprevention, bzw. mit der Fachstelle für Suchtprevention in Ihrer Region in Verbindung.

Lebenskompetenzprogramme

- „Klasse 2000“ – Gesundheitsförderung für Grundschulen: www.klasse2000.de
- „Eigenständig werden“ – Gesundheitsförderung für Grund- und weiterführende Schulen: www.ift-nord.de
- „Das kleine ich bin ICH“ – Ein Programm zur Lebenskompetenzförderung der Fachstelle Suchtprevention Main-Taunus-Kreis. Weitere Informationen unter: www.starke-eltern.de
- „Be Smart – don't Start“ – bundesweiter evaluierter Schülerwettbewerb zur Vermeidung bzw. zum Hinauszögern des Rauchbeginns: www.besmart.info.de
- „ALF“ – Programm zur Förderung der allgemeinen Lebenskompetenzen und Fertigkeiten: www.ift.de
- Lions-Quest Programm „Erwachsen werden“: www.lions-quest.de
- Mit „Kopf, Herz und Hand“ – Lebenskompetenzprogramm für die 5. und 6. Klasse. Fachstelle Suchtprevention im Main-Kinzig-Kreis. Weitere Informationen erhalten Sie unter www.starke-eltern.de und in der Broschüre der BZgA „Tabakkonsum reduzieren“, 2003
- „Die Expedition“ – Suchtprevention für Schüler der 5. bis 7. Klassen. Fachstelle Suchtprevention im Wetteraukreis. Weitere Informationen erhalten Sie unter www.starke-eltern.de und in der Broschüre der BZgA „Tabakkonsum reduzieren“, 2003
- „Auf die coole Tour“ – Suchtprevention für Schüler der 8. und 9. Klasse. Fachstelle Suchtprevention im Landkreis Gießen. Weitere Informationen erhalten Sie unter www.starke-eltern.de und in der Broschüre der BZgA „Tabakkonsum reduzieren“, 2003
- Weitere Lebenskompetenzprogramme der hessischen Fachstellen für Suchtprevention finden Sie unter www.starke-eltern.de
- „Gläserne Schule“. Ein evaluiertes Projekt zur schulnahen Suchtvorbeugung. Ausstiegshilfe „Knick die Kippe“ von der Landesstelle Schleswig-Holstein: www.lssh.de.

Förderung der Raucherentwöhnung, Ausstiegshilfen für Jugendliche und Erwachsene

- „Just be smoke free“ – Raucherentwöhnung für Jugendliche: www.justbesmokefree.de
- www.rauchfrei-info.de – Information speziell für Kinder und Jugendliche
- „Rauchfrei in 10 Schritten“ – Raucherentwöhnung für Erwachsene (und Jugendliche): www.ift.de
- Beratungstelefon zum Nichtrauchen der BZgA: 01805 – 31 31 31 (12 ct/min.)
- Raucherentwöhnungskurse der hessischen Suchtberatungsstellen. Eine Anbieterliste finden Sie unter www.hls-online.org. Die Kurse werden nach den von den Krankenkassen geforderten Methoden durchgeführt. Zuschüsse der Krankenkassen sind deshalb möglich.

In Deutschland gibt es bisher wenig Material zum Thema Raucherentwöhnung bei Jugendlichen. Hier einige Links auf gute englischsprachige Seiten:

- <http://www.cdc.gov/tobacco/tips4youth.htm>
- <http://www.cdc.gov/tobacco/sgr/sgr4kids/sgrmenu.htm>
- http://www.hc-sc.gc.ca/hppb/cessation/youth/fact_sheets.html

Materialien

- Leitfaden der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung „Auf dem Weg zur rauchfreien Schule“: www.bzga.de
 - Broschüre „Let’s talk about smoking“, eine allgemeine Informationsbroschüre zum Thema Rauchen/Nichtrauchen der BZgA (kostenlos)
 - Geschlechtsspezifische (Selbsthilfe-) Anleitung zum Ausstieg aus dem Rauchen, BZgA: „Stop Smoking Girls“ und „Stop Smoking Boys“.
 - Unterrichtsmaterial „Nichtrauchen“ für die 3. und 4. Klasse, BZgA
- Fast alle Materialien der BZgA sind kostenfrei zu bestellen!

Konsumzahlen

- ESPAD (Europäische Schülerstudie zu Alkohol und anderen Drogen): www.bmgs.bund.de/download/broschueren/F310.PDF
- Drogen und Suchtbericht, 2004: www.bmgs.bund.de/download/broschueren/A601.pdf
- HBSC Studie (Health Behaviour in School Children): www.hbsc-germany.de
- „Rauchen bringt’s – Beratungsleitfaden zur Tabakprävention in Kinder- und Jugendarztpraxen“, Köln 2000, Wolf Rüdiger Horn.
- „Gesundheit fördern – Tabakkonsum verringern: Handlungsempfehlungen für eine wirksame Tabakkontrollpolitik in Deutschland“, Rote Reihe Tabakprävention und Tabakkontrolle, Deutsches Krebsforschungszentrum, Heidelberg, 2003.

Kontakt

Regina **S a h l**

Hessische Landesstelle für Suchtfragen
- Koordinationsstelle Suchtprävention -
Zimmerweg 10
60325 Frankfurt am Main

Tel.: 069 – 71 37 67 77
Fax: 069 – 71 37 67 78
E-Mail: rs@hls-online.org
Internet: www.hls-online.org
www.starke-eltern.de
www.prevnet.de