

suchtprävention!

DER NEWSLETTER VON KONTAKT + CO

Jänner 04/1

EDITORIAL

Wissenschaftlern der Stanford-Universität ist laut Fachzeitschrift „Nature“ mithilfe der so genannten funktionellen Magnetresonanztomographie der wissenschaftliche Beweis dafür gelungen, dass Lachen wie eine Droge wirkt. Lachen aktiviert den gleichen Gehirnbereich wie Kokain und Geld. Dieser wird bei einem herzhaften Lachen mit dem Botenstoff Dopamin übersättigt, der emotionale Reaktionen steuert. Dadurch entsteht ein Belohnungsgefühl und auch die Euphorie, die sich nach einem guten Witz einstellt, schreiben die Wissenschaftler.

In diesem Sinne wünschen wir einen fröhlichen Fasching. Echter Rausch kommt eben doch auch von innen.

Seit der Novellierung des Tiroler Jugendschutzgesetzes zu Beginn vergangenen Jahres sind einige positive Entwicklungen zu beobachten. Vor allem bei den großen Handelsketten wird beim Verkauf von Alkohol und Zigaretten stärker auf den Jugendschutz geachtet. Diese Entwicklung gilt es weiterhin zu fördern und abzusichern.

Anstatt den "Schwarzen-Peter" immer den Anderen zuzuschieben, müssen alle ein Stück Verantwortung mit übernehmen, wenn es gelingen soll, dem Jugendschutz wieder ausreichend Geltung zu verschaffen. Ein Partner hierbei können und müssen Vereine und Festveranstalter sein.

"5 von 12"

statt "5 vor 12"

Jugendschutz bei Festveranstaltungen - Ausgangslage

Viele Festveranstalter sehen in der Umsetzung und Kontrolle des Jugendschutzes große Schwierigkeiten. Zugleich wird seine Notwendigkeit betont, und alle klagen, dass niemand das Gesetz ernst nimmt.

Dabei gibt es genug gute Gründe für die Einhaltung des Jugendschutzes:

- weniger Ausschreitungen bei Festen
- weniger Alkoholvergiftungen
- niedrigere Unfallraten
- weniger Vandalismus
- positives Image
- Umsetzung des Gesetzes angepasst an die lokalen Besonderheiten
- Gesundheit der erwachsenen als auch jugendlichen Bevölkerung

Zugleich gibt es eigentlich keine echten Gründe gegen die Einhaltung des Jugendschutzes – oder?

Aber das kann doch niemand kontrollieren! Warum gelingt dies dann aber in anderen Ländern?

Es ist unmöglich, immer nach einem Ausweis zu fragen, wenn die Leute an der Bar anstehen!

Warum eigentlich: Am Skilift funktioniert es ja auch. Selbst wenn 100 Leute anstehen, bekommt man keine ermäßigte Jugendkarte ohne einen Ausweis herzuzeigen.

Das bringt doch nichts – die Jüngeren schicken dann halt Ältere, um die Getränke zu holen!

Das wird immer wieder so sein. Aber muss man es den Jüngeren deshalb so leicht machen und die gesetzlichen Vorschriften gleich von vornherein ignorieren.



Die Bestimmungen auszuhängen bringt doch nichts!

Auch Geschwindigkeitsbegrenzungen werden oft nicht eingehalten; aber deshalb wird man kaum zum Schluss kommen, dass wir keine entsprechenden Verkehrsschilder mehr brauchen.

Wenn wir nichts verkaufen, tun es die anderen!

Mit diesem Scheinargument wäre eigentlich alles erlaubt: "So ein fescher Mantel – wenn ich ihn nicht mitnehme, nimmt ihn ein anderer!" Dass Gesetze immer wieder einmal von jemandem gebrochen werden,

ist kein Grund, selber dagegen zu verstoßen.

Der Jugendschutz ist Sache der Eltern – die müssen sich darum kümmern!

Es spricht nichts dagegen, z.B. Jugendliche unter einem bestimmten Alter nur in Begleitung ihrer Eltern einzulassen (z.B. entsprechender Hinweis auf dem Plakat).

Das Problem ergibt sich draußen vor dem Ballsaal, wo dann die betrunkenen Jugendlichen herumkugeln.

Ein Anruf bei der Exekutive kann das Problem vielleicht entschärfen.

Daher ist das Ziel: Veranstalter handeln verantwortungsbewusst

Veranstalter sind sich bewusst, dass sie eine **Vorbildfunktion** haben und bemühen sich, riskanten Alkoholkonsum zu reduzieren und dadurch gesundheitliche Schäden zu vermindern.

- Veranstalter orientieren die Helfer über die Bestimmungen und kontrollieren diese.
- Veranstalter bemühen sich um ein gutes Festklima.

"5 von 12"

Es ist nie zu spät, um zu handeln. Zumindest 5 von 12 möglichen Maßnahmen sollten bei jeder Veranstaltung Standard sein. Das ist zumutbar und machbar. Der Veranstalter wählt aus und setzt Schwerpunkte:

1. Der Veranstalter kennt die gesetzlichen **Jugendbestimmungen** und trifft die nötigen Vorkehrungen zur Umsetzung.
2. Bereits bei der **Ankündigung** der Veranstaltung (Plakate, Einladungen, Zeitungsmeldung etc.) wird ein kurzer Hinweis auf die Bestimmungen des Jugendschutzes aufgenommen. Beispiele:
"An Jugendliche unter 16 Jahren wird kein Alkohol ausgeschenkt."
"Wir halten uns an die Jugendschutzbestimmungen."
3. Bei der Einlasskontrolle, beim Eingang und vor allem beim Ausschank wird ein deutlich sichtbarer und entsprechend großer **Hinweis (z.B. Plakat)** zum Jugendschutz angebracht.
4. Bei der **Einlasskontrolle** werden junge Besucher/innen mündlich durch die Mitarbeiter/innen auf die Einhaltung der Jugendschutzbestimmungen aufmerksam gemacht. Es wird besonders darauf geachtet, dass junge Besucher/innen nicht selbst alkoholische Getränke zur Veranstaltung mitbringen.
5. **Hinter der Bar stehen Erwachsene**, die beim Verkauf alkoholischer Getränke verantwortungsvoll handeln.
6. Das **Ausschankpersonal** wird vor der Veranstaltung angewiesen, junge Besucher/innen zum Vorzeigen eines **Ausweises** aufzufordern und – falls der entsprechende Altersnachweis nicht erbracht wird – keinen Alkohol auszugeben. Es braucht keine langen Diskussionen, **einfache Antworten** genügen:

JUGENDSCHUTZ TIROL WIRKT.

"Ich habe mich an das Gesetz zu halten und darf dir deshalb keinen Alkohol/ keine Tabakwaren verkaufen. Sorry, du bist einfach noch zu jung!"
oder:

"Auch wenn es nicht für dich ist, darf ich Alkohol/Tabakwaren nicht an dich weiter geben, weil du noch zu jung bist!"

Bei Zweifeln hinsichtlich des Alters:

"Laut Gesetz bin ich verpflichtet, dich nach deinem Alter zu fragen und einen Ausweis zu verlangen. Der Verkauf von Alkohol und Tabak an Jugendliche bis 16 ist nämlich strafbar!"

oder:

"Wenn Sie nicht nachweisen können, dass Sie 18 sind, habe ich nicht das Recht Spirituosen an Sie zu verkaufen. Ich könnte dafür angezeigt werden!"

7. Der Veranstalter stellt ein **attraktives, alkoholfreies Angebot** zur Verfügung, das günstiger ist als alkoholhaltige Getränke. Der Veranstalter bemüht sich um **Werbung** für dieses Angebot.

8. **Alkoholische Mixgetränke**, die speziell bei den Jugendlichen beliebt sind, werden gar nicht oder teuer verkauft.

9. **Durchsagen** über die Lautsprecheranlage geben Hinweise auf die Jugendschutzbestimmungen (Ausgehzeiten, Alkoholkonsum).

10. **Betrunkene Jugendliche**, die offensichtlich nicht älter als 15 Jahre sind, werden nach Hause geschickt; die Eltern werden telefonisch verständigt (Abholung).

11. Ein/e eigene/r **Jugendschutzbeauftragte/r** für die Dauer der Veranstaltung wird bestellt, der/die während der Veranstaltung darauf achtet, dass die gesetzlichen Bestimmungen beachtet werden.

12. Die **Erfahrungen** bei der Veranstaltung (Wie ist es gelaufen? Was hat sich bewährt, was nicht?) werden an den Bürgermeister rückgemeldet, um für die Zukunft Verbesserungen zu erzielen.

Materialien zum Jugendschutz werden vom Land Tirol zur Verfügung gestellt.

Kontakt- und Bestelladresse:

JUFF-Jugendreferat
Michael-Gaismair-Straße 1,
6020 Innsbruck
Tel.: 0512/508-3586
E-Mail: juff.jugend@tirol.gv.at

D A S T A B A K D E B A K E L

Es war einmal ein Mann, dem wurde gesagt: Das 40.000 Mann starke Heer der Hunnen hat die Grenzen unseres Landes überrannt. Du bist ausersehen, gegen sie ins Feld zu ziehen. Hier hast du dein Streitross – und man führt ihm einen alten Esel vor. Hier deine Waffe: Man drückt ihm eine Gurke in die Hand. Zuletzt noch das Schild: Ein Karton mit dem Aufdruck "Viel Glück!"

Und jetzt wirf die Schlitzaugen wieder zurück in die Steppe, aus der sie gekommen sind!

Der Mann reitet los. Er ist offensichtlich ein Narr. Er arbeitet in der Tabakprävention.

Die Fachtagung der Österreichischen ARGE Suchtvorbeugung vom 27.-29. Oktober 2003 war dem Thema "Brennpunkt Tabak" gewidmet. Auf gewohnt fachlich hohem Niveau wurde die Möglichkeit geboten, sich von Spezialisten aus dem deutschsprachigen Raum über den Stand der Dinge ins Bild setzen zu lassen. Das Ergebnis war erwartungsgemäß ernüchternd. Zwar hat die Tabakindustrie in den hochtechnisierten Staaten des Westens – vor allem in den USA – keinen so leichten Stand mehr wie noch vor Jahrzehnten (nicht zuletzt weil sie Boden gegenüber der Pharmaindustrie verliert), aber dies wird insgesamt leicht aufgewogen durch die enormen Zuwachsraten in der dritten Welt.

Auch die österreichischen Jugendlichen sind eine dankbare Zielgruppe. In Europa liegen wir bei den Einsteiger/innen im Spitzenfeld, speziell die Mädchen schätzen den Sex-Appeal und den emanzipatori-

schen Touch, den die Zigarette – vermeintlich oder tatsächlich – vermittelt. Die Werbung der Tabakindustrie, die allen offiziellen Beteuerungen zum Trotz eindeutig auf die jungen Konsument/innen abzielt, ist also durchaus erfolgreich. Jugendgemäße Geschmacksvarianten (z.B. mit Vanillearoma) stehen auch schon vor der Markteinführung¹; schließlich hat man den großen Erfolg der süßlichen alkoholischen Mixgetränke bei Jugendlichen mit Interesse wahrgenommen und will hier nicht zurückstehen.

Wie verhält sich nun die Prävention gegenüber der Tabakwirtschaft? Werfen wir einfach nur einmal einen Blick auf die Zahlen:

Von 1986 bis 1996 ist das Budget der Tabakindustrie für Werbung und Sponsoring um 18% angestiegen, und zwar von jährlich 4.343.000.000 \$ auf



5.108.000.000 \$

Für die Tabakprävention in Österreich steht dagegen pro Jahr großzügig gerechnet in etwa ein Tausendstel dieser Summe zur Verfügung.

¹ Nach Ansicht einer Forscherin des Deutschen Krebsforschungszentrum in Heidelberg steigert die Tabakindustrie dadurch auch das Suchtpotenzial ihrer Produkte. Scheinbar harmlose und per se unbedenklich anmutende Substanzen wie Kakao, Vanille und Menthol sollen sich in der so genannten Gasphase des Rauchens massiv auswirken. Diese Zusätze würden unter anderem den Säure-Basen-Haushalt in Richtung eines höheren pH-Werts verschieben. "Damit wird die Bioverfügbarkeit des Nikotins drastisch erhöht", erklärt die deutsche Expertin, der zufolge die magische Formel der Abhängigkeit lautet: "Nikotin plus hoher pH-Wert". Insbesondere Menthol sei ein gefährlicher Zusatzstoff: Dieser erlaube eine tiefere Inhalation und mache das Rauchen für Einsteiger angenehmer. So sei ein Kick auch durch Zigaretten mit wenig Nikotin, aber hohem pH-Wert und entsprechenden Zusatzstoffen schon bei Kindern auslösbar.

DAS TABAKDEBAKEL

Muss man noch mehr sagen? Das Resümee der Fachtagung war demnach auch, dass das Ungleichgewicht zwischen Tabakindustrie und Prävention zu groß ist, um in der Breite eine Wirkung in Richtung Nichtrauchen zu erzielen. Wohl sind Vorbild und Bemühen von Eltern und Lehrer/innen durchaus im Einzelnen wirksam, wenn es darum geht, jugendlichen Nichtraucher/innen den Rücken zu stärken bzw. jenen die noch unentschlossen sind, ob sie mit dem Rauchen anfangen sollen. Für die Gesamtstatistik sind aber keine größeren Erfolge zu erwarten, solange nicht jene Maßnahmen gesetzt werden, die "auch wirklich weh tun". (Die Wartexte auf den Zigarettenpackungen gehören wohl nicht dazu, zumal sie überwiegend derart unbeholfen sind, dass sie nicht nur für die Raucher/innen ein Ärgernis darstellen.)

Die Forderungen der österreichischen Fachleute für Suchtprävention sind daher:

- Spürbare Tabakpreiserhöhung um mindestens zehn Prozent
- Schaffung eines Präventionsfonds aus den Geldern einer Tabakpreiserhöhung
- Erarbeitung eines nationalen Aktionsplanes mit Zielen, Strategien und konkrete Maßnahmen zur Senkung des Tabakkonsums
- Abschaffung der Zigaretten-Automaten: Österreich und Deutschland gehören zu den wenigen Ländern in Europa, in denen Zigaretten-Automaten noch zugelassen sind.

Diese Grundanliegen decken sich zu einem gewissen Teil mit den noch weiterreichenden Forderungen deutscher Kolleg/innen:

Wirksamkeitsüberprüfte Maßnahmen zur Verringerung des Tabakkonsums²:

- 1 Erhöhung der Tabaksteuern**
- 2 Bekämpfung des illegalen Handels mit Tabakprodukten**
- 3 Verbot von Tabakwerbung und Sponsoring**
- 4 Schaffung einer rauchfreien Umwelt**
- 5 Produktregulierung und Verbraucherinformation**
- 6 Einschränkungen und verbesserte Kontrollen bezüglich Abgabe und Vertrieb von Tabakwaren**
- 7 Schulische Tabakprävention**
- 8 Massenmediale Tabakprävention**
- 9 Beratungs- und Behandlungsmaßnahmen zur Tabakentwöhnung**

Fazit: Ohne entsprechende Rahmenbedingungen – siehe oben – ist die Tabakprävention bis auf weiteres ein Kampf gegen Windmühlen. Und dafür ist es einfach zu "schad um die Zeit".

PS.

Mehr noch als bei anderen Themen gerät die Prävention beim Rauchen leicht in die Ecke der humorlosen, sinnesfeindlichen und engstirnigen Gesundheitsapostel. Wir legen daher Wert auf die Feststellung, dass wir viele Raucher/innen menschlich sehr schätzen und deren Passion für die Genuss- und Kulturodroge Tabak verstehen. Wogegen wir allerdings auftreten, sind die ausgeklügelten und mächtigen Marketingstrategien und Marktmechanismen, die aus Kindern und Jugendlichen Nikotinabhängige machen.

² Deutsches Krebsforschungszentrum (Hrsg.): Gesundheit fördern – Tabakkonsum verringern: Handlungsempfehlungen für eine wirksame Tabakkontrollpolitik in Deutschland. Heidelberg, 2002 (Die lesenswerte Publikation kann von der Website des Krebsforschungszentrum als pdf-Datei heruntergeladen werden: <http://www.rauchfrei2004.de/>)

WISSEN SIE EIGENTLICH WIRKLICH WAS "SUCHT" BEDEUTET?

Dass Sucht eine Krankheit ist, gilt in der Öffentlichkeit auf den ersten Blick als ausgemachte Sache, schließlich akzeptieren dies auch die Krankenkassen seit Jahren. Aber: Der Umgang mit der Problematik im Alltag lässt vermuten, dass bei vielen Menschen letztlich doch die Meinung vorherrscht, Sucht bzw. Abhängigkeit bestehe vor allem schlicht aus einer Charakter- oder Willensschwäche.

Das Thema kann im vorliegenden Beitrag nicht ausführlich vertieft werden, aber zumindest eine Begriffsklärung ist möglich und mag ein wenig dazu beitragen, die Problematik ins richtige Licht zu rücken.

Die Fachwelt hat sich international auf eine einheitliche Begriffsbestimmung geeinigt. Im medizinischen Bereich wird diese unter dem Kürzel DSM III-R, im psychiatrischen Fach als ICD 10 veröffentlicht. Die beiden Klassifikationen zum Begriff "Abhängigkeitserkrankungen" decken sich weitgehend; im Folgenden sei auf den ICD 10 Bezug genommen.

Betrachtet man die oben genannten Symptome, wird deutlich, dass es sich bei Sucht (dieser Begriff ist übrigens nur im deutschsprachigen Raum in Verwendung) bzw. Abhängigkeit tatsächlich in vielen Fällen um eine **schwerwiegende Erkrankung** handelt. Der Mensch, der unter ihr leidet, ist nicht mehr derselbe, der er vorher war, bevor er die Kontrolle über seinen Konsum bzw. sein Verhalten verloren hat.

Abhängigkeit nach ICD 10

- 1. starker aktueller Wunsch oder Zwang**
(Konsum bestimmter Substanzen - oder Wiederholung einer bestimmten Handlung, z.B. Spielsucht)
- 2. verminderte Kontrollfähigkeit**
(bezüglich des Beginns, der Beendigung und der Menge des Konsums)
- 3. körperliches Entzugssyndrom**
(bei Beendigung oder Reduktion des Konsums, nachgewiesen durch die substanzspezifischen Entzugssymptome oder durch die Aufnahme der gleichen oder einer nahe verwandten Substanz, um Entzugssymptome zu mildern oder zu vermeiden)
- 4. Toleranzentwicklung**
(um die erwünschten Wirkungen hervorzurufen, sind zunehmend höhere Dosen erforderlich)
- 5. Fortschreitende Vernachlässigung anderer Vergnügen oder Interessen**
(zugunsten des Substanzkonsums, erhöhter Zeitaufwand, um die Substanz zu beschaffen, zu konsumieren, oder sich von den Folgen zu erholen)
- 6. Anhaltender Substanzkonsum trotz Nachweises eindeutiger schädlicher Folgen,**
(wie z.B. Leberschädigung durch exzessives Trinken)
- 7. Konsum in sozial unangemessenen Situationen**
(z.B. Alkoholkonsum werktags in gleicher Weise wie an Wochenenden)

Die sichere Diagnose "Abhängigkeit" sollte nur gestellt werden, wenn **irgendwann während des letzten Jahres drei oder mehr dieser Kriterien** gleichzeitig vorhanden waren.

Am Rande sei allerdings noch eine Differenzierung angefügt: Nicht jede Abhängigkeitserkrankung tritt in derselben drastischen Form mit entsprechend massiven Konsequenzen auf. So ist der oft Jahrzehnte dauernde starke Zigarettenkonsum vieler Menschen durchaus als Abhängigkeit einzustufen, dennoch blei-

ben den Betroffenen zahlreiche Konsequenzen anderer Suchtformen erspart (intensive und akute gesundheitliche Schäden, soziale Verelendung, Arbeitsplatzverlust, Tod durch Überdosierung etc.). "Lediglich" die langfristigen gesundheitlichen Schäden und ein in der Regel deutlich früherer Tod sind zu gewärtigen

Kinderseelen wollen wachsen *Gesundheit im Kindergarten fördern* Karin Stark-Schwehn (2003)



Das Buch wendet sich an Kindergartenpädagoginn/-en und Eltern und liefert Information sowie praktisches Know-how zur Gesundheitsförderung im Kindergartenalter.

Praktische Übungen, vielfältige Ideen, konkrete Vorschläge für Elternbriefe und anderes mehr machen das Buch zu einer nützlichen Lektüre.

Night fever *Gesellschaftsspiele in Gruppen* Matthias Käser, Christoph Musy, Nadja Rolli (2003)



Für eine Party mit Kindern, als Abendunterhaltung in Jugendgruppen oder im Klassenlager sind anregende und unterhaltsame Spiele für eine Gruppe

von 2 bis 20 Personen gefragt. Dieses Spielbuch präsentiert neue und bekannte Spiele vor allem mit Spielkarten und Würfeln oder mit Materialien, die überall schnell zur Hand sind. Witzige Rätselspiele und -geschichten runden dieses Angebot ab. "night fever" ist ein anregender Spiele-Begleiter für Leiterinnen und Leiter einer Jugendgruppe, für Lehrpersonen oder Eltern und nicht zuletzt für Jugendliche selbst.

Drogen bei Kindern und Jugendlichen *Legale und illegale Substanzen in der ärztlichen Praxis* Walter Farke, Hildegard Graß, Klaus Hurrelmann (2003)

Der Konsum legaler und illegaler psychoaktiver Substanzen gehörte schon immer zur Umbruchphase des Lebens zwischen Kindheit und Jugend dazu. Unerfreulich ist aber in den letzten 30 Jahren, dass sich der Einstieg in den Konsum im Lebenslauf immer weiter nach vorne verlagert.

In vielen Fällen ist der niedergelassene Arzt der erste Ansprechpartner für besorgte Eltern. Dieses Buch will Ansätze der Vorbeugung und Behandlung in Arztpraxen aufzeigen. Fachleuten äußern sich zu Verbreitung, Diagnostik und den Konsummustern legaler und illegaler psychoaktiver Substanzen bei Kindern und Jugendlichen. Die Beiträge schlagen dabei eine Brücke zwischen der wissenschaftlichen Forschung und der Praxis und sind so konzipiert, dass sie für einen breiten Interessentenkreis wichtige und verständliche Informationen und Handlungsempfehlungen bieten.



Psychologische Gesundheitsförderung *Diagnostik und Prävention* Matthias Jerusalem, Hannelore Weber (2003)

Das Buch bietet erstmalig für den deutschen Sprachraum einen umfassenden Überblick über die wichtigsten Anwendungsgebiete der psychologischen Gesundheitsförderung. Im Mittelpunkt des Buches stehen die Diagnostik gesundheitlicher Ressourcen und Risiken, wichtige methodische Ansätze sowie vorliegende Programme zur Prävention von Risikoverhalten, zur Förderung von Gesundheitsverhalten und zur Rehabilitation bei schweren chronischen Erkrankungen.

Der Überblick über die Angebote zur psychologischen Gesundheitsförderung umfasst zum einen die Prävention von Risikoverhalten wie Alkoholkonsum, mangelnde Bewegung, Fehlernährung, Medikamentenkonsument, kritisches Sexualverhalten, riskantes Verhalten im Straßenverkehr, Stress und Rauchen. Zum andern bilden die Prävention und Rehabilitation bei körperlichen Erkrankungen wie Krebs, Neurodermitis, Diabetes, Asthma und bei kritischen Lebensereignissen weitere Schwerpunkte. In gesonderten Beiträgen wird auf Präventionsangebote für Kinder, Jugendliche, Erwachsene und ältere Menschen sowie auf psychologische Gesundheitsförderung auf der Ebene von Paaren und Familie, Schulen, Sportvereine, Betrieben und Gemeinden eingegangen.



Teamarbeit

Soziales Lernen in berufsbildenden Schulen und Institutionen
Doris Hergovisch, Ruth Mitschka, Robert Pawek (2003)

Das Buch ist geschrieben von einem Team für Teams. Zu vier Schwerpunktthemen (Selbstmanagement, Kommunikative Kompetenz, Teamfähigkeit, Qualitätssicherung) bietet es erprobte Übungen, die sich sofort umsetzen lassen, die ohne großen Aufwand und auch mit großen Gruppen durchführbar sind. Es enthält Methoden und Tipps für das Soziale Lernen mit Jugendlichen und Erwachsenen.



Diagnostische Verfahren zu Lebensqualität und Wohlbefinden

Jörg Schumacher, Antje Klaiberg, Elmar Brähler (2003)

Das Buch liefert erstmalig für den deutschsprachigen Raum eine umfassende Sammlung diagnostischer Verfahren zur Erfassung von Lebensqualität und Wohlbefinden und gibt Hinweise für die Auswahl geeigneter Verfahren sowie für den verantwortungsvollen Einsatz der Instrumente in der Medizin, der Psychologie, den Gesundheitswissenschaften sowie der Gesundheitsökonomie. Nach einer kurzen Einführung in die grundlegenden Konzepte und diagnostischen Ansätze innerhalb der Lebensqualitäts- und Wohlbefindensforschung werden 71 Erhebungsinstrumente beschrieben. Die einheitlichen Verfahrensbeschreibungen ermöglichen einen schnellen Zugang zu den wichtigsten Informationen der einzelnen Instrumente. Angaben zum Anwendungsbereich und der Bearbeitungszeit liefern wichtige Hinweise für den praktischen Einsatz des Verfahrens. Eine Kurzbeschreibung des Verfahrens gibt Auskunft über die diagnostische Zielsetzung und die verwendete Erhebungsmethodik. Weiters werden die theoretischen Hintergründe der Verfahrensentwicklung aufgezeigt.



No Drugs – No Future. Drogen im Zeitalter der Globalisierung

Günther Amendt (2003)

"No Drugs – No Future" fasst dreißig Jahre Drogenpolitik prägnant zusammen und zeichnet ein nüchternes Bild unserer Gesellschaft in der nahen Zukunft und welche Rolle Drogen – legale wie illegale – in ihr spielen werden. Am Beispiel Doping zeigt Amendt, wie Drogen als Antriebskraft und Mittel zur Steuerung und Selbststeuerung des Menschen schon jetzt zum Alltag gehören. Das Buch führt weiters eine aus der Sicht des Autors gravierende Fehlentwicklung des Globalisierungsprozesses vor Augen, und zwar den von den USA ausgehenden, sogenannten "War on Drugs". Amendt plädiert demgegenüber für ein pragmatisches Vorgehen. Da es keine endgültigen Lösungen für das "Drogenproblems" gibt, besteht nur die Perspektive, sich von der Illusion der drogenfreien Welt zu verabschieden und mit fachlich geeigneten professionellen Maßnahmen die Problematik in Grenzen zu halten. Gesellschaftspolitisch interessierten Leser/innen kann das Buch als anregende Lektüre nur empfohlen werden.



Die **Bücher** können wie ca. 16.000 andere Publikationen bei uns entliehen werden: www.kontaktco.at/bibliothek
„Jugendinfolyer“ und **Drogeninfos** für Erwachsene können telefonisch bestellt (0 512 / 58 57 30) oder via Internet heruntergeladen werden: www.kontaktco.at/download



PIB - PRÄVENTION IN BETRIEBEN

Alkoholabhängigkeit am Arbeitsplatz - der Bruch mit einem Tabu

8 % der Männer über 16 Jahre sind alkoholkrank. Bei den Frauen sind es (noch) halb so viele. Im Bereich der 20 – 30 Jährigen haben Frauen allerdings schon mit den Männern gleichgezogen.

Alkoholranke Mitarbeiter gefährden dabei sich und ihre Kollegen. Alkohol verdreifacht in etwa die Unfallgefahr und jede fünfte Person, die nach einem Unfall in die Ambulanz kommt, ist alkoholisiert. Trotzdem trinken Alkoholabhängige oft jahrelang an ihrem Arbeitsplatz, ohne dass es jemand wagt, sie darauf anzusprechen.

Darüber reden

Um Lösungen in die Wege zu leiten, ist es notwendig, über das Problem zu reden. In einem vertrauensvollen Gespräch sollte der Vorgesetzte dem Betroffenen seine Beobachtungen und Bedenken mitteilen. Wichtig ist dabei, weder überzureagieren noch die Sache zu bagatellisieren. Im Zentrum des Gesprächs sollte die abnehmende Leistung des Mitarbeiters stehen. Auf keinen Fall sollte es in eine Diskussion münden, wie viel der Mitarbeiter trinkt oder ob er alkoholkrank ist oder nicht.

Gibt es beim Betroffenen Problemeinsicht, ist der nächste Schritt ein Gespräch bei der Beratungsstelle **BIN – Beratung Information und Nachsorge**. BIN hat Beratungsstellen in allen Bezirken, wobei die Beratung anonym und kostenlos ist.

Gute Gespräche über das Tabuthema Alkohol zu führen ist natürlich nicht einfach. Es gibt dabei einige Fettnäpfchen, die man tunlichst vermeiden sollte. Nicht unwichtig sind auch begleitende Maßnahmen, um geeignete Rahmenbedingungen im Betrieb zu schaffen.

Personalverantwortliche, Vorgesetzte und Betriebsräte, die sich auf Gespräche mit alkoholauffälligen Mitarbeitern vorbereiten wollen oder sich intensiver über sinnvolle Maßnahmen zum Thema "Alkohol am Arbeitsplatz" informieren wollen, können sich für das folgende **kostenlose Seminar** anmelden:

"Alkohol am Arbeitsplatz – eine lösbare Aufgabe"

Ort: kontakt+co, Bürgerstraße 18, 6020 Innsbruck

Datum: Mai 2004

(genauer Termin wird noch festgelegt)

Anmeldung: Tel: 0512/585730



ERFOLGREICHER AUSBILDUNGS- LEHRGANG FÜR KONTAKTPERSONEN



Mag. Heribert Holzinger ist seit Anfang 2003 bei kontakt+co tätig und betreut die Kontaktpersonen. Darüber hinaus ist er zuständig für pib-Prävention in Betrieben und das Präventionsprogramm step by step.

Seit 1996 gibt es LehrerInnen und ErzieherInnen, die als Kontaktpersonen an Tiroler Berufsschulen und Landesschülerheimen tätig sind. Damals wurde auch in einer Zusammenarbeit von Landesschulrat, Landesregierung, Pädagogischem Institut und kontakt+co die Ausbildung zur Kontaktperson ins Leben gerufen.

Das Aufgabenprofil sieht dabei wie folgt aus:

- Information im Bereich Sucht und Suchtprävention
- Hilfe bei Sucht- und anderen Problemen; die Kontaktpersonen leisten

aktive Hilfe, z.B. auch die Begleitung zu Beratungsstellen

- Engagierte Stimme in Heim und Schule für betroffenen Jugendliche
- Ansprechperson für das Lehrer-/ Erzieher-/innen-Kollegium

Um neue Kontaktpersonen auszubilden, wurde nun im Herbst 2003 ein weiterer Lehrgang ins Leben gerufen und durchgeführt. 11 LehrerInnen und ErzieherInnen wurden dabei umfassend für Ihre neue Aufgabe ausgebildet. Ein Teilnehmer schildert seine Eindrücke zum Lehrgang so:



Mag. Karl Eller

Reprise zum Lehrgang

Die gegenwärtige Jugendkultur ist geprägt und gekennzeichnet von vielen bekannten und vertrauten Erkennungsmerkmalen, dennoch habe ich gerade in den letzten Jahren einen Trend wahrgenommen, dass immer mehr Jugendliche und bereits Kinder in ihrer Freizeit das verstärkte Bedürfnis verspüren, durch verschiedenste Sucht- und Aufputzmittel in einen besonders berausenden Gefühlszustand zu kommen. Dabei musste ich in vielen Gesprächen und Diskussionen mit Jugendlichen (vorwiegend Lehrlinge) feststellen, dass mir ihre Welt fremder und fremder wurde, und ich daher immer weniger Verständnis aufbringen konnte. Deshalb habe ich mich dann zur Teilnahme an diesem Lehrgang entschieden.

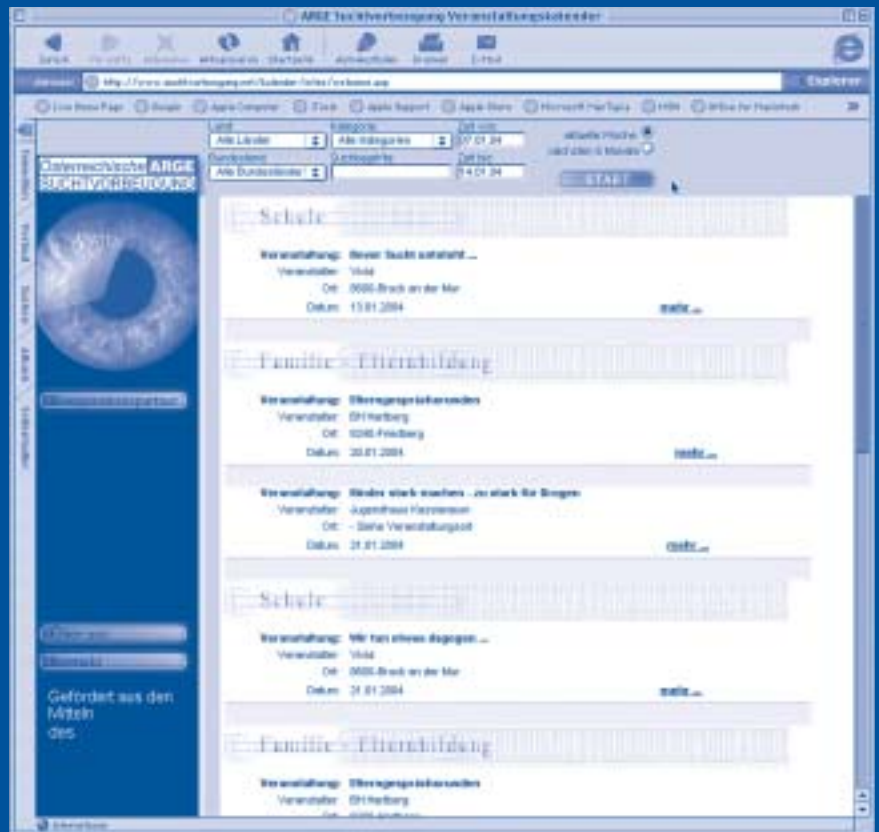
Der Lehrgang hat mich dann in mehrerer Hinsicht positiv überrascht. Ich habe dort ebenfalls Menschen getroffen, denen die neuen und durchaus besorgniserregenden

Phänomene der gegenwärtigen Jugendkultur ein besonderes Anliegen sind. Darüber hinaus wurde von der Leitung des Lehrganges eine Auswahl von Themenschwerpunkten getroffen, welche mir einen guten Einstieg in die Problematik brachte. In weiterer Folge wurden viele neue Lösungsansätze vermittelt, die mir in Zukunft die Arbeit mit jungen Menschen und ihrem Suchtmittelkonsum erleichtern werden. Die vielen guten Tipps und diversen Unterlagen haben mich auch schon veranlasst in meiner Schule aktiv zu werden. Ich freue mich schon auf die weiteren Aktivitäten von kontakt+co, weil ich überzeugt bin, dass auch in den Berufsschulen viele Chancen und Möglichkeiten liegen, um im Bereich der Suchtprävention Aktivitäten zu setzen.

Mag. Karl Eller (Berufsschullehrer)
Innsbruck, Dez. 2003

Österreichs aktuellster und umfassendster Veranstaltungskalender zum Thema Sucht nimmt seinen Betrieb auf.

Mit 1. Februar 2004 ist es soweit: Ein von den Österreichischen ARGE Suchtvorbeugung entwickelter und von den einzelnen Fachstellen für Suchtprävention betreuter Veranstaltungskalender steht allen Interessierten für Recherchen zur Verfügung. Nach Schlagworten, Regionen und zeitlichen Kriterien kann man sich einen Überblick verschaffen, was in Österreich und Umgebung fachlich läuft.



Eine Bitte hierzu in eigener Sache: Wenn Sie selbst eine thematisch relevante Veranstaltung planen und möchten, dass diese im Veranstaltungskalender aufscheint, kontaktieren Sie uns einfach (Anfragen werden jeweils bundeslandbezogen bearbeitet – ein Link zu den einzelnen Fachstellen findet sich direkt auf der oben genannten Website).

AKTION VERZICHT - DER BREMS-TEST FÜR DAS KONSUMVERHALTEN

Die Herausforderung für Kinder, Jugendliche und Erwachsene in der Fastenzeit heißt auch 2004: Für 40 Tage ganz oder teilweise auf Alkohol bzw. Süßigkeiten zu verzichten.



Einfach & gut

Der Test "sechs Wochen ohne ..." ist so einfach, dass jede und jeder gleich mitmachen kann. Und er ist gut, weil überraschend wirksam und garantiert ohne "schädliche Nebenwirkungen". Die Übung in freiwilligem Verzicht kann in erstaunlicher Weise auf eingefahrene Gewohnheiten einwirken und dazu beitragen, diese in Frage zu stellen und fallweise auch langfristig zu verändern. Scheinbar Unverzichtbares entpuppt sich unter Umständen nach einer gewissen "Entwöhnungsphase" als gar nicht so wichtig, vielleicht sogar als überflüssig. Und wenn man bei diesem Bremstest "ins Schleudern kommt", ist auch nichts Schlimmes passiert – wir befinden uns ja auf einer "Teststrecke". Ein Signal kann es allerdings

schon sein, dass man möglicherweise nicht mehr alles so im Griff hat, wie man oberflächlich betrachtet vielleicht meint. Man ist also gewarnt, auch das ist sinnvoll und gesund. Am Ende der selbst auferlegten Pause steht nicht notwendigerweise die Abstinenz, sondern vielmehr eine neue Freiheit im Umgang mit dem Genussmittel.

"Was Hänschen nicht lernt ..."

Um den Wert der Fähigkeit zum Verzicht früh bewusst zu machen, werden auch Jugendliche und Kinder angesprochen. Letztere sollen auf Süßigkeiten verzichten, zumal der regelmäßige Alkoholkonsum in diesem Alter in der Regel noch kein Thema ist. Das Lob und die wachsende Zustimmung für die **Aktion Verzicht** freut die Initiatoren. Noch mehr würden sie sich freilich über eine hohe Beteiligung freuen, denn da lassen doch immer noch die meisten gerne anderen den Vortritt. Speziell Erwachsene erwarten sich zwar vom Nachwuchs ein reges Mitmachen, ohne aber für sich selbst dies in Betracht zu ziehen. Es ist allerdings mit dem Verzicht, wie



mit vielem im Leben: Worte allein bewirken wenig, man muss tätig werden, um auf den Geschmack zu kommen, selbst die Erfahrung zu sammeln und ein Vorbild zu sein. Deshalb: Machen Sie einfach mit. Es lohnt sich.

Initiatoren und Träger der **Aktion Verzicht** sind die Katholische Jugend der Diözese Innsbruck, kontakt+co Suchtprävention Jugendrotkreuz, der Katholische Familienverband Tirol und das JUFF-Jugendreferat.

Informationen und Materialien zur **Aktion Verzicht 2004** sind erhältlich bei der Katholischen Jugend unter der Nummer 0512/2230-614 oder im Internet unter www.aktion-verzicht.at

Pillen für den Zappelphilipp?

Ein Thema kommender Jahre

Hyperaktivität und der Umgang damit ist in den letzten Jahren immer mehr ins öffentliche Interesse gerückt. Dabei werden unterschiedlichste Positionen vertreten. Auf der einen Seite des Diskussionspektrums stehen jene, für die das zappelige Verhalten von Kindern die ganz "normale" Reaktion auf die immer eingeschränkteren Bewegungsmöglichkeiten von Kindern in modernen Industriegesellschaften darstellt. Auf der anderen Seite stehen jene, die in erster Linie auf eine medikamentöse Behandlung setzen.

Im Folgenden seien kurz drei aktuelle Meldungen als unterschiedliche Blitzlichter auf die strittige Debatte zusammengestellt.

Hyperaktiv durch verändertes Gehirn?

Aktuelle Forschungsergebnisse der University of California in Los Angeles deuten darauf hin, dass das "Zappelphilipp-Syndrom", welches oft mit Konzentrationsstörungen und Aggressivität einhergeht, seine Ursachen möglicherweise in Veränderungen des Gehirns hat. Das Forscherteam hatte die Gehirne von 16 betroffenen Kindern mit einem hoch auflösenden Magnetresonanztomographen untersucht und mit den entsprechenden Bildern von 46 gesunden Kindern verglichen. Dabei fanden die Wissenschaftler tatsächlich Unterschiede: So zeigte sich, dass bestimmte Gehirnareale bei hyperaktiven Patienten deutlich kleiner waren als bei gesunden Probanden, während sich in anderen Bereichen bei den betroffenen Teilnehmern eine Zunahme an grauer Gehirnschicht belegen ließ. Besonders interessant war dabei, dass die Abweichungen nicht nur in Regionen auftraten, die die Aufmerksamkeit regeln, sondern auch in Bereichen, die das impulsive Verhalten kontrollieren. Diese Erkenntnisse könnten bei der Entwicklung effektiver Medikamente von großem Nutzen sein, ist das Forscherteam optimistisch.

Hyperaktiv durch zu wenig Schlaf

Indessen weist Michael Schredl vom Zentralinstitut für Seelische Gesundheit in Mannheim auf einen möglichen Zusammenhang zwischen vermeintlicher Hyperaktivität und Beeinträchtigungen des kindlichen Schlafes hin. Schredl zufolge leiden zahlreiche Kinder, bei denen typische Symptome wie Konzentrations- oder

R E G I O N A L & I N

Supersaufmacht USA – Neues aus dem Land der unbegrenzten Möglichkeiten

Nach einem Wett-Trinken einer Studentenverbindung ist ein 21-Jähriger aus Dallas zusammengebrochen. Zu sich genommen hatte er keinen Alkohol, sondern nur Wasser - davon aber so viel, dass der Wirtschaftsstudent ins Koma fiel. Die großen Mengen führten zu einem Lungenödem sowie einer zu niedrigen Natrium-Konzentration im Blut. Die Ärzte beurteilten Currys Zustand als kritisch.

Der Vorfall soll nun näher untersucht werden. Vorläufig hat die Universität die Studentenverbindung erneut suspendiert - dabei wurde sie erst vor ein paar Monaten wieder auf dem Campus zugelassen, nachdem sie bereits im Jahr 2000 suspendiert worden war, ebenfalls wegen ihrer Aufnahmezeremonie. "Hazing" werden solche Rituale an amerikanischen Universitäten genannt und nach Kräften bekämpft. Und just am vergangenen Freitag hatte die Universität in Dallas ihre neuen "Anti-Hazing"-Regeln veröffentlicht - wenige Stunden später trank Braylon Curry sich ins Koma.

Spiegel online, 20.11.2003

Lungenkrebsrisiko bei Raucherinnen doppelt so hoch wie bei Rauchern

Das Risiko für Lungenkrebs ist bei Raucherinnen doppelt so hoch wie bei männlichen Rauchern. Das ist das Ergebnis einer zehnjährigen Studie amerikanischer Mediziner. Die Forscher hatten die Lungen von etwa dreitausend Männern und Frauen über vierzig Jahren, die in ihrem Leben schon geraucht hatten, mithilfe von Computertomographen (CT) untersucht. Bei Frauen hatten sich deutlich häufiger kleine Tumorknoten gebildet, die zu Krebs führen können, als bei Männern, zeigte sich bei den Tests. Nach Angaben der Amerikanischen Krebsgesellschaft Amerikanische Krebsgesellschaft tötet Lungenkrebs mehr Frauen und Männer als jede andere Krebsart. Seit 1987 sterben jährlich sogar mehr Frauen an Lungenkrebs als an Brustkrebs.

Bild der Wissenschaft, 2.12.2003

War Speedy Gonzales einfach nur hyperaktiv?

Mäuse können süchtig nach ihrem Laufrad werden. Wird ihnen ihr "Sportgerät" vorenthalten, entwickeln sie ähnliche Entzugserscheinungen wie Tiere, denen Drogen wie Kokain, Morphin, Alkohol oder Nikotin gegeben wurden. Das berichten amerikanische Wissenschaftler in der Fachzeitschrift Behavioral Neuroscience. Jede Maus besitzt das Verlangen zu laufen und bewegt sich auch gerne in einem Rad. Wie stark dieses Bedürfnis ist, hängt von der Aktivierung bestimmter Nervenzellen im Gehirn ab. In einer Studie mit gewöhnlichen Mäusen und hyperaktiven Tieren liefen die übersportlichen viel schneller und auch weiter. Diese höhere Leistung sei genetisch bedingt, erklären die Wissenschaftler. Das Laufen bewirkt bei solchen Tieren eine stärkere Gehirnaktivität, aber auch eine höhere Anfälligkeit für die suchtmittelähnlichen Symptome. Ob es auch beim Menschen eine vergleichbare Sportsucht gibt, sei noch unklar, sagen die Forscher.

Bild der Wissenschaft, 1.12.2003

Anabolika-Missbrauch in der Jugend macht noch im Alter aggressiv

Anabolika-Missbrauch während der Pubertät hat möglicherweise nicht nur körperliche, sondern auch langwierige psychische Folgen. So zeigen Hamster, die während des Heranwachsens mit den künstlichen Hormonen behandelt wurden, auch lange nach dem Absetzen noch ein extrem aggressives Verhalten.

Der Botenstoff Serotonin wird auch als Glückshormon bezeichnet und beeinflusst unter anderem die Stimmungslage des Menschen. Während Pubertät und Wachstum befin-

det sich das Serotonin-System im Gehirn noch in Entwicklung. Testosteron und die chemisch eng verwandten Anabolika hemmen die Bildung der Serotonin produzierenden Nervenzellen, was schließlich zu einer dauerhaft verminderten Serotoninproduktion führt. Die anabolen Steroide werden häufig als Dopingmittel im Leistungs- und vermehrt auch im Freizeitsport eingenommen. Innerhalb der vergangenen zehn Jahre ist der Missbrauch besonders unter Jugendlichen stark angestiegen.

Bild der Wissenschaft, 25.11.2003

Sondersteuer gegen Alcopops

Die deutsche Bundesregierung ist alarmiert von dem Boom, den alkoholhaltige Limonaden, die so genannten Alcopops, zur Zeit erleben. Wegen der Gefahr für Jugendliche soll der Konsum der bunten Cocktails jetzt begrenzt werden.

In der "Berliner Zeitung" plädiert die Drogenbeauftragte der Bundesregierung, Marion Caspers-Merk, für eine Sondersteuer auf Alcopops, um den Flaschenpreis zu verdoppeln. Die Mixgetränke sähen zwar harmlos aus, eine handelsübliche Flasche enthalte aber einen doppelten Schnaps. Weil aber die Limonade den Geschmack dominiere, werde der Alkohol gar nicht bemerkt. Vor allem junge Frauen und jene Jugendlichen, die bisher keinen Alkohol mochten, würden so zum Trinken verführt.

Um den Vormarsch der Trendgetränke zu stoppen, solle Deutschland daher dem Beispiel Frankreichs folgen: Dort wurde 1997 eine Zusatzsteuer eingeführt, die den Endverkaufspreis im Schnitt verdoppelt hat. Danach sei dort der Markt für Alcopops praktisch zusammen gebrochen, erklärte die Drogenbeauftragte. Nun werde geprüft, ob sich das Modell auch auf Deutschland übertragen lasse. Noch in diesem Jahr solle eine Entscheidung getroffen werden.

Spiegel online, 24.11.2003

Teenager-Gesundheit als tickende Zeitbombe

Die British Medical Association (<http://www.bma.org>) und das Wissenschaftsmagazin New Scientist (<http://www.newscientist.com>) zeichnen ein äußerst negatives Bild vom Gesundheitszustand der jungen Generation. Nach Angaben der Experten sind die Teenager die einzige Gruppe, deren Gesundheitszustand sich in den vergangenen Jahren deutlich verschlechtert hat: knapp einer von fünf 15-Jährigen ist fettleibig, jeder Fünfte leidet auch an psychischen Problemen wie etwa Depressionen oder Essstörungen. Gründe dafür sehen die Experten in einer einseitigen Diät, zuwenig körperlicher Betätigung, exzessivem Alkoholkonsum und Drogenmissbrauch. Nach Angaben der BMA essen weniger als 15 Prozent der 13- bis 15-jährigen Mädchen die erforderliche Menge von Obst und Gemüse. Die rasche Zunahme von Fettleibigkeit wird in erster Linie dem "Fast-Food-Kult" unter den Jugendlichen zugeschrieben.

yahoo-news, 9.12.2003

Tierversuch: Ein einzelnes Gen verursacht Torkeln und Lallen?

Ein einziges Gen ist möglicherweise für die Wirkung von Alkohol im Körper von Menschen und Tieren verantwortlich. Ist das so genannte slo-1-Gen verändert, bleiben sie selbst bei großen Mengen Alkohol nüchtern. Das melden amerikanische Neurologen in der Fachzeitschrift "Cell". In einer Studie veränderten die Forscher das Erbgut von Fadenwürmern und untersuchten das Verhalten dieser Mutanten nach Alkoholkonsum. Genetisch veränderte Würmer ohne das slo-1-Gen waren vollkommen immun gegen die Droge. Mit den Ergebnissen könnten einmal neue Medikamente zur Behandlung chronischer Alkoholsucht entwickelt werden, hoffen die Wissenschaftler.

Bild der Wissenschaft, 12.12.2003

Lernschwierigkeiten auftreten, unter Schlafapnoe, einem nächtlichen Aussetzen der Atemtätigkeit. Schätzungsweise jedes fünfte Kind, das nachts schnarcht, dürfte von einem solchen Syndrom betroffen sein. Schredl fordert daher, dass bei einer Diagnose des Aufmerksamkeits-Defizitsyndroms auch etwaige Schlafstörungen abgeklärt werden sollten, und berichtet am Beispiel eines Sechsjährigen von einer deutlichen Besserung des Syndroms, nachdem die Mutter beim Kinderarzt von nächtlichen Schnarchattacken des kleinen Patienten erzählt hatte. Nach der Überweisung ins Schlaflabor wurde bei dem Jungen der wahre Grund für die Symptome erkannt: Große Mandeln und Polypen in der Nase verschlossen immer wieder die Atemwege, wodurch das Gehirn während der Nacht unter chronischem Sauerstoffmangel litt.

Hyperaktivität und Psychopharmaka – Vom Regen in die Traufe

Der US-amerikanische Schauspieler Tom Cruise hat die Pharmaindustrie für die Drogensucht von Kindern und Jugendlichen in den USA mit verantwortlich gemacht. Der Hollywood-Star sagte der deutschen Zeitschrift "Cinema": "Nicht die kolumbianischen Drogenbarone sind das Problem, sondern die Pharma-Industriellen, die Menschen drogensüchtig machen." Der 41-Jährige kritisierte, Kinder würden wegen lächerlicher Anlässe wie einem diagnostizierten Aufmerksamkeits-Defizitsyndrom mit Psychopharmaka voll gestopft. Bereits acht Millionen Kinder würden aus so genannten therapeutischen Gründen unter Drogen gesetzt, sagte Cruise. "Im Jahr 2014 sind es wahrscheinlich 40 Millionen. Dem müssen wir ein Ende bereiten." Der Schauspieler kritisierte, die Ärzte, die den Kindern die Drogen verschreiben, stünden auffallend oft in engem Kontakt zur örtlichen Pharmaindustrie. Der 41-Jährige, der mit seiner Exfrau Nicole Kidman zwei Adoptivkinder hat, setzt sich für bessere Schulen und bessere Bildung in den USA ein.

Impressum:

Herausgeber:

Jugendrotkreuz Tirol
kontakt+co Suchtprävention Jugendrotkreuz

Redaktion:

Brigitte Fitsch, Mag. Gerhard Gollner, MMag. Gregor Herrmann, Mag. Heribert Holzinger

Anschrift:

kontakt+co Suchtprävention Jugendrotkreuz
Bürgerstraße 18, 6020 Innsbruck
Tel. 0512/585730, Fax: 0512/585730-20
e-mail: office@kontaktco.at

Abonnement:

Kein Fixbetrag für das Abo. Mit einem freiwilligen Druckkostenbeitrag von Euro 3,50 unterstützen Sie die Suchtprävention in Tirol. Danke!
Bankverbindung: Tiroler Sparkasse Innsbruck
BLZ 20503 · Ktnr. 0000-078303



Nach dem Fasching kommt die Fastenzeit

Das Leben kann nicht unbegrenzt im Saus und Braus des Faschings dahingehen. Der Kampf zwischen Karneval und Fasten muss aber freilich nicht so kriegerisch ausgefochten werden, wie dies hier auf dem schönen Bruegel-Bild aus dem Kunsthistorischen Museum Wien zu sehen ist. Für viele Tiroler/innen ist die Fastenzeit auch keineswegs düster, sondern eine willkommene Konsumpause, sei es aus gesundheitlichen, religiösen oder sonstigen Gründen. Wir wünschen dabei allen, die es heuer wieder oder zum ersten Mal versuchen wollen, alles Gute – die **Aktion Verzicht 2004** bietet entsprechende Unterstützung.