

- 2 Jugendschutz wirkt
- 3 Prost, mein Baby!
- 4 Sucht 2.0
- 6 Rauchfrei-Programm
- 7 Lebenskompetenzen
- 8 Buchtipps
- 9 In eigener Sache

## Willkommen!

Früher oder später betrifft das Thema Sucht fast jede/n von uns: In der Familie, am Arbeitsplatz, im Freundeskreis. Es ist also sinnvoll, hierzu ein wenig up-to-date zu sein.

Der neue digitale Newsletter von kontakt+co informiert Sie vierteljährlich zu relevanten Fragen rund um Sucht und Prävention.

Er liefert kurze Nachrichten für das schnelle Lesen direkt am Bildschirm. Wer sich genauer informieren möchte, findet zu jedem Beitrag einen etwas ausführlicheren Text auf unserer Website.

# Jugendschutz wirkt

Testkäufe motivieren zu besserer Kontrolle

Mehr zum Thema Mystery Shopping und Detailergebnisse ...



[www.kontaktco.at/newsletter\\_2008\\_4](http://www.kontaktco.at/newsletter_2008_4)

## Engagierte Betriebe

Von den getesteten Geschäften haben **zwei Drittel** keinen Alkohol an die Jugendlichen abgegeben und damit bewiesen, dass man auf durchaus breiter Basis bemüht ist, den Jugendschutz einzuhalten und dass dies bei entsprechendem Willen auch recht gut gelingt:

Bei Spirituosen erreichen einzelne Handelsketten eine Nicht-Abgabe-Quote von **über 90 Prozent**.

## Art der Testkäufe

Die Testkäufe in Tirol wurden von Jugendlichen im Alter von 13-15 durchgeführt, wobei diese nicht älter aussehen oder auf älter gestylt sein sollten. Sie wurden bei

ihren Einsätzen von einer geschulten erwachsenen Person begleitet. Als einheitliches **Testpaket** wurde folgende „Party-Packung“ zur Kassa gebracht: 2 Energy-Drinks + 1 Flasche Wodka + 2 Packungen Partygebäck.

## Dank an die Jugendlichen

Bei der Katholischen Jugend Tirol, welche die ca. 230 Einsätze in Zusammenarbeit mit kontakt+co durchgeführt hat, zieht man eine insgesamt positive Bilanz der Aktion. Aus Sicht der Jugendlichen war es eine ebenso herausfordernde wie sinnvolle Aktion. Fälle von Beschwerden und Kritik konnte man auf Grund der guten Vorbereitung an einer Hand abzählen.

## Prost, mein Baby!

### Alkohol in der Schwangerschaft

Alkohol erreicht den Blutkreislauf des ungeborenen Kindes über die Nabelschnur und verbreitet sich rasch im ganzen Körper. Innerhalb weniger Minuten haben Mutter und Kind denselben Alkoholspiegel.

Der Abbau des Alkohols beim Ungeborenen dauert aber erheblich länger als bei der Mutter. Denn die Leber, welche für den Alkoholabbau zuständig ist, ist beim ungeborenen Kind noch nicht vollständig entwickelt.

## Fetales Alkoholsyndrom

Schädigungen, Auffälligkeiten und Entwicklungsstörungen des Kindes, welche durch übermäßigen Alkoholkonsum der Mutter während der Schwangerschaft entstanden sind, werden als Fetales Alkoholsyndrom (kurz FAS) bezeichnet.

Nach Angaben der WHO ist das FAS die häufigste nicht-genetische Schädigung des Kindes in den westlichen Industrieländern. Von unterschiedlichen Autoren wird eine Krankheitshäufigkeit von 1:300 Neugeborenen angegeben.

Mehr ...



[www.kontaktco.at/newsletter\\_2008\\_4](http://www.kontaktco.at/newsletter_2008_4)

## Wie viel darf „frau“ trinken?



Eine genaue Grenze, welche Menge Alkohol in der Schwangerschaft keinen Schaden für das ungeborene Kind hat, lässt sich nicht ziehen.

Am sichersten ist: Kein Alkohol während der Schwangerschaft!

## Sucht 2.0?

### Chancen und Gefahren von Computer und Internet



### Digital ist überall

Computer und Internet sind in unser aller Alltag präsent, meist auf eine unspektakuläre Weise. Wie bei allen technischen Neuerungen und gesellschaftlichen Veränderungen stellen sich auch rund um die „Neuen Medien“ Fragen, und es kann zu Problemen kommen.

### Abhängigkeit

„Computersucht“, „Internetabhängigkeit“, „Computerspielsucht“, ... – schon die Vielzahl an Begriffen zeigt, dass die Forschung in diesem Bereich noch nicht sehr weit gediehen ist.

Festhalten lässt sich aus heutiger Sicht:

Das Phänomen existiert, ist aber noch nicht psychiatrisch klassifiziert.

Eine Einordnung ähnlich anderen Verhaltenssuchten scheint naheliegend, „klassische“ Suchtkriterien sind anwendbar.

Nicht „der Computer“, „das Internet“, „das Computerspiel“ sind das Problem, sondern der Umgang damit. Wie bei anderen Verhaltensweisen müssen verschiedene Risikofaktoren zusammenkommen, bevor sich ein dauerhaft missbräuchliches oder problematisches Verhalten verfestigen kann.



Zur Anzahl der Betroffenen liegen keine klaren Aussagen vor, ein Blick durch die ersten Studien zeigt, dass zwischen 3% und 10% der Computer-/Internetuser betroffen sein könnten.

### Jugendliche

Studien zum Freizeitverhalten Jugendlicher zeigen, dass „mit Freunden etwas unternehmen“ (84%), „Musik hören“ (75%) nach wie vor deutlich vor „Computer spielen“ (43%) liegen (OÖ, 2006). Gespielt wird häufig im Freundeskreis.

Fast alle Jugendlichen haben zu Hause Zugang zu Computer (98%) oder Internet (92%).

Müssten sich Jugendliche für ein Medium entscheiden, würden



### Stichworte

- Jugendliche
- Elternsorgen
- Kompetenzen
- Prävention
- Risikofaktoren
- Suchtkriterien
- Ego-Shooter
- LAN-Parties
- Web 2.0



26 Prozent den Computer und jeweils 19 Prozent Fernseher und Internet wählen.

Verstärkte Internetnutzung geht bei den meisten Jugendlichen nicht – wie oft befürchtet wird – mit sozialer Isolation einher, sondern kann sogar Ausdruck besonders guter sozialer Integration sein. (Döring 2008)

Ein Teil der Sorge in der Erwachsenenwelt lässt sich vermutlich auch darauf zurückführen, dass im Schnitt eine Generationen-Kluft hinsichtlich der Kompetenz in der Nutzung „Neuer Medien“ vorliegt, die für Unsicherheit und Angst auf Seiten der älteren Generationen sorgt.

## RAUCHFREI in 7 Schritten

Ein Angebot für Betriebe

Das wissenschaftlich fundierte Seminar mit seinen Schritten - Beobachten, Verändern und Stabilisieren - bezweckt eine dauerhafte Veränderung des Rauchverhaltens.

Mehr ...



### Unterstützung

Ein großer Vorteil verhaltenstherapeutischer Gruppenprogramme besteht darin, dass der Raucher sein Ziel, mit dem Rauchen aufzuhören, gemeinsam mit anderen verfolgt. Es gelingt eher, wenn man sich gegenseitig hilft, unterstützt und motiviert. Das Seminar findet daher in Gruppen von 8 bis 12 Personen statt.

### Ablauf

In sieben Einheiten, verteilt auf 7 Wochen, setzen sich die Raucher/innen mit den Hintergründen ihres Rauchverhaltens auseinander, beginnen und stabilisieren dann ihr neues Leben als Nichtraucher.

Um die Qualität sicherzustellen, werden unsere Seminare von psychologisch oder psychotherapeutisch ausgebildeten Trainer/innen mit langjähriger Erfahrung geleitet.

### Info-Veranstaltungen

Für die Mitarbeiter/innen von Unternehmen mit mehr als 150 Mitarbeiter/innen bieten wir eine unverbindliche Info-Veranstaltung direkt im Betrieb an.

### Nächste Termine

Für heuer sind unsere Trainer/innen ausgebucht. Mit Beginn 2009 werden neue Seminare ausgeschrieben. Frühzeitige Anmeldung und Planung erleichtern die Umsetzung.

## Eigenständig werden

Das Präventionsprogramm wird allein tirolweit in über 200 Volksschulklassen umgesetzt. Die LehrerInnen haben dazu zum Großteil in ihrer Freizeit eine fundierte Einschulung absolviert und können nach eigenen Angaben auch persönlich von den erworbenen Kompetenzen im Zusammenhang mit Stressbewältigung, Kommunikations- und Konfliktfähigkeit profitieren.

### plus (Arbeitstitel)

Für die Mittelstufe (HS und AHS) ist derzeit ebenfalls österreichweit ein Programm zur Förderung wichtiger persönlicher Kompetenzen im

## Lebenskompetenzen & Suchtprävention



kontakt+co liefert ein kompaktes, professionelles Präventionsangebot für die Schule der 6-15jährigen.

**Mehr** dazu unter ...



[www.kontaktco.at/fachbereiche/schule](http://www.kontaktco.at/fachbereiche/schule)

Aufbau. **plus** trägt die Handschrift der österreichischen Suchtpräventionsstellen: Die Hinführung zu einem moderaten und eigenverantwortlichen Umgang mit den allgegenwärtigen Suchtmitteln und -verhaltensweisen zählt zu den Kernzielen des ganzheitlich angelegten und langfristigen Präventionsprogramms.

Dieses Angebot wird in Tirol derzeit in 40 Klassen umgesetzt.

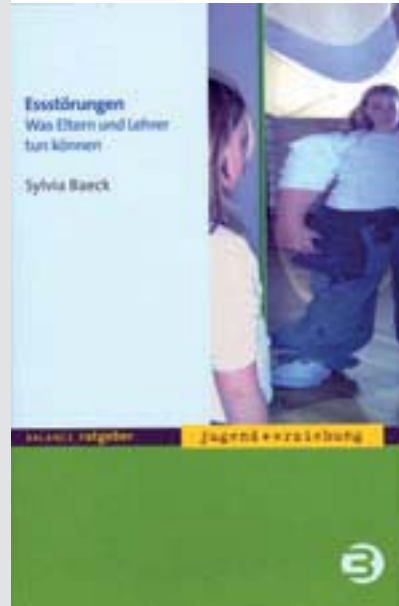
### Klasse!

... ist das dritte Glied in der Kette von Präventionsprogrammen für die Schule, es wird speziell für die Bedürfnisse der PTS optimiert.

## Essstörungen

Sylvia Baeck

Eltern fühlen sich oft ohnmächtig, wenn sie merken, dass ihr Kind unter Essstörungen leidet. Doch es gibt immer Möglichkeiten, helfend einzugreifen. Sylvia Baeck stellt in diesem Ratgeber Ursachen, Folge- und Begleiterkrankungen von Bulimie, Anorexie und der Binge-Eating-Störung dar, sowie deren Behandlungsmöglichkeiten. Eltern, Lehrer und Betroffene erhalten wichtige Handlungsempfehlungen, die sich in der langjährigen Beratungstätigkeit der Autorin als nützlich erwiesen haben.



**Online-Recherchen** in unserer Bibliothek sind auf der Website des Österreichischen Büchereiverbandes möglich:



[www.bibliotheken.at](http://www.bibliotheken.at)

## Kalter Rauch

Lothar Binding

Lothar Binding berichtet von Begegnungen mit Forschern, Lobbyisten und Medizinern. Er schreibt über Zigarettenwerbung, über die Geschichte des Tabaks und über naturwissenschaftliche, ökonomische und psychologische Aspekte des Rauchens. Wie stark dürfen die Rechte der einen die Bedürfnisse der anderen einschränken – und umgekehrt? Gastwirte und Gäste, Lobbyisten und Stadtverwaltungen, Eltern und Kinder, Ehepaare und Wohngemeinschaften – die Diskussion wird lautstark geführt. KALTER RAUCH liefert Hintergründe.



## Mitarbeiter/innen gehen, ...

Mag. Cornelia Huber und Mag. Heribert Holzinger haben aus privaten Gründen mit Anfang September kontakt+co verlassen. Wir blicken auf sehr gute und ertragreiche gemeinsame Arbeitsjahre zurück und wünschen den beiden alles Gute für Ihre weitere Zukunft.

**kontakt+co Suchtprävention Jugendrotkreuz** ist seit 1996 im Auftrag des Landes Tirol tätig. Die Fachstelle ist in der Trägerschaft Rotes Kreuz / Jugendrotkreuz eingerichtet.

### Aufgaben:

- Information, Fachberatung und Bildungsarbeit
- Servicestelle für Materialien etc
- Projekt- und Programmentwicklung
- Vernetzung und Koordination
- Qualitätssicherung
- Öffentlichkeitsarbeit

### Zielgruppen:

Familie, Schule, Jugendarbeit, Gemeinde, Arbeitswelt

## ... Mitarbeiter/innen kommen.



**Mag. Sandra Aufhammer** hat die Nachfolge für Mag. Huber übernommen. Sie betreut von jetzt an das Projekt „Wir werden Eltern“ und koordiniert das Tiroler ENCARE-Netzwerk (eine Initiative für Kinder aus suchtbelasteten Familien).



**Mmag. Harald Golser** ist unser neuer Mann für die betriebliche Suchtprävention. Ergänzend hierzu kümmert er sich um die sogenannten „Kontaktpersonen an Berufsschulen und Berufsschulheimen und ist für die Fragen rund um SMG-§13-Fälle (Suchtmittel an Schulen) zuständig.

**Impressum:** kontakt+co Suchtprävention Jugendrotkreuz | Redaktion: Dipl.Päd. Brigitte Fitsch, Mag. Gerhard Gollner, Mag. Harald Golser, Mag. Gregor Herrmann | Anschrift: Bürgerstraße 18, 6020 Innsbruck  
Tel. 0512/585730 | Fax 0512/585730-20 | [office@kontaktco.at](mailto:office@kontaktco.at) | [www.kontaktco.at](http://www.kontaktco.at)