2 Zwischenbilanz
3 Tiroler Suchttagung 2016
5 pib Potenziale
6 Polizeiliche Prävention
8 Energy Drinks
9 Aus unserer Bibliothek

ENDE gut, alles gut?

Als Suchtpräventionsstelle sind die Handlungsfelder Schule und Jugendarbeit natürlich von besonderer Bedeutung. Deshalb „tickt bei uns die Uhr“ auch mehr nach dem Schul- als dem Kalenderjahr. Wenn dann die Sommerferien vor der Tür stehen, bedeutet das für uns zumindest einen kurzen Zwischenstopp, ein kurzes Zurückblicken und Durchschnaufen, bevor dann bald wieder die Vorbereitungen für den Herbst starten.

Der Blick auf die Job-Liste (siehe nächste Seite) zeigt, dass wir summa-summarum unsere Vorhaben wieder umsetzen konnten - bis auf einen kleinen Schönheitsfehler, aber wer ist schon perfekt?

Und so können wir es ruhigen Gewissens mit den alten Lateinern halten: „Jucundi acti labores.“ Auf Deutsch: „Angenehm sind die erledigten Arbeiten.“ Wir hoffen, Ihnen geht es ebenso und wünschen einen schönen Sommer!

Rückblick Herbst 2017 – Sommer 2016

Was macht eine Suchtpräventionsstelle eigentlich so alles? Die nachfolgende kurze Auflistung von Maßnahmen aus dem vergangenen Dreivierteljahr kann vielleicht dazu beitragen, einen groben Eindruck davon zu gewinnen.

NEUES

- Prävention in Betrieben: Potenziale – unser neues Seminarangebot
- §13 SMG Handlungsmodell – Leitfaden für „Drogenvorfälle“ an Schulen
- Konsensuspapiers Cannabis – zusammen mit Fachkolleg/innen erstellt
- Aktion Verzicht wird zu „Aktion plusminus“ – Weiterentwicklung der bewährten Fastenzeitaktion
- Qualitätszirkel Glücksspiel-Sportwetten – Versuch zur Optimierung des Spielerschutzes
- pluspunkt * – Programm für die PTS – noch nicht in der Pilotphase

PROGRAMME

- Schulische Suchtinformation – mit unseren Umsetzungspartnern – über 100 Klassen erreicht
- Eigenständig werden – Prävention in der Volksschule – bislang über 200 Schulen im Programm
- plus – Lebenskompetenzprogramm – 61 Schulen erreicht, das sind mehr als 50%
- Jugendliche in AMS-Maßnahmen – Worksshops und Suchtinfo – cirka 60 Einsätze
- movin‘-Schulungen – Motivierende Gesprächsführung – 2 Seminare für Einrichtungen aus dem Sozialbereich
- Jugendschutz & ARENA – Mitwirkung an der Umsetzung – neues Infomaterial und das beliebte Elternabendangebot

PROJEKTE

- Frühe Hilfen-Projekt „Gesund ins Leben“ – ca. 70 Familienbegleitungen durch Hebammen
- Tabakpräventionsinitative – Über‘s Rauchen reden: 17 Elternvorträge in ganz Tirol

LAUFENDES | Serviceleistungen

- Fachbibliothek und Materialversand – über 40.000 Publikation zu entleihen
- Fachberatung, Homepage, Newsletter – digitaler vierteljährlicher Newsletter für 39.000 Empfänger
- Gremienarbeit und Tiroler Suchttagung – Vernetzung auf regionaler, nationaler und internationale Ebene

*** Schönheitsfehler ;-)**
Während unsere übrigen Vorhaben planungsgemäß umgesetzt wurden, verzögert sich die Entwicklungsarbeit am neuen PTS-Programm.

Sucht und Arbeitswelt

„Wir arbeiten dran …“

Um die 200 Teilnehmer/innen haben sich heuer beim mittlerweile fest im Jahresgeschehen verankerten „Szenetreffpunkt“ der Tiroler Suchthilfe eingefunden, diesmal am 2. Juni in den Räumlichkeiten der Villa Blanka. Sie erlebten eine anregende Tagung.

Arbeit – mehr als notwendiges Übel

Arbeit ist nicht immer ein Vergnügen, aber ohne Arbeit zu sein, ist für Menschen ein echtes Problem. Und das nicht nur, weil es dann am Einkommen mangelt, sondern weil arbeiten für uns wirklich wichtig ist. Menschen sind – so Prof. Geisen, der erste Referent der Tagung – arbeitende Wesen und unterscheiden sich nicht zuletzt auch dadurch von Tieren. Der Beruf schafft Identität und bedeutet eine konkrete Teilnahme am gesellschaftlichen Leben. Wer beruflich etwas leistet, erhält Anerkennung. Der oder die Arbeitslose hingegen steht außerhalb und scheint in wirtschaftlich dominierten Zeit „nichts wert“ zu sein. Insofern sind die Befähigung und die Chance suchtkranker Menschen, im Arbeitsleben (wieder) Fuß zu fassen, ein fundamental wichtiger Baustein auf dem Weg der Wiederherstellung nach der Erkrankung. In der Suchthilfe sollte diesem Thema daher künftig noch mehr Aufmerksamkeit zukommen.

Blick auf Tirol

Dr. Gerhard Wagner, wissenschaftlicher Leiter des SOFFI-Instituts Innsbruck und Autor der 2015 erschienen Studie zur Berufsintegration Suchtkranker in Tirol, fasste deren Erkenntnisse und Wahrnehmungen zusammen. Als Kernbotschaften sind zu nennen: Das Tiroler Hilfsnetz ist eigentlich recht gut entwickelt. Die zentrale Herausforderung besteht aber darin, stabilere Behandlungs- und Betreuungspfade herzustellen. Auf dem Therapie- und Rehabilitationsweg Betroffener und dem anschließenden Schritt in den (Wieder) Einstieg in die Arbeitswelt, klaffen häufig Lücken, und die erreichten Fortschritte werden dadurch leicht zunichte gemacht. Dahinter stehen einerseits komplizierte Finanzierungsfragen und andererseits eine noch ausbaufähige Kooperation zwischen den verschiedenen Hilfseinrichtungen und Unterstützungssystemen.

Meeting der BIG 4

Die im vorhin umrissenen Referat unternommene Bestandsaufnahme war als Impuls für die anschließende Podiumsdiskussion der vier großen „Player“ gedacht und wurde von diesen auch konstruktiv aufgenommen. Erfreulicherweise verschanzten sich die Vertreter/innen von AMS, Land Tirol, TGKK und Sozialministerium nicht im verbalen „Schwarzer Peter“-Spiel, sondern bekundeten ein aktives Interesse an gemeinsamen Lösungen. Diese sollen an einem dafür demnächst einberufenen **Runden Tisch** gefunden werden.

Prävention in Betrieben

Als wichtiges Ziel wurde im Rahmen der Tagung von mehreren Seiten genannt, dass suchtgefährdete Menschen durch eine frühzeitige Intervention im Arbeitsleben gehalten werden sollten. Haben sie erst einmal ihre berufliche Tätigkeit verloren, wird alles umso schwerer. MMag. Harald Golser und Prim. Dr. Christian Haring konnten mit ihrer Präsentation von „pib – Prävention in Betrieben“ veranschaulichen, dass diesbezüglich in Tirol schon seit Jahren Beachtliches geleistet wird. Immerhin haben in den letzten 10 Jahren ca. 5000 Führungskräfte aus über 300 Betrieben eine Schulung besucht. Kernelement hierbei ist ein Stufenmodell, in welchem betroffenen Mitarbeiter/innen ein klares Signal gegeben wird, dass sich etwas am (Konsum)Verhalten ändern muss. Zugleich wird aber auch eine faire Chance und konkrete Hilfe angeboten, um das auch zu schaffen.

Über den Tellerrand schauen

Das Referat von Frau Humer aus Wien lieferte ein Bild von den sehr ambitionierten Zielen des Projekts Alkohol 2020. Unter anderem soll die Erreichung alkoholgefährdeter und -kranker Personen, die derzeit bei gerade einmal 3% liegt, deutlich erhöht werden.

Ausklang am Podium

Am Ende der Tagung versammelten sich fünf Praktiker aus Tiroler Einrichtungen zum Versuch eines gemeinsamen Fazits. Bestimmend war hierbei die Hoffnung, dass die positive und kooperative Grundstimmung der Veranstaltung über diese hinaus wirksam wird und dazu führt, dass aus Worten Taten werden. Der Runde Tisch ist ein guter erster Schritt, ein daraus entstehendes Tiroler Pilotprojekt wäre nicht nur zu wünschen, sondern auch realistisch.

Start für pib-Potenziale

Am 28.4.2016, dem Welttag für Sicherheit und Gesundheit am Arbeitsplatz, fand nach längerer Planungs- und Vorbereitungszeit der erste Workshop **pib-Potenziale** statt. Wir können vom gelungenen Stapellauf berichten.

Mit dem neuen Seminarangebot wird dem Umstand Rechnung getragen, dass bis dato in unseren Workshops und Seminaren der Fokus auf der Frühintervention bei Auffälligkeiten und Problemen lag und somit weniger im Bereich eigentlicher Prävention, d.h. bevor überhaupt Probleme evident werden.

Zentrale Zielsetzung dieses neuen Workshops ist die Unterstützung und Sensibilisierung von Führungskräften im Sinne des Entdeckens von Präventionspotenzialen im Betrieb und des Nutzbarmachens für die Gesundheit der MitarbeiterInnen.

Das Seminar gibt einen Überblick zu den Handlungsfeldern und Zusammenhängen der betrieblichen Gesundheitspolitik. Ergänzend werden externe Unterstützer in Tirol vorgestellt. Dieser Nutzen wurde von den TeilnehmerInnen besonders betont und rückgemeldet.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt in der Reflexion der eigenen Rolle im Sinne gesunder Führung und die „Überprüfung“ der persönlichen Einstellung punkto eigener und betrieblicher Gesundheit. Daran anknüpfend wird die Bedeutung der innerbetrieblichen Kommunikation als Grundlage für „gesunde Gespräche“ bzw. eine wertschätzende Gesprächskultur beleuchtet.

Das Seminar wurde von den Teilnehmern/innen durchwegs positiv bewertet, mit Attributen wie „nützlich“ und „hilfreicher Überblick“.

Eindeutig zu erkennen war auch das Anliegen der Teilnehmer/innen, aus dem Erfahrungsaustausch mit anderen Betrieben zu profitieren. Dem Wunsch wird in den künftigen Workshops verstärkt Rechnung getragen, und zwar in Form einer Zusammenschau zu Gesundheitsaktivitäten und Erfahrungen der Betriebe.

Ab 2017 werden jährlich zwei betriebsübergreifende, kostenlose Potenziale-Workshops angeboten.
Das Herbstseminar 2016 ist fast ausgebucht. Darüber hinaus sind zwei **Vertiefungsseminare** in Vorbereitung:

Das Tiroler Modell
kostenlos

Angebote der institutionellen Helfer in Tirol (Evaluierung arbeitsbedingter psychischer Fehlbelastungen, GesundheitsCheck für Unternehmen und BGF-Beratung)

Gesundheitsorientierte Kommunikation
kostenpflichtig

jährliches Mitarbeitergespräch mit gesundheitsspezifischen Fragen, anerkennender Erfahrungsaustausch, Fürsorgegespräch und Stufenplangespräche

Die Polizei - dein Freund und Partner

Die Polizei ist für uns ein seit vielen Jahren verlässlicher Partner, insbesondere gilt das für die schulische Suchtinformation. Das zu Ende gehende Schuljahr bietet Anlass zu einer kurzen Bestandsaufnahme.

Handlungsfelder polizeilicher Präventionsarbeit

Im Schulbereich ist die Polizei vor allem in zwei Bereichen tätig: In der **Gewalt- und der Suchtprävention.** Die Durchführung der Einsätze wird von Präventionsbeamt/innen wahrgenommen. Es handelt sich dabei um Polizistinnen und Polizisten, die vom Bezirkskommando hierfür ausgewählt werden, nach Möglichkeit auch unter Berücksichtigung des persönlichen Interesses, im diesem Feld tätig zu sein.

Professionalisierung der Tätigkeit

Während früher die Einsätze in recht unterschiedlicher Weise durchgeführt wurden, durchlaufen die Präventionsbeamt/innen heutzutage vorbereitende Schulungen und setzen dann auch standardisierte Programme um. An die Stelle engagierter Einzelkämpfer setzt man heute auf ein breiter aufgestelltes Team, und es wird Wert auf inhaltliche Übereinstimmung gelegt. In etwa 20 Präventionsbeamt/innen stehen mit gewissen zeitlichen Ressourcen für die Gewaltprävention zur Verfügung, ungefähr dieselbe Zahl für die Suchtprävention, wobei einzelne auch in beiden Bereichen tätig sind.

POLIZEI

Breites Angebot

Es laufen Programme zur Gewaltprävention (Click & Check, Allright, u.a.), und jedes Jahr findet die „Jugend OK"-Aktion mit einem Themenschwerpunkt statt.
In der Suchtprävention ist die zentrale Maßnahme die Mitwirkung am Programm der **Schulischen Suchtinformation**. Die Polizei ist hier gemeinsam mit Schulärzt/innen und Suchtberater/innen im Rahmen von Klasseneinsätzen tätig. 120 Schulklassen (der 8. Schulstufe) wurden im Rahmen dieses von kontakt+co koordinierten Programms im vergangenen Schuljahr aufgesucht.

Zählt man die gewaltpräventiven Einsätze hinzu, ergibt sich die beachtliche Zahl von jährlich mehr als **300 Klassen** und hochgerechnet ca. 7500 Schüler/innen.

Gute Zusammenarbeit

Standen sich in den Frühzeiten der Suchtprävention die unterschiedlichen Berufsgruppen, d.h. Polizei, Suchtberatung, Medizin, eher noch „wie Hund und Katz“ gegenüber, ist mittlerweile Verständnis und Wertschätzung für die jeweilige Rolle und Aufgabe gewachsen, Konflikte und Animositäten gehören der Vergangenheit an, und die Partner bringen ihre jeweilige Eigenart und Kompetenz in das Gesamtpaket ein.

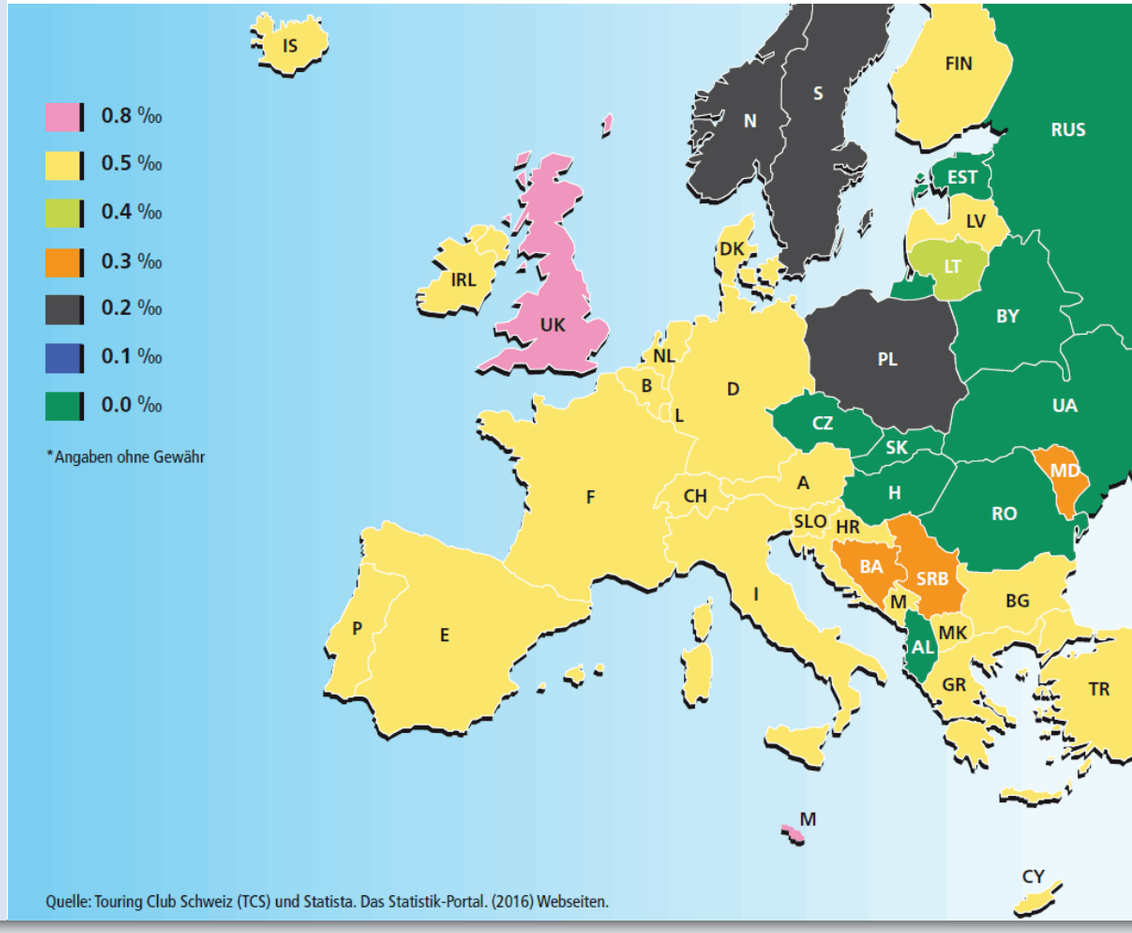
Klare Sache

Im Fall der Polizei ist es unter anderem eine klare Orientierung über die rechtliche Lage im Zusammenhang mit legalen und illegalen Substanzen. Dass es einiges gibt, an das man sich nicht nur halten kann, sondern auch muss, ist gerade angesichts einer Gesellschaft, die immer mehr von Beliebigkeit, Flüchtigkeit und Unverbindlichkeit bestimmt ist, für Jugendliche durchaus von Belang. Die durchwegs positiven Feedbacks belegen, dass klare Worte bei Heranwachsenden oft besser ankommen, als wir Erwachsene das zumeist annehmen.

Hinweis für Schulen: Die Ausschreibung der Klasseneinsätze für das Schuljahr 2016/17 erfolgt im September.

Promillegrenzen in Europa

Wer motorisiert in die Ferien reist oder im Ferienland ein Auto oder Motorrad mietet, sollte die geltenden Promillegrenzen kennen. Unsere Kolleg/innen von „Sucht Schweiz“ haben dazu eine aktuelle Übersicht erstellt.
Wer auf Nummer sicher gehen will, verzichtet vor dem Fahren ganz auf Alkohol.



Quelle: Touring Club Schweiz (TCS) und Statista. Das Statistik-Portal. (2016) Webseiten.

Müllvermeidung

Draußen und Drinnen

Zubringerstraßen in die Städte sind oft von Müll gesäumt. Es fällt auf, dass vorzugsweise zwei Dinge gern auf die Schnelle durch das Autofenster entsorgt werden, und dies mit großem Abstand vor allen anderen Produkten:
Das sind zunächst leere Zigarettenschachteln und an zweiter Stelle Dosen von Chemiemixgetränken, schmeichelhaft als **Energy Drinks** bezeichnet.

Was sagt uns das über deren frühere Besitzer/innen? Offenbar geht bei diesem Konsumtyp die „Innenweltverschmutzung“ Hand in Hand mit der Umweltverschmutzung. So wie man kurzer Hand und impulsiv („ich brauch‘ das jetzt einfach“) gesundheitsschädigende Stoffe in seinem Körper ablädt, wird das Behältnis derselben gedankenlos „wo man geht und steht“ in der Umgebung verstreut. Mit sich und der Umwelt achtsamer umzugehen, wäre auf alle Fälle gut.

Zurückhaltung in Bezug auf Energy Drinks ist aber auch aus speziellen Gründen sinnvoll.

Überzuckert

Auffallend ist der hohe Zuckergehalt. Für Erwachsene empfiehlt sich: Nicht mehr als 50 Gramm Zucker pro Tag. Mit dem Konsum von zwei Dosen Energy Drinks wird diese Grenze überschritten. Zu viel Zucker kann zu Diabetes und Übergewicht führen.

Tempomacher

Besonders heikel ist die Mischung von Energy Drinks mit Alkohol: Koffein und Zucker putschen auf und überdecken die Wirkung des Alkohols, was rasch zu einem übermäßigen Alkoholkonsum führen kann. Konzentration und Reaktion bleiben auf der Strecke; die Risikobereitschaft steigt.

Unerwünschte Nebenwirkungen

Kritisch ist der übermässige Konsum. Zu viel Koffein (mehr als 400mg pro Tag) kann zu Schlafstörungen, Angstzuständen und Herzrasen führen. Insbesondere Jugendliche sollten am Tag nicht mehr als 100mg Koffein zu sich nehmen.

Inhaltsstoffe (250ml-Dose)
Koffein (rund 80 mg, entspricht ca. zwei Tassen Espresso), 25-30 Gramm Zucker (ca. 6-9 Würfel), Taurin (sorgt für die schnellere Aufnahme des Zuckers), Vitamin B.

Zeitschrift Suchttherapie (2016) Themenschwerpunkt Cannabis

Cannabis ist nicht nur die seit Jahrzehnten mit Abstand am weitesten verbreitete illegale Substanz, sondern bekanntlich in einer wachsenden Zahl von Ländern mehr oder weniger legal (die Regulationsmodelle sind unterschiedlich). Insbesondere die Entwicklung in den USA, die dort von Colorado aus Kreise zieht, wird von Fachleuten in Europa aufmerksam verfolgt. Die aktuelle Ausgabe der Zeitschrift „Suchttherapie“ zieht mit einem Schwerpunktheft eine Zwischenbilanz. Ausgehend von einem Blick in die USA wird auch die rechtliche Situation in Deutschland diskutiert und bewertet. Ergänzend widmen sich Fachbeiträge unterschiedlichen Themen, wie z.B. dem Cannabisrausch, dem medizinischen Einsatz von Cannabis sowie der Frühintervention, Beratung und Behandlung bei Cannabisstörungen.

Tagungshinweis

Suchttagung Fokus Jugendalter

Frauen-Kopf-Klinik, Hörsaal 3, Anichstraße 35, 6020 IBK

Freitag 30. September 2016 | 10:00 - 17:30

Programm und Anmeldungsformular (siehe Homepage/Seitenende)

http://psychiatrie.tirol-kliniken.at/page.cfm?vpath=psychiatrie-iv/fortbildungen

Online-Recherchen in unserer Bibliothek: www.kontaktco.at/bibliothek

Verleih aller Bücher und Zeitschriften kostenlos!

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

Impressum: kontakt+co Suchtprävention Jugendrotkreuz
Mag. Sandra Aufhammer, Dipl.Päd. Brigitte Fitsch, Mag. Gerhard Gollner, MMag. Harald Golser, MMag. Gregor Herrmann
Anschrift: Bürgerstraße 18, 6020 Innsbruck
Tel. 0512/585730 | Fax 0512/585730-20
office@kontaktco.at | www.kontaktco.at