



- 2 Newsletter NEU
- 3 AKTION plusminus 2024
- 4 Hilfe für Kinder
- 5 Neue Gesichter bei kontakt+co
- 6 ready4life Preisverleihung
- 7 Suchtprävention und Jugendarbeit
- 10 Bye bye Suchtprävention
- 11 Veranstaltungshinweise

The Times They Are A-Changin' - Personen und Dinge auch.

In der Regel stellen wir uns nicht in den Mittelpunkt. Aber keine Regel ohne Ausnahme. Derzeit ändert sich bei uns einiges. Auch der aktuelle Newsletter ist der letzte seiner Art. Was Ihnen der neue bietet, erfahren sie gleich auf der nächsten Seite.

Bestellen können Sie ihn aber ganz einfach schon jetzt mit einem Klick auf den unten stehenden Link. Und wenn er Ihnen dann doch irgendwann nicht mehr zusagt, ist er ebenso rasch wieder abbestellt.

www.kontaktco.at/newsletter

Wir würden uns jedenfalls sehr freuen, wenn Sie dieses Angebot nutzen würden. Über die Themen Sucht und Suchtprävention in Tirol gut informiert zu sein, ist allein schon ein Beitrag für einen besseren Umgang mit dieser Problematik und ein Schritt zu ihrer Entschärfung.

Ihr kontakt+co-Team



Newsletter Sucht+Prävention „goes Mail“

Nach über 20 Jahren, 86 Ausgaben und 1142 Seiten wird unser zunächst gedruckter und seit 2007 als PDF verteilter Newsletter ab kommendem März als Mail versandt.

Im Gegensatz zu der sonstigen Medienberichterstattung, die im Buhlen um Leserschaft zum Thema Sucht durchwegs auf skandalisierende Negativbotschaften setzt, sind wir um sachliche, ausgewogene Information bemüht, und wir lassen auch das Positive nicht unter den Tisch fallen, nur weil es vielleicht nicht so spannend ist, wie die nächste Schreckensmeldung. Dass „Tiroler Jugendliche wahllos zu Drogen greifen“, wie kürzlich der ORF in einer Schlagzeile getitelt hat, trifft zwar auf die ca. 120 jungen Leute zu, die auf Grund ihres Mischkonsum in den vergangenen beiden Jahren leider an der Universitätsklinik gelandet sind, aber nicht auf die gut 50.000 Gleichaltrigen, die genau das eben NICHT tun.

Wenn Sie wissen wollen, was zum Thema Sucht und Suchtprävention wirklich Sache ist, nutzen Sie einfach unser Info-Angebot: 8 x im Jahr kompakte und korrekte Kurznachrichten zur Situation in Tirol und Umgebung.

>>>> www.kontaktco.at/newsletter <<<<<

Viele machen mit - bist du heuer auch dabei?

Am 14.2. beginnt wieder die Fastenzeit, heuer mitten in den Semesterferien. Während Einzelpersonen und Familien „gleich loslegen“ können, werden die Aktivitäten in den Kindergärten und Schulen erst ein wenig später starten. Jedes Jahr beteiligen sich über 200 von diesen an der **AKTION plusminus**. Sie setzen sich mit dem eigenen Konsumverhalten auseinander (viele Erwachsene verzichten in dieser Zeit z.B. auf Alkohol) oder überdenken bzw. probieren in der Gruppe oder Klasse, was sie zu ihrem Vorteil an ihrem alltäglichen Verhalten ändern könnten. Damit üben wir uns in einer Fähigkeit, die wir wie kaum eine andere für eine gute Zukunft brauchen werden.

Der Fastenstrauch für die Familien



**BRAUCHEN wir, was wir haben?
HABEN wir, was wir brauchen?**



www.fastenzeit.jetzt



Aktionsplakat für die Volksschule



Aktionsplakat Kindergarten



Gestärkte Eltern - starke Kinder

Jeder dritte Mensch in Österreich ist zumindest einmal in seinem Leben von einer psychischen Erkrankung oder psychischen Krise betroffen. Das bedeutet, dass in jeder Kindergartengruppe bzw. in jeder Schulklasse mindestens ein Kind ist, dessen Mutter oder Vater an psychischen Problemen leiden.

Psychische Belastungen, egal in welcher Form, haben Auswirkungen auf den Familienalltag. Gerade für Kinder und Jugendliche können diese Zeiten besonders schwierig sein. Eltern müssen diese Herausforderungen nicht alleine meistern. Professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen, ist in solchen Situationen sehr hilfreich. Es gibt ein vielfältiges Unterstützungsangebot für Eltern, für ihre Familie und ihre Kinder – in unterschiedlichen Formen.

Um einen einfachen, kostenlosen und raschen Zugang zu diesen Angeboten zu ermöglichen, bieten einige dieser Einrichtungen nun gemeinsam eine **Info-Sprechstunde** für betroffene Eltern und deren Angehörigen an. Themen können sein:

- mögliche Auswirkungen aufgrund der psychischen Erkrankung auf die Kinder
- eine altersgerechte Aufklärung der Kinder im Umgang mit der Erkrankung
- Unterstützungsangebote für die Kinder und deren Familien in der Region Innsbruck

Termine

Mo 26.2.

Mi 20.3.

Mo 22.4.

Mi 22.5.

Mo 24.6.

Mi 24.7.

Mo 26.8.

Mi 25.9.

Mo 28.10.

Mi 27.11.

Mo 16.12.

Sie haben Kinder und erleben sich psychisch belastet ...?
Was kann ich tun, damit es meinen Kindern trotzdem gut geht?

Infos und Unterstützung für Eltern und Kinder bietet die **monatliche Sprechstunde** an der Univ.-Klinik Innsbruck.

vertraulich | kostenlos | anonym
Keine Anmeldung erforderlich!

Univ.-Klinik Innsbruck | Haus 6 – Eingang A
Besprechungsraum EG 6-G0-048 | **16:00-18:00**





Liebe Newsletter-Leser:innen,

mein Name ist **Barbara Strele** und ich freue mich sehr darauf, ab jetzt die Leitung der kontakt+co Suchtprävention Jugendrotkreuz zu übernehmen. Nach einigen Jahren beim Roten Kreuz im Bereich „Flucht und Migration“ freue ich mich über die Möglichkeit, mich dieser neuen Herausforderung zu stellen. Meine Erfahrungen in den Bereichen Krisenintervention und systemischer Beratung haben mir gezeigt, wie wichtig präventive Arbeit ist.

Mein Weg hierher war geprägt von der Überzeugung, dass proaktive Unterstützung und Bildungsarbeit essentiell sind, um langfristige positive Veränderungen in unserer Gesellschaft zu bewirken. Als Traumapädagogin und traumazentrierte Fachberaterin möchte ich auch diese Perspektive vermehrt einbringen.

In meiner neuen Funktion bei kontakt+co ist es für mich zentral, weiterhin bestehende Programme und Maßnahmen zusammen mit Kolleg:innen und Mitstreiter:innen flächendeckend implementieren zu können und innovative und effektive Programme zur Suchtprävention zu entwickeln und umzusetzen.

Ich glaube fest daran, dass durch Bildung, Sensibilisierung und die Förderung von Resilienz und Kohärenz eine nachhaltige Wirkung erzielt wird. Mein Ziel ist es, dass kontakt+co auch weiterhin eine offene und inklusive Plattform für Dialog und Lernen bleibt. Ich freue mich besonders auf den Austausch und die Vernetzung mit den Akteur:innen im Bereich.

Ich übernehme die Agenden von Gerhard Gollner, der nach über 34 Jahren im Dienste der Suchtprävention in den wohlverdienten Ruhestand tritt. Ich bin dankbar für die großartige Arbeit, die er und die Mitarbeiter:innen geleistet haben, um kontakt+co zu einer so wertvollen Einrichtung zu machen.

Ich bin gerne für Sie erreichbar und hoffe auf viele persönliche Kontakte.

barbara.strele@kontaktco.at
0512 585730-12

Das neue Gesicht im Sekretariat von kontakt+co

Wie in vielen Betrieben ist das Sekretariat auch für kontakt+co ein Herzstück zur Bewältigung der vielfältigen täglichen Aufgaben. Der Mensch, der dort sitzt, ist wichtig als Drehscheibe im Inneren und als Brücke zwischen Innen und Außen. Deshalb sind wir sehr froh, dass dieses nun seit Anfang des Jahres wieder bestens besetzt ist.



Ob Sie nun Informationsmaterialien brauchen, sich für eine unserer Veranstaltungen anmelden möchten oder sonst eine Frage haben, mit **Barbara Volgger-Schmid** steht Ihnen nun wieder eine freundliche und kompetente Ansprechpartnerin zur Verfügung.



ready4life ist eine suchtpräventive Coaching App für Jugendliche und junge Erwachsene.

Stress und Konflikte sind Teil der jugendlichen Lebensphase und stehen oft in Zusammenhang mit Substanzkonsum und problematischem Verhalten.

ready4life unterstützt Jugendliche und junge Erwachsene in der Bewältigung von Stresssituationen und gibt Informationen, um im Sinne der Gesundheitsförderung einer möglichen Suchtentwicklung vorzubeugen.

ready4life ist freiwillig, anonym und kostenlos.

Rechts im Bild die beiden Gewinner:innen sowie Mag. Harald Golser, der das Pilotprojekt bei kontakt+co koordiniert, und Mag. Armin Staffler, der die Schulungen in den Berufsschulen durchgeführt hat.



Die App bietet zu folgenden **Themen** Unterstützung an:

Stress, Sozialkompetenz, Alkohol, Nikotin, Cannabis sowie Internet und Smartphone.

Jugendliche haben zudem die Möglichkeit, im Expertenchat anonym Fragen zu stellen.

Bei den Community-Ideas können die Teilnehmer:innen sich gegenseitig Tipps geben (z.B. im Umgang mit Stress).

Innerhalb eines Jahres haben in Österreich über 4.000 Jugendliche teilgenommen.

Darunter waren auch ca. 180 Lehrlinge, die in Tirol an einem Pilotdurchgang beteiligt waren. Die besten wurden mit einer Urkunde und Preisen prämiert.

Der erste Platz ging an **Umut Kocak**, der zweite Platz an **Ashley Milena Binder**. Beide besuchen die TFBS Handel und Büro in Innsbruck.

Wir gratulieren herzlich!



act it

Forumtheater

Prävention und Jugendarbeit

IT'S UP

2U

Prävention mit Jugendlichen

JOIN 2GETHER
Coaching

Prävention und Jugendarbeit

**STEPPING
STONES**

Prävention und Jugendarbeit

kontakt+co hat in der suchtpreventiven Jugendarbeit einiges zu bieten. **Armin Staffler**, der dieses Angebot über viele Jahre hinweg aufgebaut hat und ab jetzt bei uns den Fachbereich Familie übernimmt, übergibt nun an **Jonas Huser**. Auf den nächsten Seiten werfen die beiden einen Blick zurück und nach vorne.

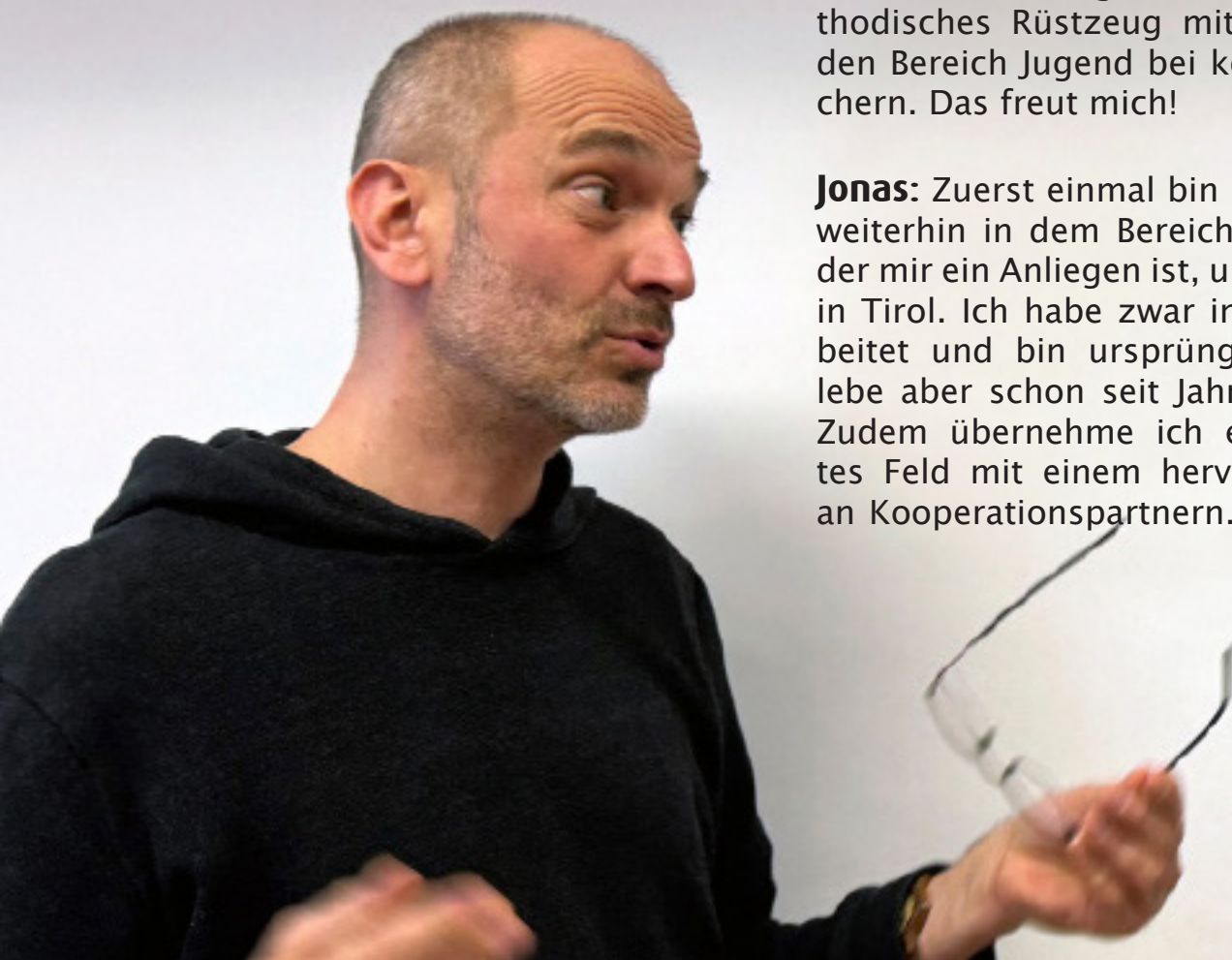
Armin: Geht es um Suchtprävention, kommen vielen Menschen vor allem „Jugendliche“ in den Sinn. Dabei gibt es „die Jugendlichen“ gar nicht. Die Fragen und Bedürfnisse waren ganz unterschiedlich, und das, was ich bei meinen Einsätzen in Jugendzentren, Wohngemeinschaften, in Schulen oder in Lehrbetrieben von ihnen lernen durfte, ist in unsere Angebote eingeflossen. Profitiert haben davon hoffentlich die erwachsenen Teilnehmer:innen in den Multiplikator:innen-Fortbildungen,

weil diese im Juze, der WG oder der Schule viel näher dran und relevanter sind, als ich, der ich vielleicht einmal für einen Workshop vorbeikomme.

Mit den Jugendlichen war es mir immer wichtig, erfahrungs- und erlebnisorientiert auf ihre Fragen und Probleme einzugehen. Mein Zugang war stark von theater- und spielpädagogischen Methoden geprägt. Jonas, du bringst mit deiner jahrelangen Erfahrung in der Suchtprävention die gleiche Grundhaltung, aber ein anderes methodisches Rüstzeug mit. Auch das wird den Bereich Jugend bei kontakt+co bereichern. Das freut mich!

Jonas: Zuerst einmal bin ich froh, dass ich weiterhin in dem Bereich tätig sein kann, der mir ein Anliegen ist, und das noch dazu in Tirol. Ich habe zwar in Garmisch gearbeitet und bin ursprünglich aus Bayern, lebe aber schon seit Jahren in Innsbruck. Zudem übernehme ich ein gut etabliertes Feld mit einem hervorragenden Netz an Kooperationspartnern. Der Kontakt mit

Lukas und Martina von der Plattform Offene Jugendarbeit Tirol (POJAT) war gleich sehr herzlich und gleichzeitig professionell. Wir teilen auch die Sicht, dass die Frage, welchen Platz Jugendliche in unserer Gesellschaft haben, für die Prävention eine ganz wesentliche ist. Verhaltensprävention bei Jugendlichen ergibt nur dann Sinn, wenn ich mir gleichzeitig die Verhältnisse in der Gemeinde, im Jugendzentrum, in ihrem Alltag anschau und da eine gesundheitsförderliche Umgebung schaffe.



Armin: Danke, dass du Lukas und Martina nennst. Das gibt mir die Gelegenheit, mich bei den beiden und gleichzeitig allen zu bedanken, die in den letzten 15 Jahren mit kontakt+co und mir zusammengearbeitet haben.

Ich habe eine Tirol-Karte, wo ich markiere, wohin mich diverse Anfragen geführt haben. Da gab es Forumtheater-Projekte zwischen Assling und Höfen und Workshops von Kufstein bis Serfaus und fast überall dazwischen. Die theaterpädagogischen Projekte werden ja weiterhin bei mir bleiben, alle anderen Angebote im Jugendbereich übernimmst aber du.

Jonas: Genau. Ich durfte mich bereits mit allen Workshop-Formaten und Fortbildungen vertraut machen. Und was für dich die Theaterpädagogik ist, ist für mich die Erlebnispädagogik und zum Teil auch die Medienpädagogik. Ich darf das Bewährte beibehalten, um darauf aufbauend dann eigene Schwerpunkte zu setzen.

Und wenn ich Fragen habe, du bist ja nicht aus der Welt, sondern sitzt ein paar Schritte entfernt im Büro daneben :-)

Armin: Ja, wir bleiben in Kontakt (und co :-)) Das betrifft auch meinen neuen Fachbereich Familie, der bei Jugendlichen naturgemäß eine große Rolle spielt. Ich betrachte das Thema jetzt einfach aus einer anderen Perspektive, und da wird es speziell für Eltern auch neue Angebote geben, vom Webinar „elternfragen.jetzt“ über „Medium Mensch“ bis hin zu den klassischen Angeboten eines Elternabends. Ich freu mich drauf!

Jonas und Armin: In diesem Sinne wünschen wir einander und uns mit euch weiterhin eine gute Zusammenarbeit im Sinne der Jugendlichen, der Familien und der Suchtprävention in Tirol!



„Angenehm sind die erledigten Arbeiten.“

Marcus Tullius Cicero, 106-43 v. Chr.

Hinter mir liegen nun fast 35 Jahre Arbeit in der Suchtprävention, vor mir noch eine Woche bis zur Pension. Die Bilanz?

Suchterkrankungen sind eine nicht aus der Welt zu schaffende Begleiterscheinung der Leistungs- und Konsumgesellschaft unserer Zeit. Die Suchtprävention ist aber zumindest ein wirkungsvoller Ansatz, um diese Problematiken zu entschärfen. Es braucht dafür allerdings Menschen mit einem langen Atem, weil Fortschritte nur über lange Zeiträume hinweg zu erzielen und zu erkennen sind. Die Erfolge sind jedoch nachweislich da, und das ist ein sehr schöner Lohn für all die Anstrengung.

Und noch eines kann ich festhalten, wenn ich die heutige Situation mit jener vergleiche, in der unsere Arbeit Anfang der 90er-Jahre begonnen hat: Der Umgang mit Suchtproblemen und nicht zuletzt mit den Suchtkranken hat sich eindeutig in einem guten Sinne verändert. Das alleine ist nicht selbstverständlich und nicht wenig.

Ich hatte das Glück in einem Beruf zu landen, in dem nach meiner Erfahrung überdurchschnittlich viele engagierte, kluge

und hilfsbereite Menschen tätig sind. Ihrer kollegialen Unterstützung verdanke ich Vieles, um nicht zu sagen das Meiste, das in dieser Zeit an Gutem entstanden ist.

Ich kann und möchte hier keine Namen aufzählen, aber zumindest meine engsten Mitarbeiter:innen hervorheben.

Sie waren und sind wunderbare Menschen und Kolleg:innen, die sich unermüdlich mit Überzeugung, hoher Fachkompetenz und Feuer für die Sache eingesetzt haben und dies, wie ich mir sicher bin, weiterhin tun werden.

Zu erwähnen sind natürlich auch die vielen freundlichen Menschen im Jugendrotkreuz und beim Roten Kreuz, die uns in unserer Arbeit tatkräftig begleiten.

Und dann sind da noch die erfreulicherweise wirklich sehr zahlreichen Unterstützer:innen Land-auf-Land-ab in den Schulen, in der Jugendarbeit, in den Betrieben und Behörden, den Gemeinden und Vereinen, im Gesundheits- und Sozialbereich, in der Suchthilfe und bei der Polizei und – ja, auch – in der Politik.

Ohne alle diese **Co**mpagnons gäbe es kein **kontakt+co**, sondern nur „kontakt“, und damit allein ließe sich in der Prävention eigentlich so gut wie gar nichts ausrichten.



Gerhard Gollner auf dem Weg in die Pension

Euch allen möchte ich ganz herzlich danken – für euer Wohlwollen, eure Mitwirkung und euren Einsatz!

Save the Date

Psychosoziale Versorgung Tirol

11. Tiroler Suchttagung

Jugendliche unter Druck

Aufgabe und Herausforderung für das Hilfesystem

19. Juni 2024, 09.00 – 16.30 Uhr
Haus der Begegnung, Innsbruck

SAVE THE DATE 20 JAHRE CARAVAN

caravan
leben statt betäuben

Arbeit und Abhängigkeitserkrankung

Donnerstag, 16. Mai 2024 · 9–16 Uhr

Congress Innsbruck, Rennweg 3, 6020 Innsbruck

Die Einladungen mit allen Informationen zu Programm und Anmeldung folgen beizeiten.

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
MMag. Harald Golser, Dipl.Päd.in Simone Heller,
MMag. Gregor Herrmann, B.A. Jonas Huser,
Mag. Armin Staffler, B.A. Barbara Strele
Anschrift: Bürgerstraße 18, 6020 Innsbruck
Tel. 0512/585730 | Fax 0512/585730-20
office@kontaktco.at | www.kontaktco.at