

STARK BLEIBEN. Für ein Leben ohne Sucht.



- Kampagne zur Gesundheitsförderung und Suchtprävention älterer Menschen
- Zielgruppe sind ältere Menschen im Übergang vom Beruf in den Ruhestand sowie Seniorinnen und Senioren
- Schwerpunkte liegen auf dem Umgang mit Alkohol und Medikamenten, Risiken und möglichen Wechselwirkungen
- „STARK BLEIBEN“ ist ein Modul der NRW-Landeskampagne „Sucht hat immer eine Geschichte“ des Ministeriums für Arbeit, Gesundheit und Soziales NRW



- Mehr Infos: www.stark-bleiben.nrw.de

Kontakt und Förderung



Armin Koepe
Juliane Prinz
STARK BLEIBEN. Für ein Leben ohne Sucht.
www.stark-bleiben.nrw.de



- Konzeptentwicklung
g!nko Stiftung für Prävention
www.ginko-stiftung.de

Mit freundlicher Unterstützung der Gesetzlichen Krankenkassen (GKV NRW)

MoKuSen

**Motivierende Kurzintervention
mit Seniorinnen und Senioren**

Fortbildung in Gesprächsführung

für professionell und ehrenamtlich in der Altenhilfe/ Seniorarbeit tätige Personen aus unterschiedlichen Praxisfeldern

Situation



- Suchtprobleme im höheren oder hohen Lebensalter sind bereits heute weit verbreitet:
 - Mehr als 2 Mio. ältere Männer und Frauen rauchen
 - Bis zu 400.000 sind von einem Alkoholproblem betroffen
 - Bei 1 bis 2 Mio. Menschen weist der Gebrauch psychoaktiver Medikamente zumindest Gewohnheitscharakter auf
- Die Ausbildung von Abhängigkeiten hängt von vielfältigen Faktoren ab, wie
 - dem Geschlecht und der Biografie,
 - belastenden Lebenssituationen, wie dem Verlust der Partnerin oder des Partners,
 - Vereinsamung und dem Gefühl des „Nichtmehrgebrauchtwerdens“
 - oder dem Wegbrechen einer geregelten Tagesstruktur.

Ziele und Zielgruppe



- Ziel ist es, riskant konsumierende Seniorinnen und Senioren frühzeitig in ihrem Lebensalltag zu erreichen und dadurch die individuelle Veränderungsbereitschaft zu fördern.
- Die Fortbildung MoKuSen dient der Prävention. Sie ist ein Gewinn in Bezug auf Personen, die noch keine manifeste Abhängigkeit aufweisen.
- MoKuSen zielt ab auf die Förderung der Motivation für Veränderung. Sie versteht sich als Instrument einer wertschätzenden und empathischen Gesprächsführung auf Augenhöhe.
- MoKuSen richtet sich an ehrenamtlich oder professionell in der Altenhilfe tätige Personen, die in ihrem Gruppenalltag in der Regel mit älteren Menschen in persönlichem Kontakt stehen.

Inhalt und Umfang



- Die Fortbildung MoKuSen dauert insgesamt 16 Stunden, die bedarfsgerecht aufgeteilt werden (zwei ganze Tage/vier halbe Tage).
- MoKuSen ist kostenlos.
- MoKuSen lässt viel Raum zum Probieren: Übungen zur Gestaltung schwieriger Gesprächssituationen, Einstieg ins Gespräch, usw.
- MoKuSen basiert auf dem Konzept MOVE und den Prinzipien der „Motivierenden Gesprächsführung“ (Miller & Rollnick).
- Nach erfolgreicher Teilnahme erhalten die Teilnehmenden ein Zertifikat mit Nachweis über die Fortbildungsinhalte.