



AKTIONSTAGE „Sucht hat immer eine Geschichte“

**Programm
Mülheim a. d. Ruhr**

10. – 16. November 2014



**Sucht hat immer
eine Geschichte**

GEMEINSCHAFTSINITIATIVE GEGEN SUCHT

GRUSSWORT



Wieso hat die oder der eine plötzlich ein Suchtproblem und der oder die andere einfach nur Spaß gehabt?

Wieso war die Klassenkameradin bei den letzten Partys kaum noch ansprechbar? Wieso haben wir nicht gemerkt, dass unser Sohn regelmäßig Drogen nimmt? Wie kann es sein, dass der Arbeitskol-

lege sein gesamtes Haus verspielt hat? Auf diese Fragen gibt es nicht die eine einzige richtige Antwort. Und doch wollen und müssen wir versuchen, Zusammenhänge zu verstehen, um Alternativen anbieten zu können.

Sucht hat eine Geschichte und die ist individuell. Nur wenn wir das anerkennen, können wir mit zielgerichteten Maßnahmen darauf hinwirken, dass Genusskonsum nicht in eine Abhängigkeit führt.

Dabei gilt es in erster Linie ehrlich mit uns selbst zu sein. Nicht jedes Suchtverhalten können wir verhindern. Und manche Suchtentwicklung mutet später als logische Konsequenz aus einer Fehlentwicklung an, für die wir als gesamte Gesellschaft verantwortlich sind. Wenn wir Kindern keine Räume mehr bieten, in denen sie sich frei entfalten, ausprobieren und Fehler machen können, wenn wir sie reglementieren, Spielflächen zubetonieren und Spielorte eingrenzen, werden sich unsere Kinder andere Möglichkeiten suchen, ihre Grenzen zu erweitern. Und wenn wir darauf mit klinischen Diagnosen und der Gabe von Psychopharmaka antworten, lernen Kinder früh und von uns, dass sie unerwünschte Emotionen mit Tabletten unterdrücken können. Was sie nicht lernen, ist, Konflikte auszuhalten und gemeinsam Lösungen zu finden.

Wenn wir die Entstehung einer Sucht verhindern wollen, müssen wir früh ansetzen. Erwachsene sind Vorbilder für Kinder. Prävention kann jede und jeder von uns leisten. Und doch gilt es, sich nicht zu überfordern. Wer Hilfe benötigt, darf bei seiner Suche nicht alleine gelassen werden, und neben dem Halt im eigenen persönlichen Umfeld braucht es Beratung und Unterstützung durch geschulte Fachkräfte. Zu einem funktionierenden sozialen Netz gehören die Hausärztinnen und Hausärzte, die aufmerksam werden, wenn sie Tabletten „gegen diese ständige Ruhelosigkeit“ verschreiben sollen. Oder Pflegekräfte, die innehalten,

wenn sie bemerken, dass das Gläschen Schnaps am Abend bei der älteren Dame oder dem älteren Herrn zu Verwirrheitszuständen und Trittsunsicherheit führt. Oder auch der Spielhallenbesitzer, der den Zocker erkennt und anspricht. Alle sind gefordert, Sucht aus der Tabuzone zu holen und darüber zu sprechen, was Menschen abhängig macht – und was nicht!

Nur so können wir Angebote schaffen, die die Menschen auch wirklich in Anspruch nehmen. Dabei müssen wir bedenken, welche Ressourcen jemand aus seinem sozialen und kulturellen Umfeld nutzen kann und welche fehlen. Und wir dürfen nicht vergessen, die Ursachen, Suchtmuster und Bewältigungsmechanismen von Frauen und Männern, genauso wie von Kindern und Jugendlichen zu differenzieren.

Mit der Landeskampagne „Sucht hat immer eine Geschichte“ wollen wir diesen zielgruppenspezifischen Präventionsansatz fortsetzen. Je früher wir Menschen in ihren sozialen Kompetenzen stärken, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit, dass sie in einer persönlichen Krisensituation auf genügend Ressourcen zurückgreifen können, die ihnen durch die Krise helfen. Wir wissen längst: Nicht abstrakte Informationen über die Schädlichkeit von Suchtmitteln verhindern eine Suchtentwicklung, sondern eine starke, verantwortungsvolle und gefestigte Persönlichkeit.

Die Landeskampagne bezieht für ihre Arbeit die Netzwerke vor Ort mit ein. Die Netzwerke sind wichtig, um Menschen frühzeitig Alternativen zu einem Weg in die Sucht zu zeigen – oder für sie da zu sein, wenn sie den Weg aus der Sucht heraus suchen. Ohne ihr vertrauensvolles Zusammenwirken ist ein Erfolg der Präventions- und Hilfeangebote nicht möglich. Mit der Landeskampagne wollen wir ihre Arbeit vor Ort weiter unterstützen und dazu beitragen, dass sie neue Netze knüpfen können.

Ich danke allen, die sich in der Suchtvorbeugung und Suchthilfe engagieren! Ich freue mich, wenn wir ihnen mit den diesjährigen Aktionstagen weitere wichtige Impulse und Anregungen für ihre Suchtpräventionsarbeit vor Ort geben können.



Barbara Steffens

Ministerin für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter
des Landes Nordrhein-Westfalen

VORWORT

Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser,

Sucht entsteht nicht „auf einmal“ oder „von heute auf morgen“ – Sucht ist mitunter ein langwieriger Prozess, an dem viele Faktoren und Beteiligte eingebunden sind.

Erfolgreiche Suchtprävention berücksichtigt diese vielschichtigen Aspekte, wobei die kontinuierliche Zusammenarbeit in den kommunalen Netzwerken Mülheims von grundlegender Bedeutung bei der Realisierung sind.

Es gibt nicht die eine Ursache, die in eine Sucht führt, sondern es ist immer ein Zusammenspiel von Umständen, bei denen neben dem Suchtmittel oder der Verhaltensweise auch Persönlichkeitseigenschaften und das soziale Umfeld des Menschen eine Rolle spielen. Für die Suchtprävention ist deshalb die Verbesserung gesellschaftlicher Rahmenbedingungen, sowie die Förderung von Lebenskompetenzen von besonderer Bedeutung.

Die Bandbreite von Sucht und ihren Geschichten spiegelt sich durch die vielseitigen Angebote in Form von Lesungen, Vorträgen, Theater, Musik und vielem mehr im Programm wieder. Die Vielfalt der Zielgruppen und Altersstrukturen, wie dem Elternabend für die „Kleinsten“ zum Thema Medienalltag und der Informationsveranstaltung zum Tabuthema „Sucht im Alter“ zeigen die Herausforderungen und Spannweiten der Suchtprävention im Alltag. Ein Themenschwerpunkt widmet sich dem Spannungsfeld digitaler Medien.

Wir freuen uns, dass engagierte und kreative Kooperationspartner/-innen, ein gemeinsames Programm für Mülheimer konzipiert haben. Die 5. Aktionstage „Sucht hat immer eine Geschichte“ in Mülheim werden Kooperationen festigen und Grundlage für weitere gemeinsame Aktivitäten zur Sensibilisierung der Bürgerinnen und Bürger zum Thema Sucht sein.

Wir wünschen allen Besucherinnen und Besuchern und den Mitwirkenden interessante, hilfreiche und inspirierende Aktionstage „Sucht hat immer eine Geschichte“.



Deike Kranz und Norbert Kathagen

Fachstelle für Suchtprävention Mülheim an der Ruhr

ERÖFFNUNG

Auftaktveranstaltung zur Landeskampagne
„Sucht hat immer eine Geschichte“

„Digitale Medien in der Prävention:
Fluch(t) oder Segen?“

Dienstag, 11. November 2014, 14.00 – 16.30 Uhr

Wir laden alle Kooperationspartner/-innen und Akteure/-innen
sowie interessierte Bürger/-innen herzlich ein.

Begrüßung

Dr. Hans- Jürgen Hallmann
ginko Stiftung für Prävention
Landeskoordinierungsstelle Suchtvorbeugung NRW

Grußwort zur Eröffnung der Aktionstage

Dagmar Mühlenfeld
Oberbürgermeisterin der Stadt Mülheim an der Ruhr
Schirmherrin der Aktionstage

Hören - fragen - diskutieren - probieren - antworten

„Wenn der Mensch von digitalen Medien beherrscht wird –
Merkmale und Hilfsmöglichkeiten“
PD Dr. Bert te Wildt
Medienambulanz des LWL Universitätsklinikums Bochum

„Die digitale Lernrevolution – wie Apps und Tools das Lernen in
Schule und Jugendarbeit verändern“
Torben Kohring
Fachstelle für Jugendmedienkultur NRW

„E-Mental – Healthcare: Digitale Medien in Prävention und
Behandlung psychischer Erkrankungen“
Dr. Markus Wolf
Universitätsklinikum Heidelberg
Forschungsstelle für Psychotherapie

Rahmenprogramm

Apps, YouTube, facebook & Co - digitale Prävention erleben
Austausch und Information am Küchenbüffet

Veranstaltungsort:

MedienHaus, Synagogenplatz 3
45468 Mülheim a. d. Ruhr

Anmeldung:

per Telefon 0208 3006931
per Fax 0208 3006949
per E-Mail: info@ginko-stiftung.de

PROGRAMMÜBERSICHT

VORPROGRAMM

MO 03. NOVEMBER Seite

Für Schüler/-innen der Klasse 8a
der Hauptschule am Hexbachtal 10
„Check it!“ - Über den Sinn von Gesetzen, Normen und Werten

DI 04. NOVEMBER

Für Schüler/-innen der Klasse 8a
der Max Kölges Schule 10
„Check it!“ - Über den Sinn von Gesetzen, Normen und Werten

Informationsabend für Eltern 11
Medienalltag von Kindergartenkindern

SA 08. NOVEMBER

Eltern-Kind Angebot 11
Ich ergebe mich nicht - inklusives Judoprojekt!

Für Senioren/-innen und Jugendliche ab 12 12
Volkstanz meets HipHop – Auftaktveranstaltung

EINZELVERANSTALTUNGEN

MO 10. NOVEMBER

Theater für Jugendliche ab Jahrgang 10 13
„Dr. Jekyll & Mr. Hyde“

Für Jugendliche ab 14 Jahren,
junge Erwachsene und Eltern 13
Offene Sprechstunde in der Jugendberatungsstelle

Für Fachpublikum und Interessierte 14
Kanacks & Drugs – Sucht und Migration/
Filmvorführung und Fachvortrag

Für suchtkranke Menschen und Angehörige 14
Offenes Selbsthilfegruppenangebot, Altstadt

DI 11. NOVEMBER

Für alle Interessierten 15
„Digitale Medien Fluch(t) oder Segen?“ –
Eröffnungsveranstaltung der Aktionstage

Für suchtkranke Frauen und Angehörige 15
Offenes Selbsthilfegruppenangebot für Frauen, Heißen

Für suchtkranke Menschen und Angehörige 16
Offenes Selbsthilfegruppenangebot, Stadtmitte

Für suchtkranke Menschen und Angehörige 16
Offenes Selbsthilfegruppenangebot, Heißen

Für suchtkranke Menschen und Angehörige 17
Offenes Selbsthilfegruppenangebot, Eppinghofen

Für suchtkranke Menschen und Angehörige 17
Offenes Selbsthilfegruppenangebot, Styrum

Für suchtkranke Menschen und Angehörige 18
Offenes Selbsthilfegruppenangebot, Winkhausen

MI 12. NOVEMBER

Impulsworkshop für päd. Fachkräfte aus Schule,
Jugendarbeit, Jugendhilfe etc. 18
MOVE – Motivierende Gesprächsführung
bei exzessivem Medienkonsum

Für Jugendliche der Wohngruppe Heimaterde 19
HipHop-Musikworkshop

Für Interessierte der Generation 50+ 19
„Für Gesundheit und Lebensfreude ist niemand zu alt!“ -
Sucht im Alter?!
Prävention und Suchtbehandlung lohnt für jede Generation

Für suchtkranke Menschen und Angehörige 20
Offenes Selbsthilfegruppenangebot, Dümpten

Für suchtkranke Menschen und Angehörige 20
Offenes Selbsthilfegruppenangebot, Saarn

DO 13. NOVEMBER

Lesungen für Schüler/-innen ab Jahrgang 9 21
„Breit. Mein Leben als Kiffer.“

Für Fachpublikum, Betroffene und Interessierte 22
„Alles ganz normal.“ Co-Abhängigkeit Angehöriger von
Suchterkrankten. Film, Vortrag, Info und mehr

Für Mitarbeiterinnen aus Kita, Kiga, Hort o.ä. 22
„Ich will keine Schokolade...oder doch?“

Für Eltern 23
„grenzenlos-spielen“- Lan Party und Infoveranstaltung

FR 14. NOVEMBER

Lesungen für Schüler/-innen ab Jahrgang 9 **24**
 „Breit. Mein Leben als Kiffer.“

Seminar für Kinder von 8 bis 12 Jahren
 aus suchtbelasteten Familien mit ihren Eltern **25**
 Gemeinsam sind wir stark

SA 15. NOVEMBER

Für Jugendliche **25**
 Powertag der Offenen Tür

Für Jugendliche **26**
 HipHop-Musikworkshop

Für Jugendliche im Rahmen des OT Powertages **26**
 Cocktailbar – Es geht auch ohne...Alkohol

Offenes Angebot und Workshop für Jugendliche **26**
 „Draufgedrückt“ - Plakatsprayaktionen

MEHRTÄGIGE VERANSTALTUNGEN**MO 10. – SO 16. NOVEMBER, täglich 24 Stunden**

Onlineangebot - Suchtprävention im Netz **27**
www.facebook.com/CheckIT.NRW

MO 10. - MO 17. NOVEMBER, außer Sonntag

Medienausstellung zum Thema Sucht **27**
 Medienangebot

MO 10. – Fr. 14. NOVEMBER, täglich

Projektstage für Schülerinnen der Klassen 7 - 8 **28**
 „Spieglein, Spieglein, mein Körper und ICH“

DO 6. + FR 7. NOVEMBER

Für Jugendliche ab 12 Jahren **28**
 HipHop- Musikworkshop

AUSBLICK**MO 17. NOVEMBER**

Für Schüler/-innen der Klasse 9b
 des Gymnasiums Broich **29**
 „Check it!“ - Über den Sinn von Gesetzen, Normen und Werten

Für Prophylaxefachkräfte **29**
 „Handwerk oder Hokuspokus“ –
 Einführung in Social Media in der Suchtprävention

Für Eltern und Interessierte **30**
 Medien: Gebrauch, Missbrauch oder sogar Suchtgefahr?

DI 18. NOVEMBER

Für Schüler/-innen der Klasse 9a
 des Gymnasiums Broich **30**
 „Check it!“ - Über den Sinn von Gesetzen, Normen und Werten

MI 19. NOVEMBER

Fortbildungsangebot für Mitarbeiter/-innen
 in Kindergärten, Kitas & Familienhilfe **31**
 „Leben ohne Qualm“ – Methoden für die Elternarbeit

DO 20. NOVEMBER

Für Prophylaxefachkräfte **32**
 „Leben ohne Qualm“ - Rauchfreie Berufsschule –
 Konzept und Methodenworkshop

→ VORPROGRAMM

MO 03. NOVEMBER, 10.25 UHR

FÜR SCHÜLER/-INNEN DER KLASSE 8A DER HAUPTSCHULE AM HEXBACHTAL

„Check it!“- Über den Sinn von Gesetzen, Normen und Werten

Bei diesem „Check it!“-Baustein werden den Jugendlichen u.a. Grenzen durch gesetzliche Bestimmungen aufgezeigt sowie der Sinn von Regeln vermittelt. Die Diskussion um Werte und Normen hilft Jugendlichen bei der Findung eigener Standpunkte und vermittelt ihnen Orientierung.

REFERENT: Michael Welke, Polizei Essen/Mülheim

VERANSTALTER: Hauptschule am Hexbachtal,
ginko Stiftung für Prävention

ORT: Schule am Hexbachtal, Borbeckerstr. 86 – 92,
45475 Mülheim a. d. Ruhr

GESCHLOSSENE VERANSTALTUNG

DI 04. NOVEMBER, 10.30 UHR

FÜR SCHÜLER/-INNEN DER KLASSE 8A DER MAX KÖLGES SCHULE

„Check it!“- Über den Sinn von Gesetzen, Normen und Werten

Bei diesem „Check it!“- Baustein werden den Jugendlichen u.a. Grenzen durch gesetzliche Bestimmungen aufgezeigt sowie der Sinn von Regeln vermittelt. Die Diskussion um Werte und Normen hilft Jugendlichen bei der Findung eigener Standpunkte und vermittelt ihnen Orientierung.

REFERENT: Michael Welke, Polizei Essen/Mülheim

VERANSTALTER: Max Kölges Schule,
ginko Stiftung für Prävention

ORT: Max Kölges Schule,
Bruchstraße 87, 45468 Mülheim a. d. Ruhr

GESCHLOSSENE VERANSTALTUNG

DI 04. NOVEMBER, 20.00 UHR

ANGEBOT FÜR ELTERN

Medienalltag von Kindergartenkindern

Medien sind heute ein alltäglicher Bestandteil der Welt, in der wir leben, auch für Kinder. Deswegen ist es für Eltern und Erzieher/-innen wichtig zu wissen, wie Kinder Medien erleben und wie sie filmisches Sehen lernen. Wie sieht ihr Medienalltag aus? Was sollte beachtet werden, wenn Kinder fernsehen? Welche Sendungen sind empfehlenswert? Der Elternabend möchte diese Fragen diskutieren am Beispiel des Fernsehens und erklären, wie Erwachsene den Medienalltag von Kindern aktiv begleiten können, um ihnen einen verantwortungsbewussten Umgang damit zu ermöglichen.

REFERENTIN: Anja Schmid, Kultur- und Medienpädagogin

VERANSTALTER: Ev. Familienzentrum Kunterbunt

ORT: Schildberg 1, 45475 Mülheim a. d. Ruhr

INFORMATION: kostenfrei, **Anmeldung bis zum 29. Oktober**
erbeten unter Tel. 0208 71373

SA 8. NOVEMBER, 10.00 UHR - 12.00 UHR

ELTERN – KIND ANGEBOT

Ich ergebe mich nicht – inklusives Judoprojekt!

Selbstvertrauen aufbauen, ich probiere was aus, ich habe Spaß, ich lerne nette Leute kennen.

VERANSTALTER: Düptener TV 1885 e. V.

ORT: Turnhalle Schildberg 43,
45475 Mülheim a. d. Ruhr

INFORMATION: Kostenlos, bitte langärmeliges T-Shirt und
Leggings mitbringen

SA 08. NOVEMBER, 15.00 - 17.30 UHR

FÜR SENIOREN/-INNEN UND JUGENDLICHE AB 12 JAHREN

Volkstanz meets HipHop – Auftaktveranstaltung

SUCHT MACHT EINSAM - EINSAMKEIT MACHT SUCHT

Jung und Alt kommen miteinander ins Tanzen. Es folgen zwei bis drei Termine, die im Rahmen der Auftaktveranstaltung geplant werden.

VERANSTALTER: Mülheimer Gesellschaft für soziale Stadtentwicklung mbH, Familiennetzwerk Heißen in Kooperation mit P. Behmenburg (Pflege Zuhause), MSB, Gymnasium Heißen, Tanzschule Imperial und Jugendzentrum Friedrich Wennmann Haus

ORT: Jugendzentrum Friedrich Wennmann Haus, Tinkrathstraße 68, 45472 Mülheim a. d. Ruhr

INFORMATION: **Anmeldung bis zum 07. November** unter Isabell Wojcicki Tel: 0208 30189826 oder familiennetzwerk.heissen@googlemail.com

→ EINZELVERANSTALTUNGEN

MO 10. NOVEMBER, 13.00 UHR

THEATER FÜR JUGENDLICHE AB JAHRGANG 10

„Dr. Jekyll & Mr. Hyde“

Ausgehend von der Novelle „Der seltsame Fall des Dr. Jekyll und Mr. Hyde“ beschäftigte sich das Kölner Kunst Theater mit der Frage nach Gut und Böse. Zum anderen sind Drogen und Sucht sowie die Veränderung der Persönlichkeit unter Drogenkonsum von zentraler Bedeutung. Der Arzt und Wissenschaftler Dr. Jekyll experimentiert mit chemische Substanzen, um das Gute und das Böse in der menschlichen Seele voneinander trennen zu können. Er macht Selbstversuche bis er schließlich Mr. Hyde gebiert. Der innere Kampf des Süchtigen wird deutlich.

KÜNSTLER: Kölner Künstler Theater

VERANSTALTER: Amt für Kinder, Jugend und Schule Mülheim a. d. Ruhr, Willy Brandt Gesamtschule

ORT: Oberhausener Straße. 208, 45476 Mülheim a. d. Ruhr

GESCHLOSSENE VERANSTALTUNG

MO 10. NOVEMBER, 14.00 - 16.00 UHR

FÜR JUGENDLICHE AB 14 JAHREN, JUNGE ERWACHSENE UND ELTERN

Offene Sprechstunde in der Jugend- beratungsstelle

Sie können einfach kommen – ohne Termin. Beratung und Information zum Konsum von Alkohol, illegalen Drogen, Medien und auch nicht stoffgebundenen Verhalten, die ein Suchtrisiko beinhalten (Kaufen, Glücksspiel, PC / Internetnutzung etc.). Schwerpunkt der Beratungsstelle ist die Suchtvorbeugung.

VERANSTALTER: ginko Stiftung für Prävention, Jugendberatungsstelle

ORT: Kaiserstraße 90, 45468 Mülheim a. d. Ruhr

INFORMATION: ginko Jugendberatung, Tel: 0208 30069-36/-37

MO 10. NOVEMBER, 15.00 UHR - 17.00 UHR,

Einlass: 14.30 UHR

FÜR FACHPUBLIKUM UND INTERESSIERTE

Kanacks Drugs – Sucht und Migration/ Filmvorführung und Fachvortrag

Die Videodokumentation „Kanacks & Drugs“ vom Wuppertaler Medienprojekt zeigt authentisch aus junger, subjektiver Perspektive Informationen, Erfahrungen und Meinungen über das Leben mit Drogen zwischen den Kulturen. Mustafa Arslan (Dipl. Sozialpädagogin, Suchtberaterin FDR, Interkultureller Trainer) hält einen Vortrag zum Thema „Sucht und Migration“.

REFERENT: Mustafa Arslan,
Suchthilfeverbund Duisburg e.V.

VERANSTALTER: Netzwerk KipE – Kinder psychisch erkrankter Eltern in Kooperation mit den Suchthilfeeinrichtungen der AWO und der Caritas

ORT: Rio Kino, Synagogenplatz 3,
45468 Mülheim a. d. Ruhr

INFORMATION: kostenfrei, **um Anmeldung wird gebeten**,
Ansprechpartnerin: Sarah Lustinetz,
Tel. 0208 30 95 79 92, s.lustinetz@awo-mh.de

MO 10. NOVEMBER, 19.45 UHR

FÜR SUCHTKRANKE MENSCHEN UND ANGEHÖRIGE

Offenes Gruppenangebot – „Hilfe zur Selbsthilfe“

Ziel ist es, ein verantwortungsvolles und zufriedenes Leben ohne Suchtmittel zu führen. Unter Gleichgesinnten kann über Probleme mit dem Suchtmittel, allgemeine Sorgen und Freuden gesprochen werden. Schwerpunkt: Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit

VERANSTALTER: Kreuzbund e.V. Stadtverband Mülheim a. d. Ruhr, Gruppe Altstadt

ORT: Katholisches Stadthaus, Althofstraße 8,
45468 Mülheim a. d. Ruhr

INFORMATION: Keine Anmeldung erforderlich.
Kontakt mit dem Gruppenleiter ist sinnvoll:
Horst von Zitzewitz, Tel. 0208 56396

DI 11. NOVEMBER, 14.00 UHR - 16.30 UHR

**FÜR ALLE KOOPERATIONSPARTNER/-INNEN UND AKTEURE/-INNEN SOWIE
INTERESSIERTE BÜRGER/-INNEN**

„Digitale Medien in der Prävention: Fluch(t) oder Segen?“

Auftaktveranstaltung der Aktionstage „Sucht hat immer eine Geschichte“

VERANSTALTER: ginko Stiftung für Prävention, MedienHaus der Stadt Mülheim a. d. Ruhr

ORT: MedienHaus, Synagogenplatz 3,
45468 Mülheim an der Ruhr

INFORMATION: Mehr hierzu auf S. 4
um Anmeldung wird gebeten
per Tel 0208 3006931
oder per E-Mail: info@ginko-stiftung.de

DI 11. NOVEMBER, 18.00 UHR

FÜR SUCHTKRANKE FRAUEN UND ANGEHÖRIGE

Offenes Gruppenangebot für Frauen – „Hilfe zur Selbsthilfe“

Ziel ist es, ohne Suchtmittel ein verantwortungsvolles und zufriedenes Leben zu führen. Unter Gleichgesinnten kann über Probleme mit dem Suchtmittel, allgemeine Sorgen und Freuden gesprochen werden. Schwerpunkt: Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit

VERANSTALTER: Kreuzbund e.V. Stadtverband Mülheim a. d. Ruhr, Frauengruppe

ORT: Soziale Beratungsstelle Caritas,
Hingbergstraße 389,
45472 Mülheim a. d. Ruhr

INFORMATION: Keine Anmeldung erforderlich.
Kontakt mit der Gruppenleiterin ist sinnvoll:
Ute Jonetat, Tel. 0201 790385

DI 11. NOVEMBER, 18.30 UHR**FÜR SUCHTKRANKE MENSCHEN UND ANGEHÖRIGE****Offenes Gruppenangebot –
„Hilfe zur Selbsthilfe“**

Ziel ist es, ohne Suchtmittel ein verantwortungsvolles und zufriedenes Leben zu führen. Unter Gleichgesinnten kann über Probleme mit dem Suchtmittel, allgemeine Sorgen und Freuden gesprochen werden. Schwerpunkt: Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit

VERANSTALTER: Kreuzbund e.V. Stadtverband Mülheim a. d. Ruhr, Gruppe Stadtmitte

ORT: Katholisches Stadthaus, Althofstraße 8, 45468 Mülheim a. d. Ruhr

INFORMATION: Keine Anmeldung erforderlich.
Kontakt mit der Gruppenleiterin ist sinnvoll:
Sandra Böhning, Tel. 0177 0890636

DI 11. NOVEMBER, 19.30 UHR**FÜR SUCHTKRANKE MENSCHEN UND ANGEHÖRIGE****Offenes Gruppenangebot –
„Hilfe zur Selbsthilfe“**

Ziel ist es, ohne Suchtmittel ein verantwortungsvolles und zufriedenes Leben zu führen. Unter Gleichgesinnten kann über Probleme mit dem Suchtmittel, allgemeine Sorgen und Freuden gesprochen werden. Schwerpunkt: Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit

VERANSTALTER: Kreuzbund e.V. Stadtverband Mülheim a. d. Ruhr, Gruppe Heißen

ORT: Caritaszentrum St. Raphael, Hingbergstr. 176, 45470 Mülheim a. d. Ruhr

INFORMATION: Keine Anmeldung erforderlich.
Kontakt mit dem Gruppenleiter ist sinnvoll:
Ludger Nünning, Tel. 0172 5193567

DI 11. NOVEMBER, 19.30 UHR**FÜR SUCHTKRANKE MENSCHEN UND ANGEHÖRIGE****Offenes Gruppenangebot –
„Hilfe zur Selbsthilfe“**

Ziel ist es, ohne Suchtmittel ein verantwortungsvolles und zufriedenes Leben zu führen. Unter Gleichgesinnten kann über Probleme mit dem Suchtmittel, allgemeine Sorgen und Freuden gesprochen werden. Schwerpunkt: Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit

VERANSTALTER: Kreuzbund e.V. Stadtverband Mülheim a. d. Ruhr, Gruppe Eppinghofen 1

ORT: Gemeindezentrum St. Engelbert, Engelbertusstraße 49, 45473 Mülheim a. d. Ruhr

INFORMATION: Keine Anmeldung erforderlich.
Kontakt mit der Gruppenleiterin ist sinnvoll:
Meta Lindmüller, Tel. 0208 70241

DI 11. NOVEMBER, 19.30 UHR**FÜR SUCHTKRANKE MENSCHEN UND ANGEHÖRIGE****Offenes Gruppenangebot –
„Hilfe zur Selbsthilfe“**

Ziel ist es, ohne Suchtmittel ein verantwortungsvolles und zufriedenes Leben zu führen. Unter Gleichgesinnten kann über Probleme mit dem Suchtmittel, allgemeine Sorgen und Freuden gesprochen werden. Schwerpunkt: Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit

VERANSTALTER: Kreuzbund e.V. Stadtverband Mülheim a. d. Ruhr, Gruppe Styrum

ORT: Begegnungsstätte Feldmann-Stiftung, Augustastraße 108, 45476 Mülheim a. d. Ruhr

INFORMATION: Keine Anmeldung erforderlich.
Kontakt mit dem Gruppenleiter ist sinnvoll:
Andreas Ottomeyer, Tel. 0208 88376014

DI 11. NOVEMBER, 19.30 UHR**FÜR SUCHTKRANKE MENSCHEN UND ANGEHÖRIGE****Offenes Gruppenangebot – „Hilfe zur Selbsthilfe“.**

Ziel ist es, ohne Suchtmittel ein verantwortungsvolles und zufriedenes Leben zu führen. Unter Gleichgesinnten kann über Probleme mit dem Suchtmittel, allgemeine Sorgen und Freuden gesprochen werden. Schwerpunkt: Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit

VERANSTALTER: Kreuzbund e.V. Stadtverband Mülheim a. d. Ruhr, Gruppe Winkhausen

ORT: Pfarrheim Christ König, Steigerweg 1, 45473 Mülheim a. d. Ruhr

INFORMATION: Keine Anmeldung erforderlich. Kontakt mit dem Gruppenleiter ist sinnvoll: Ulrich Beier, Tel. 0208 766068

MI 12. NOVEMBER, 15.00 UHR - 18.00 UHR**IMPULSWORKSHOP FÜR PÄD. FACHKRÄFTE AUS SCHULE, JUGENDARBEIT, JUGENDHILFE ETC.****MOVE – Motivierende Gesprächsführung bei exzessivem Medienkonsum**

Wie können Jugendliche auf exzessivem Medienkonsum (chatten, gamen, surfen) angesprochen werden? Wie kann man eine Reflexion des Verhaltens hervorrufen und motivierend Veränderungsimpulse setzen? Begleitet von praktischen Übungen wird das Konzept der dreitägigen Fortbildung „Online-MOVE“ vorgestellt. Die gesamte Fortbildung wird vom 17.-19.03.2015 in Mülheim stattfinden.

REFERENTIN: Angelika Fiedler (Diplom-Sozialwissenschaftlerin, Projektleitung „MOVE“)

VERANSTALTER: ginko Stiftung für Prävention

ORT: Kaiserstr. 90, 45468 Mülheim a. d. Ruhr

INFORMATION: kostenfrei, **um Anmeldung wird gebeten** 0208 3006931 oder info@ginko-stiftung.de

MI 12. NOVEMBER, 15.00 - 20.00 UHR**FÜR JUGENDLICHE DER WOHNGRUPPE HEIMATERDE****HipHop-Musikworkshop**

Gemeinsam mit einem Musikprofi/Dozenten wird ein Text/Lied samt dazugehörigem Beat rund um das Thema Sucht erarbeitet und eingespielt. Der fertige Song wird auf www.suchtgeschichte.nrw.de/youth/hiphop_workshop online und als Download zur Verfügung gestellt.

REFERENT: Daniel Kirsten, Resound

VERANSTALTER: Raphaelhaus - Außenwohngruppe Heimaterde

ORT: Kleiststraße 91, 45472 Mülheim a. d. Ruhr

GESCHLOSSENE VERANSTALTUNG DER EINRICHTUNG**MI 12. NOVEMBER, 17.00 - 18.30 UHR****FÜR INTERESSIERTE DER GENERATION 50 +****„Für Gesundheit und Lebensfreude ist niemand zu alt!“ - Sucht im Alter?! Prävention und Suchtbehandlung lohnt für jede Generation**

Informationen und Gespräche über bewussten und kritischen Umgang mit Suchtmitteln, Formen der Sucht, mögliche Ursachen, Möglichkeiten des (frühzeitigen) Erkennens, der Prävention und zu Hilfeangeboten.

REFERENTEN: Armin Koepe (ginko Stiftung für Prävention), Bernd Pörtner (Kreuzbund e.V.) und Regina Wedeking (Psychosoziale Beratungsstelle - Caritas Sozialdienste e.V.)

VERANSTALTER: Netzwerk der Vereinten Evangelische Kirchengemeinde in Kooperation mit dem Netzwerk der Generationen (Sozialamt der Stadt Mülheim a. d. Ruhr) im Rahmen des KDA-Projektes „Tabu-Themen“

ORT: Clubraum des Ev. Gemeindezentrum, Scharpenberg 1b, 45468 Mülheim a. d. Ruhr

INFORMATION: Ansprechpartner: Jörg Marx (Netzwerk der Generationen) Tel. 0208 455-5012

MI 12. NOVEMBER, 18.30 UHR**FÜR SUCHTKRANKE MENSCHEN UND ANGEHÖRIGE****Offenes Gruppenangebot –
„Hilfe zur Selbsthilfe“**

Ziel ist es, ein verantwortungsvolles und zufriedenes Leben ohne Suchtmittel zu führen. Unter Gleichgesinnten kann über Probleme mit dem Suchtmittel, allgemeine Sorgen und Freuden gesprochen werden. Schwerpunkt: Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit

VERANSTALTER: Kreuzbund e.V. Stadtverband Mülheim a. d. Ruhr, Gruppe Dümpten

ORT: Pfarrheim St. Barbara, Schildberg 93, 45475 Mülheim a. d. Ruhr

INFORMATION: Keine Anmeldung erforderlich.
Kontakt mit der Gruppenleiterin ist sinnvoll:
Ulla Schwarz, Tel. 0208 754429

MI 12. NOVEMBER, 19.00 UHR**FÜR SUCHTKRANKE MENSCHEN UND ANGEHÖRIGE****Offenes Gruppenangebot –
„Hilfe zur Selbsthilfe“**

Ziel ist es, ein verantwortungsvolles und zufriedenes Leben ohne Suchtmittel zu führen. Unter Gleichgesinnten kann über Probleme mit dem Suchtmittel, allgemeine Sorgen und Freuden gesprochen werden. Schwerpunkt: Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit

VERANSTALTER: Kreuzbund e.V. Stadtverband Mülheim a. d. Ruhr, Gruppe Saarn

ORT: Ev. Gemeindezentrum Lindenhof, Lindenhof 20, 45481 Mülheim a. d. Ruhr

INFORMATION: Keine Anmeldung erforderlich.
Kontakt mit dem Gruppenleiter ist sinnvoll:
Jürgen Goschyk, Tel. 0208 41911001

DO 13. NOVEMBER, 8.30 - 10.30 UHR**LESUNG FÜR SCHÜLER/-INNEN AB JAHRGANG 9****„Breit. Mein Leben als Kiffer.“**

Amon Barth liest aus seinem autobiografischen Buch und erzählt, wie es letztlich dazu gekommen ist, dass er die Sucht nach dem Kiffen überwinden konnte und was er glaubt, durch diesen Prozess über das Thema „Sucht und (wahres) Glück“ gelernt zu haben. Auch reflektiert er, wo er in puncto Sucht heute steht – wie er heute versucht, mal mehr, mal weniger erfolgreich, sein Leben in Balance zu halten.

VERANSTALTER: Gustav – Heinemann Gesamtschule

ORT: Boverstraße 150, 45473 Mülheim a. d. Ruhr

GESCHLOSSENE VERANSTALTUNG DER GESAMTSCHULE

DO 13. NOVEMBER, 11.00 - 13.00 UHR**LESUNG FÜR SCHÜLER/-INNEN AB JAHRGANG 9****„Breit. Mein Leben als Kiffer.“**

Amon Barth liest aus seinem autobiografischen Buch und erzählt, wie es letztlich dazu gekommen ist, dass er die Sucht nach dem Kiffen überwinden konnte und was er glaubt, durch diesen Prozess über das Thema „Sucht und (wahres) Glück“ gelernt zu haben. Auch reflektiert er, wo er in puncto Sucht heute steht – wie er heute versucht, mal mehr, mal weniger erfolgreich, sein Leben in Balance zu halten.

VERANSTALTER: Gustav - Heinemann Gesamtschule

ORT: Boverstraße 150, 45473 Mülheim a. d. Ruhr

GESCHLOSSENE VERANSTALTUNG DER GESAMTSCHULE

DO 13. NOVEMBER, 17.00 UHR - 19.30 UHR

FÜR FACHPUBLIKUM, BETROFFENE UND INTERESSIERTE

„Alles ganz normal“ - Co-Abhängigkeit Angehöriger von Suchterkrankten

Der Film „Alles ganz normal“ vom Wuppertaler Medienprojekt schildert die Lebenswelt zweier Familien, wie Angehörige von Suchtkranken zu Co-Abhängigen werden. Im Anschluss wird es eine Podiumsdiskussion zwischen einem Experten vom Kreuzbund sowie Expert/-innen der Suchthilfeeinrichtungen der AWO und der Caritas geben. Betroffene, Interessierte und Fachkräfte haben die Möglichkeit, an den Informationsständen mit den Experten/-innen ins Gespräch zu kommen und Informationsmaterialien zu erhalten.

REFERENTEN: Suchthilfeeinrichtungen der AWO und der Caritas, Kreuzbund

VERANSTALTER: Netzwerk KipE – Kinder psychisch erkrankter Eltern in Kooperation mit den Suchthilfeeinrichtungen der AWO und der Caritas

ORT: Kath. Familienbildungsstätte, Althofstraße 8, 45468 Mülheim a. d. Ruhr

INFORMATION: kostenfrei, **um Anmeldung wird gebeten**, Ansprechpartnerin: Sarah Lustinetz, Tel: 0208 30 95 79 92

DO 13. NOVEMBER, 16.30 UHR

FÜR MITARBEITERINNEN AUS KITA, KIGA, HORT, O.Ä.

„Ich will keine Schokolade... oder doch?“

Der Tag war heute mal wieder vollgepackt und stressig – jetzt aufs Sofa und ein bisschen naschen... Oft bleibt es aber nicht dabei, aus ein paar Stückchen wird eine ganze Tafel, aus ein paar Chips eine ganze Packung. Viele von uns neigen dazu, sich mit übermäßigem, meist abendlichen Essen vom Stress des Tages zu entspannen oder dafür zu belohnen, dass sie den Tag einigermaßen überstanden haben. Oft werden dazu Süßigkeiten und/oder andere kalorienreiche Lebensmittel „benutzt“. Natürlich handelt es sich nicht um ein Wissensproblem, denn den Allermeisten

ist wohl bekannt, dass z.B. Obstsalat und Rohkost gesünder und kalorienärmer sind als Pralinen, Nüsse oder Mettwürstchen. Aber oft ist der „innere Schweinehund“ größer und der Griff zu Süßem einfacher.

Der Workshop greift die Problematik auf und will Ideen für Veränderungen entwickeln.

REFERENTINNEN: Ulrike Weihrauch (Jugendberatung der ginko Stiftung für Prävention, Dipl. Psychologin, Systemische Therapeutin), Andrea Richter (Gesundheitsamt der Stadt Mülheim, Prima Leben)

VERANSTALTER: Gesundheitsamt der Stadt Mülheim a. d. Ruhr
ORT: Gesundheitsamt, Großer Saal 2. Etage, Heinrich-Melzer-Str. 3, 45468 Mülheim a. d. Ruhr

INFORMATION: Kostenfrei, jedoch keine Arbeitszeit.
Anmeldung unter Tel. 0208 455 5366 oder andrea.richter@muellheim-ruhr.de

GESCHLOSSENE VERANSTALTUNG IM RAHMEN VON PRIMA LEBEN.

DO 13. NOVEMBER, AB 18.00 UHR

VERANSTALTUNG FÜR ELTERN

„grenzenlos – spielen“ - Lan Party und Infoveranstaltung

Eltern haben die Möglichkeit, die „Computerspiele“ ihrer Kinder am PC, der Spielkonsole sowie auf dem Smartphone oder Tablet praktisch und in Ruhe selber kennenzulernen. Darüber hinaus erhalten sie Infos über jugendliches Medienverhalten und können zwanglos mit Fachleuten, Medienscouts oder anderen Eltern ins Gespräch kommen.

REFERENTEN: Torben Kohring, Leitung Fachstelle Jugendmedienkultur NRW und Spielertatgeber NRW, Medienscouts der Schule

VERANSTALTER: Gustav-Heinemann Gesamtschule, ginko Stiftung für Prävention

ORT: Boverstraße 150, 45473 Mülheim a. d. Ruhr

INFORMATION: **Anmeldung erbeten** unter brog@gustav-schule.de

FR 14. NOVEMBER, 9.00 - 10.30 UHR

LESUNG FÜR SCHÜLER/-INNEN AB JAHRGANG 9

„Breit. Mein Leben als Kiffer.“

Amon Barth liest aus seinem autobiografischen Buch und erzählt, wie es letztlich dazu gekommen ist, dass er die Sucht nach dem Kiffen überwinden konnte und was er glaubt, durch diesen Prozess über das Thema „Sucht und (wahres) Glück“ gelernt zu haben. Auch reflektiert er, wo er in puncto Sucht heute steht – wie er versucht, mal mehr, mal weniger erfolgreich, sein Leben in Balance zu halten.

VERANSTALTER: Stadtbibliothek im MedienHaus**ORT:** MedienHaus, Synagogenplatz 3,
45468 Mülheim an der Ruhr, 3. OG**INFORMATION: Anmeldung von Schulklassen erbeten:**
Tel. 0208 4554129 oder
isabelle.sawatzki@muelheim-ruhr.de**FR 14. NOVEMBER, 11.30 - 13.00 UHR**

LESUNG FÜR SCHÜLER/-INNEN AB JAHRGANG 9

„Breit. Mein Leben als Kiffer.“

Amon Barth liest aus seinem autobiografischen Buch und erzählt, wie es letztlich dazu gekommen ist, dass er die Sucht nach dem Kiffen überwinden konnte und was er glaubt, durch diesen Prozess über das Thema „Sucht und (wahres) Glück“ gelernt zu haben. Auch reflektiert er, wo er in puncto Sucht heute steht – wie er versucht, mal mehr, mal weniger erfolgreich, sein Leben in Balance zu halten.

VERANSTALTER: Stadtbibliothek im MedienHaus**ORT:** MedienHaus, Synagogenplatz 3,
45468 Mülheim an der Ruhr, 3. OG**INFORMATION: Anmeldung von Schulklassenerbeten:**
Tel. 0208 4554129 oder
isabelle.sawatzki@muelheim-ruhr.de**FR 14. NOVEMBER, 15.00 - 17.30 UHR**SEMINAR FÜR KINDER VON 8 – 12 JAHRE AUS SUCHTBELASTETEN FAMILIEN
MIT IHREN ELTERN**Gemeinsam sind wir stark**

In Familien, in denen ein Elternteil suchtmittelabhängig ist, bestimmt diese Suchtbelastung den familiären Alltag. Wir wollen anregen zu einem alternativen Umgang mit dem Tabu und Scham und Schuldgefühle abbauen. Hier gilt es die eigenen Stärken wieder zu entdecken, um mutig gemeinsame Ziele zu entwickeln und diese auch anzugehen.

VERANSTALTER: Diakonisches Werk (Olaf Thane/ Jugend- und
Familienhilfe, Anke Meyer/ Ambulatorium)**ORT:** Ambulatorium, Althofstr.4 (1.Stock),
45468 Mülheim a. d. Ruhr**INFORMATION: Anmeldung erbeten** bei Frau Wermter,
Tel. 0208 3003-251 oder Frau Jäke -3003-223**SA 15. NOVEMBER, 13.00 - 19.00 UHR**

FÜR JUGENDLICHE

Powertag der offenen Tür

Verschiedene Spielturniere, auch unter einem neuen Blickwinkel des Wettbewerbs um Fairness und Teamverhalten.

VERANSTALTER: CVJM Mülheim**ORT:** Teinerstr 3-5, 45468 Mülheim a. d. Ruhr**INFORMATION: Anmeldung erforderlich** unter
ute.hoffmann@cvjm-muelheim.de

SA 15. NOVEMBER, 13.00 - 19.00 UHR

FÜR JUGENDLICHE

HipHop-Musikworkshop

Gemeinsam mit einem Musikprofi/Dozenten wird ein Text/Lied samt Beat zum Thema Sucht erarbeitet. Fühlt die Musik, sinnt dem Text nach, einfach mal drauf einlassen! Der fertige Song wird auf www.suchtgeschichte.nrw.de/youth/hiphop_workshop online und als Download zur Verfügung gestellt.

REFERENT: Hossam Ali, Mitglied der Pottpoeten

VERANSTALTER: CVJM Mülheim

ORT: Teinerstr. 3 - 5, 45468 Mülheim a. d. Ruhr

GESCHLOSSENE VERANSTALTUNG

SA 15. NOVEMBER, 14.00 - 18.00 UHR

FÜR JUGENDLICHE IM RAHMEN DES OT POWERTAGS

Cocktailbar - Es geht auch ohne...Alkohol.

Cocktails sind süß und lecker. Den Alkohol schmeckt man meistens eh nicht, warum nicht einfach weglassen? Wir tun's!

VERANSTALTER: CVJM Mülheim

ORT: Teinerstr. 3-5, 45468 Mülheim a. d. Ruhr

SA 15. NOVEMBER, 14.00 - 18.00 UHR

OFFENES ANGEBOT UND WORKSHOP FÜR JUGENDLICHE

„Draufgedrückt“ – Plakatsprayaktionen

Jugendliche drücken sich aus: Mit Farbe bringen sie ihre Ideen zu Papier rund um das Thema Sucht. Was ihnen zum Thema einfällt, darf auf Papier gebracht werden. Diese Sprayaktionen beinhalten ein offenes Angebot und einen Nachmittagsworkshop. Für den Workshop wird um Anmeldung gebeten.

VERANSTALTER: CVJM Mülheim

ORT: Teinerstr. 3 - 5, 45468 Mülheim a. d. Ruhr

INFORMATION: kostenfrei, **Anmeldung für den Workshop** unter ute.hoffmann@cvjm-muelheim.de

→ MEHRTÄGIGE VERANSTALTUNGEN

MO 10 - SO 16. NOVEMBER, täglich 24 Stunden

ONLINEANGEBOT - SUCHTPRÄVENTION IM NETZ

„Check it!“ Suchtprävention im Netz - www.facebook.com/CheckIT.NRW

Um junge Menschen auch in sozialen Netzwerken zum Thema Suchtvorbeugung unterstützen zu können, hat die ginko Stiftung für Prävention gemeinsam mit Fachleuten aus Aachen und Bochum dieses Angebot für die suchtvorbeugende Arbeit entwickelt. Es steht für seriöse Suchtprävention im sozialen Netzwerk und wird gleichzeitig als digitaler Baustein in das Check it!-Gesamtkonzept zur schulischen Suchtprävention vor Ort eingebunden. Natürlich stehen während der Aktionstage die Veranstaltungen und Aktionen im Mittelpunkt.

VERANSTALTER: ginko Stiftung für Prävention

ORT: www.facebook.com/CheckIT.NRW

MO 10 . - MO 17. NOVEMBER (außer Sonntag)

MO - FR je 10.00 - 18.30 UHR,

SA 10.00 - 14.00 UHR

MEDIENAUSSTELLUNG ZUM THEMA SUCHT

Medienangebot

Im EG des Medienhauses finden Sie verschiedene Medien zum Thema Sucht bzw. Suchtprävention. Wir freuen uns über Ihr Interesse! Alle Medien sind natürlich ausleihbar.

VERANSTALTER: Stadtbibliothek im Medienhaus

ORT: MedienHaus, Synagogenplatz 3, 45468 Mülheim a. d. Ruhr, EG

MO 10. - FR. 14 NOVEMBER, täglich

PROJEKTTAGE FÜR SCHÜLERINNEN DER KLASSEN 7 - 8

„Spieglein, Spieglein, mein Körper und ICH“

„Essucht“ ist Schwerpunkt der Projektstage an der Schule. Die Schülerinnen werden durch einen theoretischen Teil an das Thema „Ernährung“ herangeführt. Im Weiteren sollen praktische Entspannungsübungen wie Yoga und Bewegungen/Zumba die Teilnehmerinnen dazu bringen, ihren Körper besser zu spüren.

REFERENTINNEN: Ulrike Weihrauch, Alexandra Kammann, Alexandra Schraven, Carina Auler, Frau Ritter

VERANSTALTER: Schule am Hexbachtal

ORT: Borbeckerstr. 86-92, Mülheim a. d. Ruhr

GESCHLOSSENE VERANSTALTUNG DER SCHULE

DO 6. + FR. 7. NOVEMBER, 16.00 UHR

FÜR JUGENDLICHE AB 12 JAHREN

HipHop-Musikworkshop

Gemeinsam mit einem Musikprofi/Dozenten wird ein Text/Lied samt Beat zum Thema Sucht erarbeitet und im Tonstudio an der Sandstraße eingespielt. Der fertige Song wird auf www.suchtgeschichte.nrw.de/youth/hiphop_workshop online und als Download zur Verfügung gestellt.

REFERENT: Hossam Ali, Mitglied der Pottpoeten

VERANSTALTER: Skj e.V, Jugendzentrum Stadtmitte

ORT: Georgstr.24, 45468 Mülheim a. d. Ruhr

INFORMATION: **Anmeldung** unter Isabel Wojcicki, Tel. 0208 478399 oder jz-stadtmitte@skj-mh.de

→ AUSBLICK**MO 17. NOVEMBER, 10.00 UHR**

FÜR SCHÜLER/-INNEN DER KLASSE 9B DES GYMNASIUMS BROICH

Check it!“ - Über den Sinn von Gesetzen, Normen und Werten

Bei diesem Check it!- Baustein werden den Jugendlichen u.a. Grenzen durch gesetzliche Bestimmungen aufgezeigt sowie der Sinn von Regeln vermittelt. Die Diskussion um Werte und Normen hilft Jugendlichen bei der Findung eigener Standpunkte und vermittelt ihnen Orientierung.

REFERENTEN: Michael Welke, Polizei Essen/Mülheim

VERANSTALTER: Gymnasium Broich, ginko Stiftung für Prävention

ORT: Ritterstraße 21, 45479 Mülheim a. d. Ruhr

GESCHLOSSENE VERANSTALTUNG

MO 17. NOVEMBER, 10.00 - 13.00 UHR

FÜR PROPHYLAXEFACHKRÄFTE

„Handwerk oder Hokuspokus“ – Einführung in Social Media in der Suchtprävention

Fachkräfte gehen folgenden Fragen nach: Was ist eigentlich Social Media und wie funktioniert sie? Wie kann man Social Media in der Suchtprävention einsetzen? Wir schauen uns Beispiele an, entwickeln eigene Ideen zu Zielgruppen, Themen und Inhalten sowie Rahmenbedingungen.

REFERENTIN: Ruth Ndouop-Kalajian (Projektkoordinatorin Internet, Social Media)

VERANSTALTER: ginko Stiftung für Prävention

ORT: ginko Stiftung für Prävention, Kaiserstr. 90, 45468 Mülheim a. d. Ruhr

INFORMATION: Kostenfrei, max. 10 Teilnehmende. Bitte Smartphone mitbringen, falls vorhanden. **Anmeldungen erbeten bis 10. November**, Fax: 0208 30069-49 oder r.ndouop-kalajian@ginko-stiftung.de

MO 17. NOVEMBER, 18.00 UHR

FÜR ELTERN UND INTERESSIERTE

Medien: Gebrauch, Missbrauch oder sogar Suchtgefahr?

Wir wollen auf diesem Treffen Ängste der Angehörigen von Jugendlichen, die im erhöhten Maße Medien nutzen, ernstnehmen, verstehen und ihre Sorgen abbauen. Zugleich sollen Handlungsideen entwickelt werden.

REFERENT: Hans-Jürgen Haak, Jugendberatung,
ginko Stiftung für Prävention

VERANSTALTER: SKJ e.V., Friedrich Wennmann Haus

ORT: Tinkrathstr. 68, 45472 Mülheim a. d. Ruhr

INFORMATION: Ansprechpartnerin Birgit Lieske,
Anmeldung erbeten unter
Tel. 0208 8470452 oder
friedrich-wennmann-haus@skj-mh.de

DI 18. NOVEMBER, 10.00 UHR

FÜR SCHÜLER/-INNEN DER KLASSE 9A DES GYMNASIUMS BROICH

„Check it!“ - Über den Sinn von Gesetzen, Normen und Werten

Bei diesem „Check it!“ Baustein werden den Jugendlichen u.a. Grenzen durch gesetzliche Bestimmungen aufgezeigt sowie der Sinn von Regeln vermittelt. Die Diskussion um Werte und Normen hilft Jugendlichen bei der Findung eigener Standpunkte und vermittelt ihnen Orientierung.

REFERENTEN: Michael Welke, Polizei Essen/Mülheim

VERANSTALTER: Gymnasium Broich,
ginko Stiftung für Prävention

ORT: Ritterstraße 21, 45479 Mülheim a. d. Ruhr

GESCHLOSSENE VERANSTALTUNG**MI 19. NOVEMBER, 9.30 - 17.00 UHR**FORTBILDUNGSANGEBOT FÜR MITARBEITER/-INNEN IN KINDERGÄRTEN,
KITAS & FAMILIENHILFE**„Leben ohne Qualm“
Methoden für die Elternarbeit**

Die „Methoden für die Elternarbeit“ zeigen auf, auf welche Weise Sie das Thema „Rauchen“ und/oder „Passivrauchen“ in Ihren Einrichtungen platzieren können.

Sie erfahren, wie gezielt Gesprächsanlässe geschaffen werden können, um – z.B. auf der Grundlage der motivierenden Gesprächsführung – positiv zum Nichtrauchen zu motivieren.

Die Methoden geben Anstöße für gesündere und kindgerechte Verhaltensweisen im häuslichen Umfeld. Sie lassen sich flexibel, also je nach vorhandenen Ressourcen, Vorkenntnissen, Lebenswelten und Eingangsvoraussetzungen der Eltern/Familien, einsetzen.

REFERENTIN: Tanja Schmitz-Remberg,
Dipl. Soz.-Päd., MOVE-Trainerin

VERANSTALTER: ginko Stiftung für Prävention /
NRW-Landesinitiative „Leben ohne Qualm“

ORT: ginko Stiftung für Prävention,
Kaiserstr. 90, 45468 Mülheim a. d. Ruhr

INFORMATION: Kosten 22 €
Ansprechpartnerin: Karin Franke,
Anmeldung erbeten unter
Tel. 0208 30069-31 oder
info@ginko-stiftung.de

DO 20. NOVEMBER, 9.30 - 14.00 UHR

FÜR PROPHYLAXEFACHKRÄFTE

„Leben ohne Qualm“ – Rauchfreie Berufsschule – Konzept- und Methodenworkshop

Der Workshop zeigt auf, wie Schulen auf ihrem Weg zur Rauchfreiheit gezielt unterstützt werden können. Diskutiert werden Strategien für die Ansprache und Beratung von Berufsbildenden Schulen. Vorgestellt wird ein Spektrum von Maßnahmen für die Rauchfreie Berufsbildende Schule, u.a. schulinterne Fortbildungen zur Tabakprävention, Beratung von Schulgremien bei der Planung und Umsetzung von Maßnahmen, Methodik des „sms-coachs“ als Ausstiegshilfe“, „Minimalintervention“ für Lehrkräfte und Vermittlung eines Unterrichtsmoduls, das rauchende und nichtrauchende Schüler/-innen differenziert anspricht.

REFERENT: Gerd Rakete, Rakete Konzept GbR

VERANSTALTER: ginko Stiftung für Prävention

ORT: Kaiserstr. 90, 45468 Mülheim a. d. Ruhr

INFORMATION: Kostenfrei, **Anmeldung erbeten** unter
Tel. 0208 30069-31 oder
info@ginko-stiftung.de

SCHIRMHERRSCHAFT

Oberbürgermeisterin Dagmar Mühlenfeld

VERANSTALTER

ginko Stiftung für Prävention
Kaiserstraße 90
45468 Mülheim an der Ruhr



g!nko Stiftung für Prävention

KOOPERATIONSPARTNER:

AWO Kreisverband Mülheim an der Ruhr e. V.

Caritas Sozialdienste - Psychosoziale Beratungsstelle

CVJM Mülheim

Diakonisches Werk

- Ambulatorium
- Jugendhilfe

Ev. Familienzentrum Kunterbunt

Gustav Heinemann Gesamtschule

Gymnasium Broich

Kreuzbund e.V.

Max Kölges Schule

Mülheimer Gesellschaft für soziale Stadtentwicklung mbH -
Familiennetzwerk Heißen

Netzwerk der Generationen

Netzwerk der Vereinten Evangelischen Kirchengemeinde

Netzwerk KipE

Polizei Essen/Mülheim

Raphaelhaus

Schule am Hexbachtal

SKJ e.V. Jugendzentrum Friedrich Wennmann Haus

SKJ e.V. Jugendzentrum Stadtmitte

Stadt Mülheim a. d. Ruhr

- Amt für Kinder Jugend Schule der Stadt Mülheim
- Gesundheitsamt
- Stadtbibliothek im MedienHaus

Willy Brandt Gesamtschule

Unser Dank gilt allen Kooperationspartnern, Mitwirkenden und Unterstützenden.

FINANZIERUNG

gefördert vom:

**Ministerium für Gesundheit,
Emanzipation, Pflege und Alter
des Landes Nordrhein-Westfalen**



KOORDINATION UND KONTAKT

ginko Stiftung für Prävention
 Fachstelle für Suchtvorbeugung
 Ansprechpartner/innen:
 Deike Kranz und Norbert Kathagen
 Kaiserstraße 90
 45468 Mülheim
 Tel. 0208 3006931
 d.kranz@ginko-stiftung.de
 n.kathagen@ginko-stiftung.de
 www.ginko-stiftung.de/muelheim

GESAMTKOORDINATION

ginko Stiftung für Prävention
 Landeskoordinierung Suchtvorbeugung NRW
 Armin Koeppel
 Kaiserstraße 90
 45468 Mülheim an der Ruhr
 Tel. 0208 3006931
 Fax 0208 3006949
 a.koeppel@ginko-stiftung.de
 www.ginko-stiftung.de



