



## **Rauchzeichen- Tabak- und Suchtprävention an Schulen** Primärpräventionsprojekt der Deutschen Herzstiftung e. V. zur Tabak- und Suchtprävention für 7. Klassen

Die Deutsche Herzstiftung e. V. unterhält seit mehr als zehn Jahren das Projekt Rauchzeichen- Tabak- und Suchtprävention an Schulen.

Rauchzeichen war und ist in all diesen Schuljahren ein zuverlässiger Partner an mittlerweile circa 130 Schulen in der Region.

Die Jugendlichen sollen über die Gefahren des Rauchens informiert werden und in ihrer Entscheidung gegen das Rauchen unterstützt werden.

Das Programm setzt sich aus einem Powerpoint-gestützten Vortrag zusammen, einem Experiment, bei dem eine Zigarette in einen Glaskolben geraucht wird, zwei bis drei Filmen und viel Diskussion.

Wir verbringen mit jeder Klasse eine Doppelstunde.

Der Unterricht wird von uns im Tandem durchgeführt: eine Ärztin oder ein Arzt und eine Person aus dem Rauchzeichen-Team. Über 80 Ärzte sind dafür- teilweise schon über 10 Jahre lang- ehrenamtlich mit uns an den Schulen unterwegs.

Rauchzeichen will informieren, nicht abschrecken oder belehren. Wir setzen uns mit den Schülerinnen und Schülern über das Für und Wider zum Rauchen auseinander.

Wir thematisieren

- die Gründe, warum Jugendliche mit dem Rauchen beginnen (cool sein, Gruppenzwang, Neugier, Vorbilder ...),
- das Thema Sucht (hier werden auch andere Süchte andiskutiert), die Giftstoffe im Tabakrauch,
- wie Tabakrauch bzw. die Gifte im Körper aufgenommen werden und sich ausbreiten,
- die Gefahren für die Lunge,
- den Lungenkrebs und andere Krebserkrankungen durch das Rauchen,
- die Gefahren für den Kreislauf und das Herz: Raucherbein, Schlaganfall, Herzinfarkt,
- fakultativ das Thema der Laienreanimation, denn Rauchen ist ein Hauptrisikofaktor für Herzinfarkt,
- dass und warum Passivrauch noch giftiger als Aktivrauch ist,
- die orientalische Shisha,
- die E-Shisha,
- das Kiffen (Marihuana und Haschisch rauchen).

Im Pilotprojekt bauen wir derzeit eine Follow-up Veranstaltung für unsere Partnerschulen auf. Hier arbeiten wir mit dem Fach Darstellendes Spiel an den Schulen zusammen. Dieses Aufbauprojekt wendet sich an neunten Klassen.

Gerne stehe ich Ihnen für alle weiteren Fragen zur Verfügung.

Mit besten Grüßen,

Jule Thomas

*Rauchzeichen*

Projekt der Deutschen Herzstiftung e. V. zur Tabak- und Suchtprävention mit Jugendlichen an Schulen

0173- 61 60 246