

# Drogenhilfe Köln

## Fachstelle für Suchtprävention



## Newsletter der Fachstelle für Suchtprävention

Herzlich Willkommen zum **Newsletter** der Fachstelle für Suchtprävention!

Weihnachten steht vor der Tür und es gibt an jeder Ecke Weihnachtsmärkte, verlockende Zimtschnecken, köstliches Essen, aber auch eine Menge Versuchungen in Form von Alkoholika. Da kommt unser Suchtpräventions-Newsletter wie gerufen. Wir freuen uns, Ihnen die neuesten Angebote und Informationen vorstellen zu dürfen. Darunter unser neues [Alkoholpräventionsprojekt "Tom und Lisa"](#). Weiterhin haben Sie die Möglichkeit, sich zu unserer [Weiterbildung "Qualifizierung Suchtvorbeugung" 2024/25](#) anzumelden. Wir stellen Ihnen den neuen [LoQ-Escape-Room](#) vor, informieren Sie über die neue [JIM-Studie 2023](#) und stellen Ihnen den [Factsheet zum Thema Lachgas](#) zur Verfügung.

In diesem Newsletter versorgen wir Sie außerdem mit den neuen Terminen zu unseren [Elternabenden](#) und unseren [Infoveranstaltungen & Fortbildungen](#) für die [Jugendarbeit](#) und die [weiterführenden Schulen](#) sowie für den [Elementarbereich](#) im Jahr 2024!

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen dieses Newsletters und stehen Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung, um Ihre Fragen zu beantworten oder Sie bei Ihren Präventionsaktivitäten zu unterstützen.

### Inhalte des Newsletters:

- [Aktuelle Fortbildungen für den Elementarbereich](#)
- [Aktuelle Fortbildungen für die Jugendhilfe und weiterführende Schulen](#)
- [Digitale Elternabende](#)
- [Weiterbildung Suchtprävention 2024/25](#)
- [Tom & Lisa - das Alkoholpräventionsprojekt](#)
- [LoQ-Escape-Room](#)
- [JIM-Studie 2023](#)
- [Factsheet zum Thema Lachgas](#)
- [Die Fachstelle in der Presse](#)
- [Aktuelles aus der Drogenhilfe](#)
- [Neue Ansprechpartnerin](#)

## FREIE PLÄTZE - FORTBILDUNGEN & SCHULUNGEN

Sie möchten etwas Neues dazulernen oder altes Wissen wieder auffrischen? Dann schauen Sie doch gerne bei unseren **Schulungen und Infoveranstaltungen** vorbei. Bei

uns finden Sie Angebote sowohl in Präsenz als auch digital, für Eltern oder pädagogische Fachkräfte, schnelle Methodenschulungen am Nachmittag oder kurze Inputs zu neuen Substanzen - für Jede und Jeden ist etwas dabei!

**Wenn Sie die Möglichkeit haben die Angebote über Ihre Verteiler oder Ihre Internetseite zu verbreiten, freuen wir uns!**

*Mit einem **KLICK** auf die Angebote, erhalten Sie auf unserer Seite [www.sucht-bildung.de](http://www.sucht-bildung.de) alle weiteren Details und die Möglichkeit zur Anmeldung.*

**Jetzt schnell noch anmelden und einen Platz für unsere top-aktuellen Präsenz-Fortbildungen für frühe Hilfen, Kindertagesstätten, Familienzentren und Grundschulen sichern!**

smart kiddies - Prävention von Mediensucht in der Grundschule  
am 23.04.2024 von 09:00 bis 17:00 Uhr im Seminarraum der Drogenhilfe Köln

Smart Kids - begreifen statt wischen - Mediensuchtprävention im Elementarbereich  
am 29.04.2024 von 09:00 bis 16:00 Uhr in Hürth

KITA MOVE - Motivierende Kurzintervention mit Eltern im Elementarbereich  
am 17.-18. & 24.06.2024 jeweils von 09:00 bis 17:00 Uhr im Tor28, Köln

**Jetzt schnell noch anmelden und einen Platz für unsere top-aktuellen Präsenz-Fortbildungen für Jugendarbeit & weiterführende Schulen sichern!**

Cann(A)bis(Z)ness - Informationen zu Cannabis von A bis Z  
am 12.03.2024 von 14:00 bis 17:00 Uhr in Hürth

Methodenkoffer Cannabis - Stark statt breit  
am 11.04.2024 von 14:00 bis 18:00 Uhr in Hürth

Methodenschulung "WENN FINN KIFFT" - Cannabisprävention im Jugendalter  
am 16.04.2024 von 14:30 bis 17:00 Uhr in Hürth

Methodenkoffer "What's on?! Einfach mal abschalten"  
am 25.04.2024 von 14:30 bis 17:00 Uhr in Hürth

Dampf und Rauch - Vape, Shisha, Kippe & Co  
am 13.05.2024 von 14:00 bis 18:00 Uhr in Hürth

"Was geht App???" Mediensuchtprävention mit Jugendlichen  
am 27.05.2024 von 09:00 bis 16:00 Uhr in Hürth

Methodenkoffer Alkohol  
am 03.06.2024 von 14:00 bis 16:30 Uhr in Hürth

Die "schöne bunte Welt" neuer legaler Drogen  
am 04.06.2024 von 14:00 bis 15:30 Uhr in Hürth

Rausholen was drin ist - Kreatives Arbeiten mit der großen Schadstoffzigarette  
am 10.06.2024 von 14:00 bis 16:30 Uhr in Hürth

MOVE - Motivierende Gespräche mit konsumierenden Jugendlichen  
vom 27.-29.11.2024 jeweils von 09:00 bis 17:00 Uhr im Seminarraum der Drogenhilfe Köln

**Digitale Elternabende**

## Digitaler Elternabend Mediensucht



Mediensucht  
Faszination und Risiken der virtuellen Welt

Drogenhilfe Köln  
gGmbH

29. Januar 2024 | 18.00 – 19.30 Uhr  
Infos und Anmeldung unter [www.sucht-bildung.de](http://www.sucht-bildung.de)

Digitaler Elternabend zum Thema  
Mediensucht am 29.01.2024 von 18:00 bis  
19:30 Uhr über Zoom

Die exzessive Mediennutzung von Kindern und Jugendlichen stellt für viele Familien zunehmend eine Herausforderung in der Erziehung der Kinder dar. In diesem Informationsabend erfahren Sie, wo die normale Mediennutzung aufhört, wo abhängiges Verhalten anfängt und was Erziehende tun können.

## Alkohol, Pubertät und Rausch Digitaler Elternabend



HaLT  
Hart am LICHT

GKV-Bündnis für GESUNDHEIT

Drogenhilfe Köln  
gGmbH

30. Januar 2024 | 18.00 - 19.30 Uhr  
Infos und Anmeldung unter [www.sucht-bildung.de](http://www.sucht-bildung.de)

Digitaler Elternabend zu Alkohol - Pubertät  
und Rausch am 30.01.2024 von 18:00 bis  
19:30 Uhr über Zoom

Der Alkoholkonsum unter Jugendlichen ist weit verbreitet. Wir möchten Ihnen die Gelegenheit bieten, sich aus fachlicher Sicht mit der Wirkung von Alkohol und eventuellem Mischkonsum mit Cannabis auseinander zu setzen und Ihnen außerdem Empfehlungen für einen klaren Umgang mit Regeln, Grenzen und nicht zuletzt dem Thema Jugendschutz an die Hand geben.

*Wir freuen uns, wenn Sie die Elternabende in Ihrer Einrichtung bewerben. Hierfür stellen wir Ihnen gerne eine **PDF-Datei zum Download** zur Verfügung.*

### Keine Zeit?!? Methoden to go!!!

Wenn Sie in Ihrer Klasse oder mit Ihrer Jugendgruppe suchtpreventiv arbeiten, aber nicht viel Zeit in die Vorbereitung investieren wollen, dann leihen Sie sich doch einfach eines unserer Methodenpakete zu **Medien**, **Alkohol**, **Cannabis** und **Glücksspiel** aus. Alle Methoden werden im Handbuch gut erklärt und Sie können direkt loslegen!

## NEUES VON UNS FÜR SIE

## Weiterbildung Suchtprävention 2024/25

Einmal jährlich bieten wir die Weiterbildung "Qualifizierung Suchtvorbeugung" für pädagogische Fachkräfte in weiterführenden Schulen und Jugendarbeit an. Das Konzept besteht aus aufeinander aufbauenden Modulen, die sich mit allen relevanten Aspekten des Suchtphänomens befassen und den Schwerpunkt auf Suchtvorbeugung und deren Umsetzung legen. Die Teilnehmer:innen schließen die zertifizierte Weiterbildung mit der Durchführung eines suchtpreventiven Projektes in ihrer Einrichtung ab. Einen Einblick in die Projekte der letzten Qualifizierung bekommen Sie [HIER](#).

Die Plätze sind begrenzt - Melden Sie sich unter folgendem [LINK](#) gerne an!



### Tom & Lisa - das Alkoholpräventionsprojekt

Unser neues Angebot „Tom & Lisa“ besteht aus Klassenworkshops zur Alkoholprävention, inklusive einer Moderatorenschulung. In 2x2 Stunden vermitteln wir - gemeinsam mit Ihnen - Schüler:innen (Kasse 7/8) Grundlagen zum bewussten Umgang mit Alkohol. Mehr Informationen finden Sie unter folgendem [LINK](#).



### LoQ-Escape-Room

Der LoQ-Escape-Room ist ein digitales Präventionsangebot für Schulen und Jugendeinrichtungen. Dabei lernen Kinder und Jugendliche auf spielerische und unterhaltsame Weise etwas zum Thema Rauchen. Mehr Informationen finden Sie unter folgendem [LINK](#).



### JIM-Studie 2023 veröffentlicht

Die JIM-Studie bildet das Medienverhalten der Jugendlichen in Deutschland ab. Neben neuen Entwicklungen, werden in dieser Studie die aktuellen Nutzungszeiten, beliebte Plattformen aber auch sexuelle Belästigung im Netz thematisiert. Die Studienergebnisse finden Sie unter folgendem [LINK](#).



## Factsheet zum Thema Lachgas

Lachgas erregt derzeit viel Aufmerksamkeit in Schulen und Jugendeinrichtungen. Zunehmend sind Kartuschen und schwarze Luftballons auf den Straßen zu beobachten. Doch was verbirgt sich hinter Lachgas und welche Risiken birgt der Gebrauch? Die Landesfachstelle Prävention der Suchtkooperation NRW hat ein Factsheet zu Lachgas veröffentlicht, das genau diese Fragen behandelt. Mehr Informationen finden Sie unter folgendem [LINK](#).



Lachgas

Lachgas ist die umgangssprachliche Bezeichnung für Distickstoffmonoxid (N<sub>2</sub>O), ein farb- und geruchloses, leicht süßlich schmeckendes Gas. Es gehört zur Gruppe der Stickoxide und ist sowohl zu technischen als auch zu medizinischen Zwecken einsetzbar. Distickstoffmonoxid wird als medizinisches Lachgas wegen seiner schmerzstillenden und angstlösenden Wirkung als leichtes Narkosemittel verwendet, z.B. bei der Zahnbehandlung. Medizinisches Lachgas ist verschreibungspflichtig. Der Handel mit und die Abgabe von medizinischem Lachgas ohne ärztliche Verschreibung stellen einen Verstoß gegen das Arzneimittelgesetz (AMG) dar.

## DIE FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION IN DER PRESSE



### Interview zum Thema Lachgas

Am 08.11.2023 hat unsere Kollegin Christina Abke ein Interview im WDR zum Thema Lachgas gegeben. [HIER](#) gelangen Sie zum Video.



### Interview zum Thema K.O. Tropfen

Am 06.08.2023 hat unser Kollege Ralf Wischnewski ein Interview bei Quarks zum Thema Lachgas gegeben. [HIER](#) gelangen Sie zum Video.



### Unser Grasparcours in Hürth

Im September fand der Grasparcours für über zwanzig achte Klassen in Hürth statt. [HIER](#) gelangen Sie zum Presseartikel.

## AKTUELLES AUS DER DROGENHILFE

ansprechbar

Die Beratungsstelle für Jugendliche

Die Jugendsuchtberatung *ansprechbar* bietet Beratung zu Substanzen und exzessivem Medienkonsum für Betroffene, Angehörige, Lehrer:innen oder andere Vertrauenspersonen an! Die Zielgruppe sind junge Erwachsene unter 27 Jahren.

Die Beratung kann zwei Mal die Woche auch ganz einfach per [Live-Chat](#) in **24 Sprachen** erfolgen! Schauen Sie doch mal auf der [Seite der Jugendberatung](#) und ab sofort auch bei [Instagram](#) vorbei!

Terminvereinbarung:

Mo. - Do. von 09:00 - 16:00 Uhr  
Fr. von 09:00 - 15:00 Uhr  
0221/91279710 oder  
[ansprechbar@drogenhilfe.koeln](mailto:ansprechbar@drogenhilfe.koeln)

Chatzeiten:  
Di. 14:00 - 17:00 Uhr  
Do. 17:00 - 19:00 Uhr  
[ansprechbar-koeln.de](mailto:ansprechbar-koeln.de)

---



## Neue Ansprechpartnerin

Friederike Reuver ist unsere neue Kollegin in der Fachstelle für Suchtprävention. Wenn Sie Fragen oder Interesse an einer Zusammenarbeit haben, melden Sie sich gerne!

**Friederike Reuver**  
[f.reuver@drogenhilfe.koeln](mailto:f.reuver@drogenhilfe.koeln)  
02233/99444-27

---

**Vielen Dank für Ihr Interesse an unserer Arbeit!**

Wir freuen uns, wenn Sie den Newsletter interessierten Kolleg:innen weiterempfehlen. Der Newsletter kann über diesen [LINK](#) abonniert werden.

Wir wünschen Ihnen eine besinnliche Weihnachtszeit und einen guten Rutsch ins neue Jahr!

**Wenden Sie sich bei Fragen oder Anliegen gerne an das Team der Fachstelle für Suchtprävention**



www.  
sucht-bildung.  
de



Impressum:  
Drogenhilfe Köln gGmbH  
Hans-Böckler-Straße 5  
50354 Hürth  
Newsletter abbestellen