

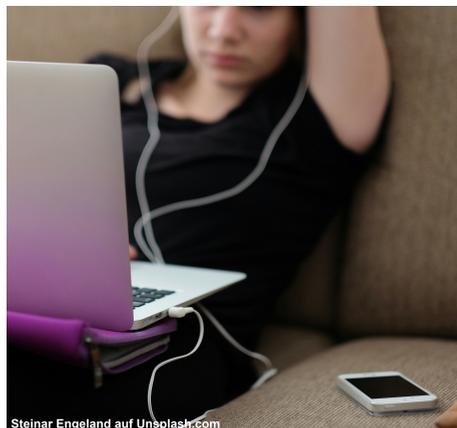
# Drogenhilfe Köln



## NEWSLETTER DER FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION

### Herzlich willkommen zu unserem September-Newsletter!

Der Sommer endet bald und wir verbringen dann wieder mehr Zeit Zuhause. Gerade im Herbst und Winter ist es oft eine attraktive Vorstellung, auf dem Sofa sitzend Videos zu schauen, sich die Zeit in den farbenfrohen Welten eines Computerspiels zu vertreiben oder in Social-Media-Posts von fernen Orten abzutauchen. Aber was als ein Programmpunkt von vielen schön und entspannend ist, kann auch schnell ungesunde Ausmaße annehmen.



In diesem Newsletter nehmen wir darum in unserem **Top Thema** die **Prävention von exzessivem Medienkonsum** in den Fokus. Wir möchten Sie als Fachkräfte über aktuelle Fortbildungen, Materialien, Studien und Möglichkeiten informieren, präventiv zum Thema Medienkonsum in Aktion zu treten.

In diesem Newsletter sind auch Termine anderer interessanter Fortbildungen und Schulungen für Fachkräfte aus Jugendarbeit, Schule und dem Elementarbereich sowie Angebote für Eltern zu finden. Schauen Sie in unsere [Fortbildungsangebote](#) mit den Terminen von Veranstaltungen im Herbst/Winter 2024 und ersten Terminen für 2025.

Gerne stehen wir Ihnen auch für konkrete Fragen oder bei der **Planung und Implementierung von Präventionsaktivitäten und -konzepten** in Ihrer Einrichtung zur Seite. Sprechen Sie uns einfach an.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen unseres Newsletters und eine gute Zeit!

**Viele Grüße aus der Fachstelle**

Für die beste Ansicht des Newsletters nutzen Sie die [Webversion](#).

# INHALTE DES NEWSLETTERS

- **Top Thema**
  - MEDIEN: Unsere Angebote und Methoden
  - MEDIEN: Angebote und Materialien anderer Akteure
  - MEDIEN: Klick-Tipp & Lesestoff
  
- **Aktuelle Fortbildungen für den Elementarbereich**
  - Gesprächsführung
  - Suchtbelastete Lebensgemeinschaften
  
- **Aktuelle Fortbildungen für Jugendhilfe und weiterführende Schulen**
  - Cannabis
  - Alkohol
  - Medien
  - Gesprächsführung
  
- **Digitale Elternabende**
  - Medien 0-6
  - Medien 6-12
  - Medien ab 12
  - Alkohol
  - Cannabis
  
- **Elternseminar Cannabis**
  
- **News & Updates**
  - Unterrichtseinheit Lachgas
  - Neuer Methodenkoffer Cannabis
  - Aktualisierte Broschüren Cannabis

*Und einiges mehr...*
  
- **To Go Methodenkoffer im Verleih**
- **Die Fachstelle in der Presse**
  
- **Unsere Ansprechpartnerinnen für Köln und REK**
- **Beratungsstellen der Drogenhilfe**

## TOP THEMA: MEDIEN

Die Medien - Für fast Jede und Jeden ist etwas dabei. Es gibt wenig Bedarfe, die sich medial nicht befriedigen oder zumindest kompensieren lassen. Und so attraktiv Medien auch sind und so viele Chancen sie auch bieten, so besteht doch immer auch die Gefahr sich in ihnen zu verlieren. Besonders Kindern und Jugendlichen fällt es oft schwer Reize und Risiken zu reflektieren und ein gesundes Konsum-Maß zu entwickeln. Deswegen ist es wichtig, dass Fachkräfte und Erziehende die Heranwachsenden dabei unterstützen.

**In dieser Kategorie finden Sie viele Informationen, Materialien und Methoden, die Sie einfach und effektiv in der präventiven Arbeit zu exzessivem Medienkonsum einsetzen können.**



**Digitale Elternabende**

Für Eltern von Kindern und Jugendlichen

- Von 6 bis 12 Jahren
- Ab 12 Jahren

Digitale Elternabende zur Mediennutzung von Jugendlichen

Digitale Elternabende zur Mediennutzung von Kindern

Digitale Elternabende zur Mediennutzung von Jugendlichen

Digitale Elternabende zur Mediennutzung von Kindern

### Gerne teilen: Digitale Elternabende zum Thema Medien

Wir bieten regelmäßig unsere digitalen Elternabende zum Thema Medien für Eltern von Kindern in drei verschiedenen Altersgruppen an:

- Von 0-6 Jahren
- Von 6 bis 12 Jahren
- Ab 12 Jahren

Neben vielen wichtigen Informationen und wertvollen Handlungsempfehlungen erhalten die Teilnehmer:innen die Möglichkeit ihre persönlichen Sorgen anzusprechen und Fragen zu stellen.

**Wir freuen uns immer, wenn Fachkräfte die aktuellen Termine unserer Elternabende zu Alkohol, Cannabis und Medien weiterleiten und bei Eltern und Erziehenden ihrer Schulen und Einrichtungen bewerben.**

Hierfür können Sie gerne diese **PDF-Datei zum Download** nutzen oder auf unsere Homepage [www.suchtbildung.de/seminarangebote/digitale-angebote/](https://www.suchtbildung.de/seminarangebote/digitale-angebote/) verweisen.



**Methodenkoffer - Schulungen**

Für Fachkräfte aus den Bereichen Schule und Jugendarbeit

- Methodentasche [netbag]
- Methodenkoffer What's On

Methodentasche [netbag]

Methodenkoffer What's On

### Einladung: Methodenkoffer-Schulungen für Fachkräfte

Wir führen regelmäßig kostenfreie Methodenkoffer-Schulungen zu unterschiedlichen Themen durch. Im Herbst finden wieder zwei Schulungen zu unseren Medien-Methodenkoffern für interessierte Fachkräfte aus den Bereichen Schule und Jugendarbeit statt.

Aktuelle Methodenkoffer-Schulungen zum Thema Prävention exzessiven Medienkonsums:

- **Methodenkoffer "What's on?! Einfach mal abschalten."**
- **Methodentasche [netbag] - Praktische Methoden zur Prävention exzessiver Mediennutzung**

**Alle aktuellen Schulungsangebote finden Sie unter:**

<https://www.suchtbildung.de/seminarangebote/praesenzangebote/>



**Kostenfreier Verleih:  
Methodenkoffer "netbag" zur  
Prävention exzessiven  
Medienkonsums in Schule und  
Jugendarbeit**

**Ein Thema - eine Tasche - einmal  
ausleihen bitte!**

Sie wollen mit Ihren Schüler:innen im Unterricht das Thema Medienkonsum besprechen? In Ihrem Jugendzentrum steht eine Aktion zum Thema Online-Sucht an? Die in unserer Methodentasche "netbag" enthaltenen, interaktiven Methoden befähigen Sie selbstständig und ganz einfach eine suchtpräventive Veranstaltung für eine Schulklasse oder Jugendgruppe anbieten zu können. Die Inhalte der Methodentasche laden unterhaltsam zu Gespräch und Selbstreflexion ein und geben wichtige Impulse.

**Die Methodentasche kann in unserem Online-Shop drogisto.de erworben und von Schulen und Institutionen aus Köln und dem Rhein-Erft-Kreis kostenfrei entliehen werden!**

**Wenden Sie sich bei Fragen zum Verleih bitte an Alexander Boberg:**  
[a.boberg@drogenhilfe.koeln](mailto:a.boberg@drogenhilfe.koeln)



**Kostenfreier Verleih:  
Methodenkoffer "What's On!?"  
zur Prävention exzessiven  
Medienkonsums in Schule und  
Jugendarbeit**

**Ein Thema - ein Koffer - einmal  
ausleihen bitte!**

Der Methodenkoffer „What's on? Einfach mal abschalten“ zur Prävention exzessiver Mediennutzung bei jungen Menschen wurde im Rahmen der NRW-Landeskampagne „Sucht hat immer eine Geschichte“ entwickelt. Er eignet sich insbesondere für den Einsatz an Schulen und in Jugendeinrichtungen. Inhaltlich bietet der Koffer eine kompakte, in der Praxis erprobte Sammlung interaktiver Methoden, die es pädagogischen Fachkräften ermöglichen, das Thema exzessive Mediennutzung im Unterricht und in der Jugendarbeit spannend und wirkungsvoll zu behandeln.

**Der Methodenkoffer kann von Schulen und Institutionen aus Köln und dem Rhein-Erft-Kreis kostenfrei entliehen werden!**

**Wenden Sie sich bei Fragen zum Verleih bitte an Alexander Boberg:**  
[a.boberg@drogenhilfe.koeln](mailto:a.boberg@drogenhilfe.koeln)



### Methoden zum Thema Online-Sucht auf [www.drogisto.de](http://www.drogisto.de)

In unserem Onlineshop finden Sie viele Methoden zum Einsatz in der suchtpräventiven Arbeit mit Jugendlichen, die Sie für Ihre Einrichtung erwerben können.

Zum **Thema Medien** gibt es bei uns sowohl die **Methodentasche [netbag]** im Komplettpaket als auch Methoden zum Einzelkauf:

- **[netbag] - Methodentasche zur Prävention der Online-Sucht**
- **Nora am Mittag: Talkshow für Kinder und Jugendliche**
- **Suchtverlauf und Fälle zur Online-Sucht**
- **Quiz "Netgeneration"**
- **Informationsflyer "12 Klicks für Eltern"**

Natürlich finden Sie bei uns auch Methoden zu anderen Themen!

**Schauen Sie sich gerne einmal um: <https://www.drogisto.de/>**

### MEDIEN: Angebote und Materialien anderer Akteure



#### **klicksafe**

**Viele Informationen, Beiträge, Materialien und hilfreiche Tipps für Fachkräfte, Eltern und Kinder**

**klicksafe** ist das deutsche Awareness Centre im Safer Internet Programm der Europäischen Union

#### **[!] SCHAU HIN**



#### **[!] SCHAU HIN**

**Tipps zu Medienerziehung und hilfreiche Informationen für Eltern und Fachkräfte**

**SCHAU HIN!** ist eine Initiative vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, der ARD, dem ZDF und der AOK.

und wird verwortet von der Medienanstalt Rheinland-Pfalz.

Auf dem Internetportal <https://www.klicksafe.de/> finden Sie eine Vielzahl aktueller Informationen, praktischer Tipps und hilfreicher Materialien zu digitalen Diensten und Themen. Die Materialien richten sich an Kinder und Jugendliche, Eltern und Erziehende und Fachkräfte.

"klicksafe" bietet Infomaterial wie Broschüren, Ratgeber und Flyer zum kostenlosen Download an.



## BZgA Shop

Eine Vielzahl an Materialien zur Prävention

Im [Online-Shop der BZgA](#) stehen Flyer, Postkarten, Broschüren, Plakate vieles mehr zur Bestellung und zum kostenfreien Download bereit. Informations-Broschüren sind auch in größeren Stückzahlen erhältlich.

Es gibt viele der Materialien auch in leichter Sprache oder Fremdsprachen.

In der Kategorie "Suchtvorbeugung" des **BZgA-Shops** finden Sie Materialien zu Alkohol, Tabak und Cannabis, zu illegalen Substanzen, Glücksspiel und digitaler Mediennutzung.

Der Medienratgeber für Familien informiert über aktuelle Entwicklungen aus der Medienwelt und vermittelt Wissenswertes zu unterschiedlichen Schwerpunkten.

Eltern und Fachkräfte finden auf dem Portal <https://www.schau-hin.info/> Tipps zur Medienerziehung sowie Empfehlungen für den Familienalltag mit Medien.

SCHAU HIN! bietet Medienkurse für Eltern an.

Lohnend ist auch ein Blick auf Instagram: [@initiative\\_schau\\_hin](#)



## Ins Netz gehen

Informationen, Anregungen, Umfragen, Selbsttests und Beratung

[www.ins-netz-gehen.de](http://www.ins-netz-gehen.de) ist ein Infoportal zu Mediennutzung und Medienkompetenz der BZgA.

**Ins Netz gehen** richtet sich an Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene und möchte diese bei einer ausgewogenen Mediennutzung unterstützen sowie Denkanstöße zum Thema digitale Medien und übermäßige Mediennutzung geben. Auf der Seite finden junge Menschen Informationen, Anregungen und Selbsttests.

Die Initiative bietet zudem kostenfrei Chat- und Mail-Beratung an.



**Gutes Aufwachsen mit Medien**  
Das **Initiativbüro** berät und unterstützt **pädagogische Fachkräfte**

"Gutes Aufwachsen mit Medien" ist eine Anlaufstelle für pädagogische Fachkräfte, Ehrenamtliche und Eltern. Hier finden sich viele interessante Artikel und hilfreiche Links. Die Initiative bietet Unterstützung in der Medienerziehung von Kindern und Jugendlichen und fördert die medienpädagogische Zusammenarbeit zwischen Institutionen auf lokaler Ebene.



**Internet ABC**  
Wissen und Tipps zum Thema **Medien-Nutzung für Kinder (und Lehrkräfte und Eltern)**

Die unabhängige Plattform [www.internet-abc.de](http://www.internet-abc.de) wird vom Verein Internet-ABC e.V. mit der Landesanstalt für Medien NRW angeboten und vermittelt Informationen über den sicheren



**Elternguide.online**  
Angebot für Eltern zur **Unterstützung bei Medienthemen in der Familie**

Der [Elternguide.online](http://Elternguide.online) ist ein Kooperationsprojekt, das es sich zur Aufgabe gemacht hat, Eltern bei der Medienerziehung ihrer Kinder zu unterstützen und ihnen beratend zur Seite zu stehen. Auf der Seite finden sich viele Informationen und Beispiele, die mit Hilfe der "Guided Tour" individuell zusammengestellt werden können.



**Mediennutzungsvertrag**  
Angebot von **Klicksafe** und **Internet-ABC** für Familien

Die Internetseite [www.mediennutzungsvertrag.de](http://www.mediennutzungsvertrag.de) ist ein gemeinsames Angebot der EU-Initiative Klicksafe und des Vereins Internet-ABC. Eltern können auf der Seite (gemeinsam mit ihren Kindern) ganz

Umgang mit dem Internet für Kinder, Lehrkräfte und Eltern. Sie soll dabei unterstützen, ein gutes Verständnis für die Chancen und Herausforderungen des Internets zu entwickeln. Kinder haben auf der Seite viele Möglichkeiten mitzumachen und sich mit anderen Kindern auszutauschen.



**Medien kindersicher**  
Ihr Portal zum technischen Jugendmedienschutz



**Medien Kindersicher**  
Informationen zu technischen  
Einstellungen zum Schutz von  
Kindern

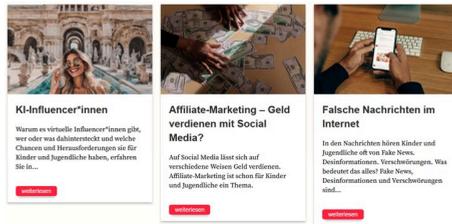
[www.medien-kindersicher.de](http://www.medien-kindersicher.de) bietet Informationen zu technischem Jugendmedienschutz. Die Seite informiert Eltern über technische Schutzlösungen für die Geräte, Dienste und Apps ihrer Kinder sowie über sinnvolle Einstellungen von Geräten, die durch die ganze Familie genutzt werden.

Komplizierte Einstellungen werden in einfachen Schritten vorgestellt, erklärt und eingeordnet.

Mit dem Assistenten lassen sich individuelle Konzepte nach Alter und Bedarf erstellen.

einfach individuell und an das jeweilige Alter angepasste und ansprechend gestaltete Mediennutzungsverträge erstellen.

**ACT  
ON!**   
aktiv + selbstbestimmt online



**ACT ON!**  
Informationen, Methoden und  
Materialien für Fachkräfte

ACT ON! (<https://act-on.jff.de/>) ist ein medienpädagogisches Forschungs- und Praxisprojekt, das auf das aktuelle Online-Handeln von Heranwachsenden im Alter von 10 bis 14 Jahren fokussiert. Auf der Projekt-Website gibt es viele Informationen zu Medieninhalten und aktuellen Internet-Phänomenen und eine große Auswahl an Methoden für Fachkräfte zum Download.

**ACT ON-Jugendpodcast:**  
[Jugendpodcast "Was geht...?"](#)



## ZEBRA

### Anlaufstelle, Wissen & Hilfe für Kinder und Jugendliche

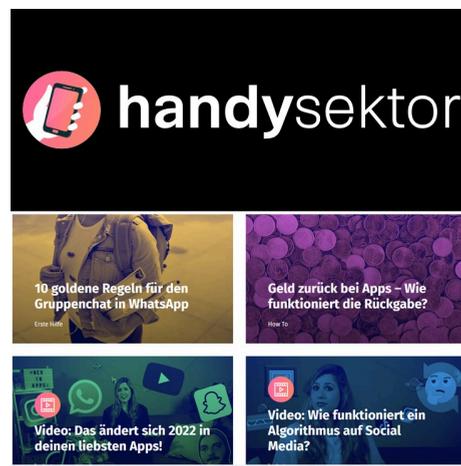
ZEBRA ist ein Angebot der Landesanstalt für Medien NRW. [www.fragzebra.de](http://www.fragzebra.de) beantwortet Kindern und Jugendlichen Fragen rund um das Thema Medien und den digitalen Alltag. Sie beantworten alle Fragen individuell und mit konkreter Hilfestellung. Auch für Eltern und Fachkräfte ist einiges Interessantes dabei!



## JUUUPORT

### Hilfe bei Cybermobbing und anderen Problemen im Netz

Bei JUUUPORT helfen Jugendliche Gleichaltrigen und geben ihnen Tipps, wie sie sich möglichst sicher



## handysektor

### Informationen für Jugendliche und methodische "Snacks" für den Unterricht

Die Seite [www.handysektor.de](http://www.handysektor.de) ist ein Angebot der Landesanstalt für Kommunikation Baden-Württemberg. Bei handysektor finden Jugendliche eine Vielzahl von Tipps, Informationen, kreativen Ideen und Tutorials rund um Smartphones, Tablets und Apps. Außerdem erhalten sie Hilfe bei Fragen oder Problemen mit digitalen Medien.

*Auch wenn handysektor sich künftig exklusiv an Jugendliche richtet, stehen die (Unterrichts-) Materialien, die sich auf der Seite finden, weiterhin Fachkräften zur Verfügung.*



## Schutzraum

### Lokale Initiative in Hürth

Schutzraum ist eine Hürther Initiative mit dem Ziel Eltern, Pädagog:innen, Kindern und Jugendlichen einen

im Netz bewegen und sich vor Gefahren schützen können.

Die Internetseite [www.juuuport.de](http://www.juuuport.de) ist eine Anlaufstelle für Kinder und Jugendliche, die sich zu Themen wie Mobbing oder Grooming informieren oder beraten lassen möchten. Es finden sich auf der Website Ratgeber und Antworten auf viele Fragen.

Außerdem gibt es eine Melde-Funktion über die Inhalte, die nicht ins Netz gehören, gemeldet werden können.

bewussten und sicheren Umgang mit modernen Medien zu vermitteln.

[www.schutzraum-medienkompetenz.de](http://www.schutzraum-medienkompetenz.de) bietet Informationen zu Medienkompetenz und Netzsicherheit und führt auch immer wieder Elternabende durch. Außerdem kann sich die Broschüre, die Teilnehmer:innen von Veranstaltungen erhalten, kostenfrei heruntergeladen werden unter "Schutzraum to go!".

## MEDIEN: Klick Tipps & Lesestoff

### Erklärvideo leichte Sprache:

#### "Mediensucht erkennen" einfach erklärt

Das zweiminütige Video erklärt in leichter Sprache, woran man Medienabhängigkeit erkennt und wie man Hilfe findet.

Dieses Video wurde von den Projekten „Digitale Teilhabe in Balance“ (Hessischen Landesstelle für Suchtfragen e.V. in Kooperation mit der Techniker Krankenkasse) und webcare+ in Zusammenarbeit mit dem Büro für Leichte Sprache der Lebenshilfe Gießen erstellt.

Das Video findet sich [HIER](#) zum Ansehen und zum Download.



### Game: Neues Online-Game für Kinder (7-13 Jahre) und ihre Eltern von SCHAU HIN!

Die Initiative „SCHAU HIN! hat das Spiel „**Sherlock Phones**“ veröffentlicht, in dem Kinder (mit ihren Eltern zusammen) verschiedenen Aufgaben und Mini-Games lösen müssen, um ein von einem Virus befallenes Smartphone wieder virenfrei zu bekommen.



In den Aufgaben wird spielerisch Wissen zu möglichst sicherer Smartphonennutzung vermittelt (Schutz der eigenen Daten, Berechtigungen von Apps, Werbung erkennen, usw.)

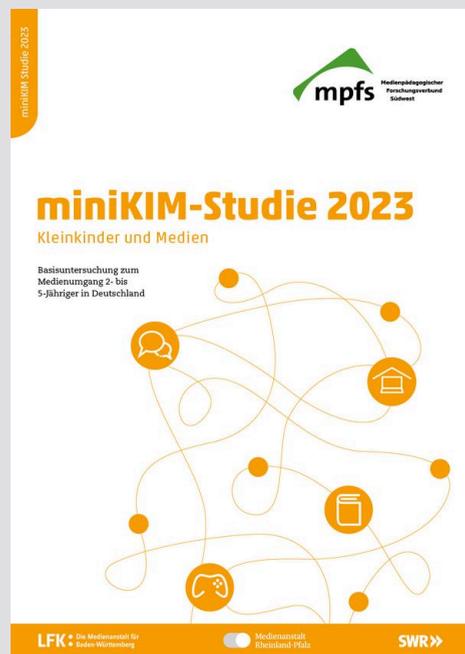
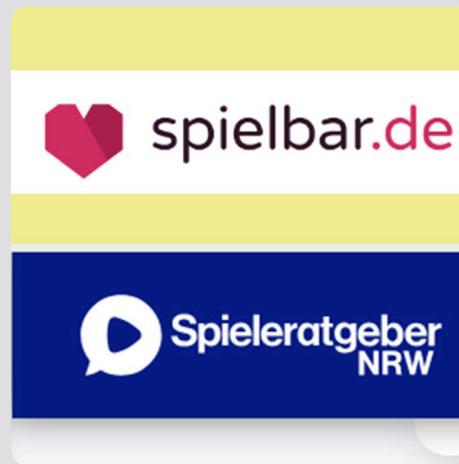
Das Spiel finden Sie unter:  
<https://www.sherlock-phones.info/>

## Ratgeber Gaming: "SpieleratgeberNRW" und "Spielbar"

<https://spieleratgeber-nrw.de/>

Der Spieleratgeber-NRW beurteilt Games nach pädagogischen Kriterien. Außerdem werden Spiele über Spieletest-Gruppen mit Kindern und Jugendlichen getestet. Die Beurteilungen helfen Eltern und pädagogischen Fachkräften bei der Orientierung im Spieleangebot.

<https://www.spielbar.de/spiele/> rezensiert digitale Spiele und beurteilt ihr pädagogisches Potenzial für die politische Bildung – sowohl für den Einsatz in der Schule als auch für zu Hause.



## Studie: MiniKIM-Studie zum Medienumgang von Kindern von 2 bis 5 Jahren

Die Ergebnisse aus der Studie miniKIM 2023 des Medienpädagogischen Forschungsverbundes Südwest sind wahrscheinlich besonders für Fachkräfte aus dem Elementarbereich sehr interessant. Die Studie zeigt z.B., dass über 80 Prozent der 2- bis 5-jährigen wöchentlich Filme und andere Videos von Streamingplattformen und Mediatheken konsumieren oder klassisch fernsehen.

Die Studie ist [HIER](#) online abrufbar.



Wir finden das allemal spannend und haben beides gelesen. Auch für Eltern und Fachkräfte ist das vielleicht interessant.

## FORTBILDUNGEN & SCHULUNGEN

Sie möchten Ihr Wissen erweitern oder bestehendes Knowhow wieder auffrischen? Dann schauen Sie gerne bei unseren **Schulungen und Informationsveranstaltungen** vorbei.

Ausgenommen unserer "MOVE"-Veranstaltungen und der Weiterbildung "Qualifizierung Suchtvorbeugung" sind alle unsere Angebote kostenfrei.

Wir freuen uns, wenn Sie die Angebote über Ihre Verteiler oder Ihre Internetseite an interessierte Personen und Institutionen verbreiten!

*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**.*

### Präsenz-Fortbildungen für Frühe Hilfen, Kindertagesstätten, Familienzentren und Grundschulen

#### GESPRÄCHSFÜHRUNG

**KITA MOVE - Motivierende Gespräche mit Eltern im Elementarbereich**

am 24.-25.03. & 07.04.2025 jeweils von 09:00 bis 17:00 Uhr

#### SUCHTBELASTETE LEBENSGEMEINSCHAFTEN

**[ KIDinare ] Kinder aus suchtbelasteten Lebensgemeinschaften**

am 29.10.2024 von 09:00 bis 16:00 Uhr

### Präsenz-Fortbildungen für Jugendarbeit & weiterführende Schulen

#### CANNABIS

**Cann(A)bis(Z)ness - Informationen zu Cannabis von A bis Z**

am 05.11.2024 von 14:00 bis 17:00 Uhr

**Methodenkoffer Cannabis - Der grüne Koffer**

am 09.12.2024 von 14:00 bis 18:00 Uhr

#### ALKOHOL

**Methodenkoffer Alkohol - Praktische Methoden der Alkoholprävention**

am 04.11.2024 von 14:00 bis 16:30 Uhr

#### MEDIEN

**Methodenkoffer "What's on?! Einfach mal abschalten."**

am 09.10.2024 von 14:00 bis 17:30 Uhr

## GESPRÄCHSFÜHRUNG

### **MOVE-Motivierende Gespräche mit konsumierenden Jugendlichen**

vom 27. bis 29.11.2024 jeweils von 09:00 bis 17:00 Uhr

**AUSGEBUCHT**

## DIGITALE ELTERNABENDE



### **Digitaler Elternabend zur Mediennutzung im Kleinkindalter (0-6 Jahre)**

Am 12.11.2024, 18:00 - 19:30 Uhr

#### **Gesund aufwachsen in einer medialen Welt**

Digitale Medien sind allgegenwärtig und so kommen bereits kleine Kinder in ihren Familien und in der Gesellschaft mit ihnen in Kontakt.

Es ist also empfehlenswert, dass sich Eltern und andere Bezugspersonen von Kleinkindern frühzeitig Gedanken über den Umgang mit Medien machen. Welche Bildschirmmedien sind ab wann geeignet? Was bewirkt mein eigenes mediales Verhalten? Und wie wollen wir in der Familie von Beginn an mit der Thematik umgehen?

Unser Elternabend soll Sie bei der Beantwortung dieser Fragen unterstützen und Ihnen weitere hilfreiche Denkanstöße und Tipps zum Thema digitale Medien mit auf den Weg geben

Die Veranstaltung findet über die Videokonferenz-Software Zoom statt.



### **Digitaler Elternabend zur Mediennutzung von Kindern (6-12 Jahre)**

Am 17.09.2024, 18:00 - 19:30 Uhr

**AUSGEBUCHT**

Am 27.11.2024, 18:00 - 19:30 Uhr

**JETZT SCHON ANMELDEN**

#### **Der gelungene Start in die medialen Welten**

Die Altersspanne von 6-12 Jahren ist beim Thema Medien eine besonders aufregende Zeit.

Die Schule beginnt, neue Medieninhalte werden interessant und die Nutzung von Medien wird im Freundeskreis zum Thema.

Im Rahmen des Elternabends lernen Erziehende, was Medien so faszinierend macht, welche Mechanismen Kinder in den Bann ziehen, welche Vorkehrungen unbedingt getroffen werden müssen, ab wann welches Gerät für ein Kind sinnvoll ist und wie wichtig feste Medienzeiten und medienfreie Räume sind.

Die Veranstaltung findet über die Videokonferenz-Software Zoom statt.



Exzessiver Medienkonsum von Jugendlichen (ab 12 Jahren)  
Zwischen analogem Familienalltag und digitalen Lebenswelten  
Infos und Anmeldung: [www.sucht-bildung.de](http://www.sucht-bildung.de)



## Digitaler Elternabend zum exzessiven Medienkonsum von Jugendlichen (ab 12 Jahre)

Am 16.09.2024, 18:00 - 19:30 Uhr

**AUSGEBUCHT**

Am 04.11.2024, 18:00 - 19:30 Uhr

**JETZT SCHON ANMELDEN**

## Zwischen analogem Familienalltag und digitalen Lebenswelten

Die exzessive Mediennutzung von Jugendlichen und jungen Erwachsenen stellt für viele Familien

und Lebensgemeinschaften eine Herausforderung in der Erziehung und im Zusammenleben dar. An diesem Informationsabend erfahren Erziehende, was sie wissen sollten und was sie tun können. Wir zeigen auf, wo Faszinationen und potentiell suchtauslösende Faktoren liegen und klären, wie man ins Gespräch kommen kann. Im Anschluss an den Vortrag gibt es die Möglichkeit Sorgen anzusprechen und Fragen zu stellen.

Die Veranstaltung findet über die Videokonferenz-Software Zoom statt.



## Digitaler Elternabend zum 11.11. Alkohol, Pubertät und Rausch

05.11.2024 | 18:00 – 19:30 Uhr | Zoom

Weitere Infos: [www.sucht-bildung.de](http://www.sucht-bildung.de)  
Anmeldung: [praevention@drogenhilfe.koeln](mailto:praevention@drogenhilfe.koeln)

Fachstelle für Suchtprävention | [praevention@drogenhilfe.koeln](mailto:praevention@drogenhilfe.koeln) | [www.sucht-bildung.de](http://www.sucht-bildung.de)

## Digitaler Elternabend zur Prävention von riskantem Alkoholkonsum Jugendlicher

Am 05.11.2024, 18:00 - 19:30 Uhr

### Pubertät und Rausch

Der Alkoholkonsum unter Jugendlichen ist weit verbreitet. Wir möchten Ihnen die Gelegenheit bieten, sich aus fachlicher Sicht mit der Wirkung von Alkohol und

potentiellem Mischkonsum auseinander zu setzen und Ihnen außerdem Empfehlungen für einen klaren Umgang mit Regeln, Grenzen und nicht zuletzt dem Thema Jugendschutz an die Hand geben.

**Alaaf und Helau!** Damit Eltern und ihre Kinder mit mehr Know-how und eigener Sicherheit die jecke Zeit erleben können, findet der Alkohol-

Elternabend dieses Mal kurz vor Karnevalsbeginn statt.

Die Veranstaltung findet über die Videokonferenz-Software Zoom statt.



**Reiz und Risiko für Jugendliche**  
Infos und Anmeldung: [www.sucht-bildung.de](http://www.sucht-bildung.de)

Fachstelle für Suchtprävention | Hans-Böckler-Str. 5 | 50354 Hürth  
02233-994440 | [praevention@drogenhilfe.koeln](mailto:praevention@drogenhilfe.koeln) | [www.sucht-bildung.de](http://www.sucht-bildung.de)

## Digitaler Elternabend zu Cannabis

Am 03.12.2024, 18:00 - 19:30 Uhr

### Reiz und Risiko von Cannabis für Jugendliche

Cannabis ist bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen beliebt und weit verbreitet. Der Konsum von Cannabis birgt aber gerade für Heranwachsende besondere Risiken und Gefahren.

In diesem Elternabend geben wir Ihnen einen Überblick über die Substanz, die aktuelle Rechtslage und werden Gründe jugendlichen Risikoverhaltens sowie Möglichkeiten des elterlichen Umgangs damit besprechen. Wie können Sie mit ihren Kindern ins Gespräch über Cannabis gehen? Welche klaren Regeln und Grenzen ziehen Sie? Wie kann man Neugierde kritisch begleiten und die eigenen Kinder über Risiken aufklären? Nach einem informativen Vortrag erhalten Sie die Gelegenheit Ihre Sorgen anzusprechen und Fragen zu stellen.

Die Veranstaltung findet über die Videokonferenz-Software Zoom statt.

### ANMELDUNG ZUM ELTERNABEND

**Mit einem Klick auf den Veranstaltungstitel erhalten Sie weitere Details!**

Anmeldungen bitte mit Angabe des Titels und des Datums an:  
[praevention\(a\)drogenhilfe.koeln](mailto:praevention(a)drogenhilfe.koeln).



### BITTE AN FACHKRÄFTE

**Wir freuen uns, wenn Fachkräfte die Elternabende in Ihrer Einrichtung bewerben.** Hierfür stellen wir Ihnen gerne eine [PDF-Datei zum Download](#) zur Verfügung.

## ELTERNSEMINAR



„Mein Kind kiff! Was kann ich tun?“

**Elternseminar Cannabis**

Dienstag, 13.08.2024  
17:00 bis 20 Uhr  
Victoriastr. 12  
50668 Köln

**Information & Anmeldung:**  
Jugendsuchtberatung ansprechbar  
ansprechbar@drogenhilfe.koeln  
www.ansprechbar-koeln.de  
0221/912797-10

@nsprechbar

Drogenhilfe Köln

## Elternseminar Cannabis

Am 26.11.2024

Von 17:00 bis 20:00 Uhr

Veranstaltungsort:

Jugendsuchtberatung **ansprechbar**,

Victoriastr. 12

50668 Köln

### "Hilfe mein Kind kiff! Was kann ich tun?"

Das Elternseminar Cannabis ist ein Angebot für Eltern, deren Kind Cannabis konsumiert hat oder aktuell konsumiert. Im Elternseminar werden viele Fragen beantwortet und es wird Raum geben, sich mit anderen Eltern auszutauschen.

#### Informationen und Anmeldung:

**Jugendsuchtberatungsstelle**

**ansprechbar**

[ansprechbar\(a\)drogenhilfe.koeln](mailto:ansprechbar(a)drogenhilfe.koeln)

Telefon: 0221 / 91 27 97 10

## NEWS & UPDATES



**Lachgas: Gründe - Wirkungen - Folgen**  
Unterrichtseinheit zur Suchtprävention (90 Min., ab Klasse 8)



### NEU: Unterrichtseinheit zum Thema LACHGAS

Wir haben eine kostenfreie und einfach für Sie umzusetzende Unterrichtseinheit zum Thema Lachgas konzipiert. Die suchpräventive Einheit richtet sich an Schüler:innen ab Jahrgangsstufe 8 und dauert 90 Minuten.

Die Jugendlichen ergründen die Motive für den Konsum von Lachgas und lernen Wirkungen und Risiken kennen. Ziel der Einheit ist es gesundheitsorientierte Haltungen zu stärken und miteinander ins Gespräch zu kommen.

Die Unterrichtseinheit lässt sich einfach und ohne großen Materialaufwand umsetzen: Im Vorfeld informiert sich die Fachkraft anhand bereitgestellter Quellen und stellt das Arbeitsmaterial, das sie in Dateiform erhält, zusammen. Ergänzt wird das Material durch frei verfügbare Medieninhalte. Die Klasse bearbeitet die Aufgaben dann in Einzel- und Gruppenarbeit und geht in den großen Austausch.

**Wenn Sie Interesse haben, diese Unterrichtseinheit durchzuführen, melden Sie sich gerne unter:**

[f.reuver@drogenhilfe.koeln](mailto:f.reuver@drogenhilfe.koeln).



## Aktualisiert: Methodenkoffer Cannabis - aus "Stark Statt Breit" wird "Der grüne KOFFER"

Der „Stark statt Breit“-Methodenkoffer wurde inhaltlich überarbeitet und der neuen Gesetzgebung angepasst und kann als „Der grüne Koffer“ ab sofort kostenfrei bei uns entliehen werden.

„Der grüne Koffer“ enthält 8 evaluierte Methoden zur Cannabissuchtprävention.

Fachkräfte, die bereits mit dem "Stark Statt Breit"-Koffer gearbeitet haben und die Änderungen ansehen möchten, können gerne die Datei des neuen Handbuchs per Mail bei uns anfragen.

Fragen zum Verleih des Koffers bitte an: [Alexander Boberg](#)



## Informations-Broschüren zu Cannabis aktualisiert

Die Cannabis-Broschüren von **Stark Statt Breit - Präventionsprogramm Cannabis NRW** wurden anlässlich der neuen Gesetzeslage (CanG, 2024) überarbeitet und sind jetzt kostenfrei bestellbar:

- [Ratgeber für Eltern](#)
- [Alle wichtigen Infos auf einen Blick für Jugendliche](#)
- [Bröschüre "Arbeitsmaterial für pädagogische Fachkräfte"](#)



Foto von Elsa Olofsson auf Unsplash

## Verkauf von HHC verboten

Seit dem **27.06.2024** fällt HHC unter die Bestimmungen des NpSG.

Hexahydrocannabinol (HHC) und davon abgeleitete Derivate (HHC-AC, HHC-H und HHC-P) sind nun vom NpSG erfasst und damit ist es u.a. verboten mit diesen Stoffen Handel zu treiben. Damit ist HHC auch aus dem Kiosk-Verkauf raus.

Link zur Änderung der Anlage des Neue-Psychoaktive-Stoffe-Gesetzes:



## Online-Lesereise

### Sucht hat immer eine Geschichte

Seit 2021 finden pro Lesereise jeweils drei bis vier Abende zu den Themen Sucht, Suche und Sehnsucht statt.

Die Leseabende werden online per "Zoom" durchgeführt (kostenlos).

Die Veranstaltungsreihe richtet sich an Eltern, Betroffene, Fachkräfte sowie an alle Interessierten.

<https://www.suchtgeschichte.nrw.de/Kampagne/Online-Lesereise>

Flyer der aktuellen Lesereise [HIER](#)



### Neue Website zu Kokain: Kokainfo

Aufgrund der steigenden Zahlen der Kokainkonsument:innen, hat das ZIS Hamburg mit Förderung des BMG eine neue Internetseite für diese Zielgruppe mit Infos, Selbsttests und Beratungsangeboten erstellt.

<https://kokainfo.de/>



## BLU:PREVENT

### Aktualisiert: "Praxisbuch Suchtprävention"

Das Praxisbuch enthält die Themen Sucht und Suchtprävention mit Jugendlichen und enthält viele wertvolle Basics und zusätzliche Informationen für Fachkräfte.

[HIER](#) ist das Praxisbuch bestellbar.

### Website „blu:base“

Die 2023 gelaunchte Website finden sie [HIER](#).

## TO GO - METHODENKOFFER IM VERLEIH

Wenn Sie in Ihrer Klasse oder Jugendgruppe suchtpreventiv mit abwechslungsreichen Methoden arbeiten möchten, dann leihen Sie sich gerne kostenfrei eines unserer Methodenpakete zu [Medien](#), [Alkohol](#), [Cannabis](#), [Glücksspiel](#) oder [Rauchen](#) aus. Alle Methoden werden im Handbuch gut erklärt und Sie können mit wenig Vorbereitungszeit direkt loslegen!

**Fragen zum Verleih bitte an:** [Alexander Boberg](#)



## WIR IN DER PRESSE



**Radio Köln**

### "Dreikönigsgymnasium: Keine Handys während der Schulzeit"

Christina Abke wurde anlässlich des geplanten Handyverbots während der Schulzeit am Dreikönigsgymnasium zum Thema Regelungen zur Handynutzung an Schulen und der Kommunikation solcher Vereinbarungen interviewt.

[HIER](#) finden Sie den Artikel vom 04.07.2024.



**WDR Aktuelle Stunde**

### "Lachgas, begleitetes Trinken: Lauterbachs Pläne für mehr Jugendschutz"

In der Ausgabe der Aktuellen Stunde vom 11.07.2024 spricht Ralf Wischnewski über die Risiken frühen Trinkens, die Wichtigkeit von Regulation von Alkohol für Jugendliche in der Öffentlichkeit und die Gefahren von Lachgas. Ab Minute 04:11 beginnt der Bericht.

[HIER](#) finden Sie den Beitrag.



### Kölnischer Stadtanzeiger / Kölnische Rundschau

#### **"Drogenhilfe warnt im Rhein-Erft-Kreis vor Lachgas"**

Im Artikel vom 12.08.2024 äußert sich Ralf Wischnewski zu der Entwicklung von Lachgas zur Party- und Freizeitdroge und berichtet von Risiken des Probierkonsums und möglichen Langzeitfolgen. Zudem findet die neue Unterrichtseinheit zum Thema Lachgas Erwähnung.

Als Abonnent des Stadtanzeigers können Sie den vollständigen Artikel [HIER](#) lesen.

Sie finden die Inhalte aber auch bei der Kölnischen Rundschau frei verfügbar [HIER](#).



### Rheinische Anzeigenblätter

#### **" 'Grasparcours' führte die Gefahren vor Augen"**

Am 27.08.2024 berichten die Rheinischen Anzeigenblätter über die erfolgreiche Durchführung des GrasParcours in Erftstadt, in den Schulzentren Lechenich und Liblar. Darja Voth und Alexander Boberg aus unserer Fachstelle haben gemeinsam mit dem „Runde(n) Tisch für Suchtprävention und Drogenmissbrauch Erftstadt“ unter Leitung des Amtes für Jugend und Familie der Stadt Erftstadt den von uns entwickelten GrasParcours organisiert und durchgeführt.

Was in dem Artikel steht, können Sie [HIER](#) lesen.



### Kölnische Rundschau

#### **"Kölner Drogenhilfe setzt auf diese 'Grüne Koffer' "**

In dem Artikel der Kölnischen Rundschau spricht Alexander Boberg über den neuen Methodenkoffer zur Cannabisprävention "Der grüne Koffer" sowie über dessen Verleih und Einsatz in Schule und Jugendarbeit.



## INSTAGRAM

Auf unserem Instagram-Kanal finden Sie immer unsere aktuellen Termine und Informationen und erhalten Einblicke in unsere Arbeit und die Aktionen, die wir vor Ort durchführen. Auch machen wir über unseren Kanal gerne auf bemerkenswerte Kampagnen und Veranstaltungen unserer Kooperationspartner:innen aufmerksam.

**Schreiben Sie uns gerne einen netten Kommentar oder bleiben Sie einfach mit uns auf dem Laufenden.** Sie finden uns unter: [suchtprevention\\_koeln\\_rek](https://www.instagram.com/suchtprevention_koeln_rek)

## UNSERE ANSPRECHPARTNERINNEN

### Für Köln und den Rhein-Erft-Kreis

Als Fachstelle für Suchtprävention der Drogenhilfe Köln sind wir für Köln und den Rhein-Erft-Kreis zuständig. Wir freuen uns über alle bereits bestehenden Netzwerke sowie über neue Vernetzungen und Kooperationen.

Melden Sie sich gerne bei uns, ...

- wenn Sie sich eine Zusammenarbeit wünschen,
- wenn Sie Suchtprävention in Ihrer Schule oder Einrichtung etablieren möchten,
- wenn Sie sich einen Input für Ihren Arbeitskreis wünschen,
- wenn sie generelle Fragen zum Thema Suchtprävention haben!



Drogenhilfe  
Köln

*“Wenn Sie in Köln  
ansässig sind und sich  
eine Zusammenarbeit zur  
Suchtprävention wünschen,  
sprechen Sie mich an!”*

**Darja Voth**

Fachreferentin für Suchtprävention  
Koordination Köln

d.voth@drogenhilfe.koeln  
0223399444-15



Drogenhilfe  
Köln

*“Wenn Sie im Rhein-Erft-  
Kreis ansässig sind und sich  
eine Zusammenarbeit zur  
Suchtprävention wünschen -  
sprechen Sie mich an!”*

**Friederike Reuver**

Fachreferentin für Suchtprävention  
Koordination Rhein-Erft-Kreis

f.reuver@drogenhilfe.koeln  
02233/99444-27

## **Ansprechpartnerin Köln**

### **Darja Voth**

Fachreferentin für Suchtprävention  
Koordination Köln

[d.voth@drogenhilfe.koeln](mailto:d.voth@drogenhilfe.koeln)  
02233/99444-15

## **Ansprechpartnerin REK**

### **Friederike Reuver**

Fachreferentin für Suchtprävention  
Koordination Rhein-Erft-Kreis

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

# BERATUNGSSTELLEN DER DROGENHILFE

## **BERATUNGSSTELLE KÖLN**

**ansprechbar**

Die Beratungsstelle für Jugendliche

### **ansprechbar Köln**

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](https://www.ansprechbar-koeln.de)

## BERATUNGSSTELLEN RHEIN-ERFT-KREIS

Im Rhein-Erft-Kreis haben wir zwei Beratungsstellen die Informationen, Beratung und Unterstützung zu allen Fragen rund um legalen oder illegalen Substanzkonsum sowie zu problematischem Verhalten wie Glücksspielen, Medienkonsum oder Kaufen anbieten.

Die Beratung steht allen Bürger:innen, allen selbst Betroffenen und auch deren Angehörigen aus dem Rhein-Erft-Kreis offen.

Terminvereinbarungen sind auch kurzfristig möglich.



### IBS Bergheim

**Telefon:** 02271 / 47 64 - 0

**E-Mail:**  
[bergheim@suchtloesungen.de](mailto:bergheim@suchtloesungen.de)

**Adresse:**  
Blumenstraße 8  
50126 Bergheim



### IBS Brühl

**Telefon:** 02232 / 18 93 - 0

**E-Mail:** [bruehl@suchtloesungen.de](mailto:bruehl@suchtloesungen.de)

**Adresse:**  
Heinrich-Esser-Straße 37  
50321 Brühl

**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 gute Zeit!

**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*