



Wegweiser

Suchtprävention Jena





Inhalt

Vorwort	5
Zielgruppe 0 – 5 Jahre	6
Koordinierende Ansprechpersonen	6
Fit und stark fürs Leben	6
Papilio.....	7
Projekt Jonathan	8
Schatzsuche.....	9
Zielgruppe 6 – 12 Jahre.....	10
koordinierende Ansprechpersonen	10
Balu und Du.....	10
buddy E.V.....	11
Eigenständig werden	12
Fit und Stark fürs Leben.....	12
GUT drauf.....	13
Klasse 2000	14
Lubo aus dem All.....	15
Zielgruppe 13 – 17 Jahre	16
koordinierende Ansprechpersonen	16
IPSY	16
Be smart - Don´t start	17
Grüner Koffer	17
Interaktive Ausstellung Rauchfrei - ich auch	18
Interaktive Ausstellung HaLt - Hart am Limit.....	19
Erwachsen werden - Lions Quest.....	20
Don´t Drug and Drive.....	21
Interaktive Ausstellung „Spielglück - Glücksspiel“	21
Interaktive Ausstellung „High 5“	22
Stop & Go Jugendschutzparcours.....	23
GUT drauf.....	24



Impulse für Gesundheit.....	24
FreD	25
Realize it	26
"Verrückt? - Na und!" Seelisch fit in Schule und Ausbildung.....	27
Gesundheitliche Jugendbildung.....	28
Zielgruppe 18 – 27 Jahre	29
Koordinierende Ansprechpersonen	29
Don´t Drug and Drive	29
Interaktive Ausstellung HaLt - Hart am Limit	30
Interaktive Ausstellung Rauchfrei - ich auch	30
Interaktive Ausstellung „Spielglück - Glücksspiel“	31
Interaktive Ausstellung „High 5“	32
Impulse für Gesundheit	33
FreD	34
Realize it	34
"Verrückt? - Na und!" Seelisch fit in Schule und Ausbildung	35
Zielgruppe 28 – 65 Jahre	37
Koordinierende Ansprechperson	37
Unterstützung bei der Gestaltung von Gesundheitstagen/ -wochen	37
betriebliche Suchtprävention	38
Klar-0	39
Realize it	39
Zielgruppe 65 +.....	41
Koordinierende Ansprechpersonen	41
Gesundheitsförderung und Prävention im Alter	41
Beratungsangebote.....	43
Allgemeiner Sozialer Dienst des Jugendamtes der Stadt Jena	43
Familienberatung der Stadt Jena	43
Familienberatungsstelle Jena.....	43
Kinder- und Jugendschutzdienst „Strohalm“	44
Psychosoziale Beratungs- und Behandlungsstelle für Suchtkranke und -gefährdete	44



Kontaktcafé.....	44
Psychosoziale Beratung des Studierendenwerkes.....	45
Impressum	46



Vorwort

Suchtprävention wird heute vom Kindergarten- bis ins Seniorenalter empfohlen und ist eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Mittlerweile gehört die Initiierung und Gestaltung von suchtpreventiven Maßnahmen mit zu den Aufgaben vieler Mitarbeitenden aus Gesundheitswesen, Bildungs- und Sozialbereich; auch die Anforderungen an die Qualität steigen. Die Vielfalt an Ansprechpartnern, Angeboten und evaluierten Projekten zum Thema ist groß – aber auch unübersichtlich. Oft ist zeitaufwändige Recherche notwendig, um die für die eigenen Anforderungen passenden Angebote und den entsprechenden Ansprechpartner zu finden.

Als Bestandteil der Rahmenkonzeption Suchtprävention der Stadt Jena wurde der vorliegende Wegweiser als Orientierungshilfe erstellt. Er gibt eine Übersicht über die in Jena verfügbaren Angebote und zuständigen Ansprechpartner sowie eine kleine Auswahl besonders empfehlenswerter, suchtpreventiv wirksamer Projekte und ist gegliedert nach Alterszielgruppen. Ergänzend finden Sie die Kontaktdaten der in Jena verfügbaren Angebote aus Familien- und Suchtberatung.

Der Wegweiser wird regelmäßig aktualisiert. Falls Sie ein eigenes Angebot im Wegweiser veröffentlichen möchten, können Sie sich gern per e-mail unter spdi@jena.de an mich wenden.

Christiane Hofmann

Psychiatrie- und Suchthilfekoordinatorin der Stadt Jena



Zielgruppe 0 – 5 Jahre

Koordinierende Ansprechpersonen

Fachdienst Jugend und Bildung	Fachdienst Jugendhilfe
Fachberaterin Kindertagesstätten	Netzwerkkoordinatorin Frühe Hilfen
Sandra Wiegand	Yvonne Hoyer-Bachmann
Am Anger 13	Am Anger 13
07743 Jena	07743 Jena
Tel: 03641 / 49 26 14	Tel: 03641 / 49 27 83
E-Mail: sandra.wiegand@jena.de	E-Mail: yvonne.hoyer-bachmann@jena.de
www.jena.de	www.jena.de

Fit und stark fürs Leben

Olaf Neumann
Hans-Grade-Str. 83
39130 Magdeburg (Sachsen-Anhalt)
Tel: 0391 / 722 54 01
E-Mail: kontakt@gs-fliederhof.bildung-lsa.de
https://www.gesundheitliche-chancengleichheit.de/good-practice/fit-und-stark-fuers-leben/

Das Projekt „Fit und stark fürs Leben“ ist ein Programm in den Bereichen Gewalt, Aggression, Stress und Sucht. Durch neue Spiel- und Lernformen sollen die Freude der Kinder am Lernen geweckt und die sozialen Beziehungen innerhalb der Gruppe, das Selbstwertgefühl sowie das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten gestärkt werden.

Art der Prävention:

- Persönlichkeitsförderung durch Gesundheitsförderung



-
- Prävention in den Bereichen Gewalt, Aggression, Stress und Sucht

Zielgruppe:

- Kindergarten bis weiterführende Schulen

Dauer/Umfang:

- 20 Stunden pro Jahr

Papilio

Papilio e.V.

Ulmer Straße 94

86156 Augsburg

Tel: 0821-4480 5670

Fax: 0821-4480 5671

E-Mail: info@papilio.de

www.papilio.de

Papilio stärkt und fördert Kinder - und zielt dabei vor allem auf die sozial-emotionalen Kompetenzen, denn diese sind die Grundlage für psychosoziale Gesundheit und das Erlernen aller anderen Fähigkeiten. Papilio reduziert damit erste Verhaltensprobleme und beugt Sucht und Gewalt im Jugendalter vor. Um möglichst viele Kinder zu erreichen und sie nachhaltig zu fördern, geht Papilio den Weg über die ErzieherInnen in den Kindergärten. Sie bekommen in einer Fortbildung konkrete Maßnahmen an die Hand, um die Kinder wirkungsvoll zu fördern, setzen Papilio im Kindergartenalltag um und beziehen auch die Eltern mit ein. Papilio lässt sich dauerhaft in die Kindergarten-Arbeit einbinden. Deshalb findet es große Akzeptanz bei den ErzieherInnen und kann damit auch seine Wirkung nachhaltig entfalten.

Art der Prävention:

- Training der sozial-emotionalen Kompetenzen
- Elternarbeit



Zielgruppe:

- universalpräventiv für Kindergartengruppen

Voraussetzungen:

- insgesamt 7-tägige Fortbildung
- Informationen zu Schulungsterminen und -kosten finden Sie auf der Homepage von Papilio

Projekt Jonathan

Präventionszentrum der Suchthilfe in Thüringen gGmbH

Löberstraße 37

99096 Erfurt

Tel: 0361 - 212 80 80

Fax: 0361 - 212 80 81

www.projekt-jonathan.de

Die Mitarbeiterinnen des Projektes Jonathan beraten und begleiten Kommunen in Thüringen bei der Umsetzung konkreter Angebote zum Thema "Kinder und Jugendliche aus suchtbelasteten Familien".

Art der Prävention:

- selektive Prävention für Kinder aus suchtbelasteten Familien
- beratende Unterstützung bei der Planung und Umsetzung von eigenen Projekten

Dauer/Umfang:

- Beratung zur Gestaltung von Nachmittagsangeboten, Tagesaktionen oder mehrtägigen Angeboten



Schatzsuche

Agethur – Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Thüringen e.V.

Theresa Möckel

Tel: 03643 / 4 98 98 24

E-Mail: moeckel@agethur.de

<https://www.schatzsuche-kita.de/bundeslaender/thueringen>

Schatzsuche – Basis ist ein Eltern-Programm für Kindertagesstätten.

Es folgt einem ressourcenorientierten Ansatz. Die Aufmerksamkeit der Erwachsenen richtet sich auf die Stärken und Schutzfaktoren der Kinder. Durch Stärkung der Resilienz wird das seelische Wohlbefinden gefördert. Zertifizierte Fachkräfte führen **Schatzsuche – Basis** in ihrer Kita durch. Das Eltern-Programm umfasst sechs Treffen. Kreative Methoden und Materialien schaffen eine angenehme Atmosphäre und motivieren Eltern bei ihrer Reise. **Schatzsuche – Basis** ist ein niedrighschwelliges Angebot für alle Eltern oder andere Bezugspersonen.

Art der Prävention:

- Eltern-Programm für Kindertagesstätten
- Resilienzstärkung für mehr seelisches Wohlbefinden

Dauer/Umfang:

- Beratung zur Gestaltung von Nachmittagsangeboten, Tagesaktionen oder mehrtägigen Angeboten



Zielgruppe 6 – 12 Jahre

koordinierende Ansprechpersonen

Fachdienst Jugend und Bildung
Erzieherischer Jugendschutz
Liane Wiegand
Löbdergraben 12
07743 Jena

Tel: 03641 / 49 27 39
E-Mail: liane.wiegand@jena.de
www.jena.de

Balu und Du

Balu und Du e.V.
Dr. Dominik Esch
Georgstraße 7
50676 Köln

Tel.: 0221-2010-326
Fax: 0221-2010-392
E-Mail: dominik.esch@balu-und-du.de
www.balu-und-du.de

Das bundesweite Mentorenprogramm Balu und Du fördert Grundschul Kinder im außerschulischen Bereich. Junge, engagierte Erwachsene übernehmen ehrenamtlich mindestens ein Jahr lang eine individuelle Patenschaft für ein Kind. Sie helfen ihm durch persönliche Zugewandtheit und aktive Freizeitgestaltung, sich in unserer Gesellschaft zu entwickeln und zu lernen, wie man die Herausforderungen des Alltags erfolgreich meistern kann.

Art der Prävention:

- Förderung im außerschulischen Bereich
- Prävention von Aggression, Sucht und Schulverweigerung

Zielgruppe:



- 1. – 4. Klasse

Dauer und Umfang:

- einmal wöchentlich, begrenzt auf ein Jahr
- durch ehrenamtliche Mentoren

buddY E.V

buddY E.V. - Forum Neue Lernkultur
Benzenbergstr. 2
40219 Düsseldorf
Tel.: 0211 30 32 91-0
Fax: 0211 30 32 91-22
E-mail: [info\(at\)buddy-ev.de](mailto:info(at)buddy-ev.de)
www.buddy-ev.de

Sie engagieren sich für Mitschülerinnen und Mitschüler, unterstützen sie bei den Hausaufgaben, gestalten den Unterricht, helfen Senioren oder bewähren sich als kleine Sanitäter – die unterschiedlichsten Projekte haben sich Schüler im buddY-Programm bereits überlegt.

Das buddY-Programm trägt dazu bei, dass Schule neben einem Ort der Wissensvermittlung auch eine zentrale Einrichtung für den Erwerb sozialer, emotionaler und kognitiver Kompetenzen sowie gelebter demokratischer Werte ist.

Art der Prävention:

- Gewaltprävention
- Lebenskompetenz
- 4 Bausteine des Programms: Peergroup-Education, Lebensweltorientierung, Partizipation, Selbstwirksamkeit

Zielgruppe:

- 1. - 4. Klasse

Dauer/Umfang:

- Grundlagentraining: 8 Projektstage verteilt auf eineinhalb Jahre (von Trainern und Lehrkräfte gemeinsam)
- Aufbaustraining: einzelne Module, die auf die individuelle Bedürfnisse der Schule ausgerichtet sind



Eigenständig werden

Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung gemeinnützige GmbH
Harmsstraße 2
24114 Kiel

Tel: 0431 - 570 29 0

Fax: 0431 - 570 29 29

E-Mail: info@ift-nord.de

www.eigenstaendig-werden.de

Das Programm „Eigenständig werden“ beinhaltet die Schulung von sozialen und persönlichen Fertigkeiten bei Kindern. Eine positive Einstellung zu sich selbst finden, Konflikte durch Verhandeln lösen sind nur zwei Aspekte. Kinder, die ihre Gefühle und Bedürfnisse richtig einschätzen und zu verbalisieren lernen, können sich negativem Gruppendruck leichter widersetzen und später bewusst gegen Drogen und für eine gesunde Lebensweise entscheiden.

Art der Prävention:

- Gesundheitsförderung,
- Sucht- und Gewaltprävention,
- Persönlichkeitsentwicklung

Zielgruppe:

- 1. - 4. Klasse

Dauer/Umfang:

- 42 Unterrichtsstunden kontinuierlich auf Module verteilt (ca. 10 Stunden pro Jahr)

Fit und Stark fürs Leben

Olaf Neumann
Hans-Grade-Str. 83
39130 Magdeburg (Sachsen-Anhalt)

Tel: 0391 / 7225401

E-Mail: kontakt@gs-fliederhof.bildung-lsa.de

<https://www.gesundheitliche-chancengleichheit.de/good-practice/fit-und-stark-fuers-leben/>



Das Projekt „Fit und stark fürs Leben“ ist ein Unterrichtsprogramm zur Persönlichkeitsförderung durch Gesundheitsförderung und Prävention in den Bereichen Gewalt, Aggression, Stress und Sucht. Durch neue Spiel- und Lernformen sollen die Freude der Kinder am Lernen geweckt und die sozialen Beziehungen innerhalb der Klasse, das Selbstwertgefühl sowie das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten gestärkt werden.

Art der Prävention:

- Persönlichkeitsförderung durch Gesundheitsförderung
- Prävention in den Bereichen Gewalt, Aggression, Stress und Sucht

Zielgruppe:

- Kindergarten bis weiterführende Schulen
- 1. - 4. Klasse
- 5. - 8. Klasse (aufbauendes Programm)

Dauer/Umfang:

- 20 Unterrichtsstunden pro Schuljahr

GUT drauf

www.gutdrauf.net/

Gesamtkoordination
transfer e. V. – Beratung und Qualifizierung
Grethenstr. 30
50739 Köln

Tel: 0221 / 9 59 21 90

E-Mail: gutdrauf@transfer-ev.de

www.transfer-ev.de

GUT drauf verfolgt einen integrierten Ansatz, gesundheitsrelevante und sich beeinflussende Lebensbereiche wie Ernährung, Bewegung und Stress werden gemeinsam in Bezug zur Zielgruppe gestellt. Mit GUT drauf werden gesundheitliche Ressourcen gestärkt, Schutzfaktoren aufgebaut und ein gesundheitsförderlicher Lebensstil unterstützt. Dazu gehört auch eine gesundheitsförderliche Gestaltung der Lebenswelten Jugendlicher, damit die Umsetzung in den Alltag gelingt.

Art der Prävention:



- Gesundheitsförderung durch gesunde Ernährung, ausreichenden Bewegung und Stressregulation

Zielgruppe:

- 5 – 18 Jahren

Dauer und Umfang:

- Jahresangebot
- Schulungen
- Beratungen
- Zertifizierungen

Klasse 2000

Verein Programm Klasse 2000 e. V.

Feldgasse 37

90489 Nürnberg

Tel: 0911 / 89 121-0

Fax: 0911 / 89 121-30

E-Mail: info@klasse2000.de

www.klasse2000.de

Mit Klasse2000 und seiner Symbolfigur KLARO erfahren die Kinder, was sie selbst tun können, damit es ihnen gut geht und sie sich wohlfühlen. Frühzeitig und kontinuierlich lernen die Kinder mit Klasse2000 das 1x1 des gesunden Lebens – aktiv, anschaulich und mit viel Spaß. Lehrkräfte und speziell geschulte Gesundheitsförderer gestalten Stunden zu den wichtigsten Gesundheits- und Lebenskompetenzen. So entwickeln Kinder Kenntnisse, Haltungen und Fertigkeiten, mit denen sie ihren Alltag so bewältigen können, dass sie sich wohlfühlen und gesund bleiben.

Art der Prävention:

- Lebenskompetenztraining,
- Gesundheitsförderung,
- Gewalt- und Suchtvorbeugung

Zielgruppe:

- 1. - 4. Klasse

Dauer/Umfang:

- jährlich zwischen 10 und 15 Unterrichtsstunden



Lubo aus dem All

Universität zu Köln, Humanwissenschaftliche Fakultät
Erziehungshilfe und sozial-emotionale Entwicklungsförderung
Prof. Dr. Thomas Hennemann

Tel.: 0221-4702085

E-Mail: thomas.hennemann@uni-koeln.de

Lubo aus dem All ist ein Präventionsprogramm zur Förderung der sozial-kognitiven Informationsverarbeitung und der beteiligten emotionalen Prozesse in der Schuleingangsphase. Zum Einsatz kommen verschiedene Methoden, die unterschiedliche Lernebenen der Kinder ansprechen, wie kreatives Gestalten, Kooperations- und Bewegungsspiele, Gespräche, Musik, Rollenspiele, positives Feedback. Sinn und Zweck aller Spiele und Methoden erschließen sich für die Kinder unmittelbar aus der Rahmengeschichte um den "Außerirdischen Lubo" (Handpuppe), dessen Erlebnisse und Erzählungen die Kindergruppe zum Mitmachen und Mitspielen motivieren.

Art der Prävention:

- Emotionale Kompetenzförderung
- Soziale Kompetenzförderung
- Verbesserte Integration der bereits auffälligen Kinder in die Gesamtgruppe
- Aufbau eines positiven Gruppengefühls

Zielgruppe:

- 1. - 2. Klasse

Dauer/Umfang:

- Insgesamt 31 Trainingseinheiten je 60 Minuten (2x wöchentlich über ca. 4 Monate)



Zielgruppe 13 – 17 Jahre

koordinierende Ansprechpersonen

Fachdienst Jugend und Bildung
Erzieherischer Jugendschutz
Liane Wiegand
Löbdergraben 12
07743 Jena

Tel: 03641 / 49 27 39
E-Mail: liane.wiegand@jena.de
www.jena.de

IPSY

Sekretariat Lehrstuhl für Entwicklungspsychologie
Friedrich-Schiller-Universität Jena
Dr. Anja Blumenthal
Am Steiger 3 / I
07743 Jena

Tel: 03641 / 94 52 25
E-mail: anja.blumenthal@uni-jena.de
www.ipsy.uni-jena.de

IPSY basiert auf dem Lebenskompetenzansatz der Weltgesundheitsorganisation (WHO). Das Programm soll durch die Förderung von Kompetenzen, die eine positive Auseinandersetzung mit anstehenden allgemeinen Entwicklungsaufgaben ermöglichen (sog. Lebenskompetenzen) bzw. spezifisch in Konsumsituationen bedeutsam sind, suchtpreventiv wirken. Dazu zielt das Programm IPSY auf die Förderung einer positiven Beziehung zur Schule ab und vermittelt Wissen zu kurzfristigen Konsequenzen, Wirkungsweisen und Prävalenzen von Alkohol und Zigaretten.

Art der Prävention:

- Suchtprevention durch Förderung von Lebenskompetenz
- Hinauszögern des Konsumbeginns
- Förderung einer positiven Entwicklung im Jugendalter

**Zielgruppe:**

- 5. - 7. Klasse

Dauer/Umfang:

- Klassenstufe 5: 15 Unterrichtsstunden
- Klassenstufe 6 und 7: 7 Unterrichtsstunden

Be smart - Don't start

Sabine Jastrob, Dr. Barbara Isensee, Prof. Dr. Reiner Hanewinkel
Harmsstraße 2
24114 Kiel

Tel.: (0431) 5 70 29 70

Fax.: (0431) 5 70 29 29

E-Mail: besmart@ift-nord.de

www.besmart.info/be-smart

Be Smart – Don't Start ist ein bundesweite Wettbewerb für rauchfreie Schulklassen. Durch die Teilnahme bei Be Smart soll Schülerinnen und Schülern ein Anreiz gegeben werden, gar nicht erst mit dem Rauchen anzufangen. Er richtet sich daher besonders an die Klassen, in denen noch nicht geraucht wird oder nur wenige Schülerinnen und Schüler rauchen.

Art der Prävention:

- Primärprävention des Rauchens

Zielgruppe:

- 6. - 8. Klasse

Dauer/Umfang:

- jährlicher Wettbewerbszeitraum von November - April

Grüner Koffer

SiT Suchthilfe in Thüringen gGmbH

Beratungsstelle für Suchtkranke

Kritzgraben 4



07743 Jena

Tel: 03641 / 22180

E-Mail: psbs-jena@sit-online.org

www.sit-online.org

Der Grüne Koffer Cannabisprävention ist eine Material- und Methodensammlung in einem Koffer. Die Materialien und Methoden sollen über körperliche und psychische Auswirkungen des Cannabiskonsums informieren, die rechtlichen Folgen verdeutlichen und die Haltung zu Cannabis hinterfragen. Dabei sollen Anregungen gegeben werden, sich mit den Konsummotiven und Konsum der Droge auseinanderzusetzen.

Das Programm beinhaltet neun interaktive Methoden: Warm-up, Bilderrätsel, KifferQuiz, Schadstoffraten, Alles was zählt, Wie entsteht Sucht?, Richtig oder Falsch?, Ideenkarussell, Chill Out.

Art der Prävention:

- Ausleihbarer interaktiver Methodenkoffer

Zielgruppe:

- Schule und Jugendhilfe

Dauer/Umfang:

- Ca. 4 Stunden

Interaktive Ausstellung Rauchfrei - ich auch

SiT Suchthilfe in Thüringen gGmbH

Beratungsstelle für Suchtkranke

Kritzgraben 4

07743 Jena

Tel: 03641 / 22180

E-Mail: psbs-jena@sit-online.org



www.praevention-info.de

Die interaktive Ausstellung „rauchfrei-ich auch!“ ist ein ausleihbares Präventionsprojekt für Schulen und Jugendhäuser zur Tabakprävention. Ziel ist es, die Kinder und Jugendlichen zu motivieren, nicht mit dem Rauchen anzufangen bzw. jene, die schon rauchen, zu bewegen, möglichst bald wieder aufzuhören. Schülerinnen und Schüler sollen die Möglichkeit erhalten, ihr Wissen über Suchtmittel zu erweitern, eigene Motive und Wertvorstellungen zu hinterfragen und ihre persönlichen Kompetenzen zu stärken.

Art der Prävention:

- Ausleihbare interaktive Ausstellung

Zielgruppe:

- Schule und Jugendhilfe

Dauer/Umfang:

- 3 - 4 Stunden

Interaktive Ausstellung HaLT - Hart am Limit

SiT Suchthilfe in Thüringen gGmbH
Beratungsstelle für Suchtkranke
Kritzgraben 4
07743 Jena

Tel: 03641 / 22180

E-Mail: psbs-jena@sit-online.org

www.praevention-info.de

„HaLT – Hart am Limit“ ist es, Kinder und Jugendliche über Wirkungen und Risiken des Alkoholkonsums zu informieren, Trinkverhalten und Trinkmotivationen gemeinsam zu reflektieren und die Heranwachsenden auf Hilfeangebote aufmerksam zu machen. Durch den Einsatz verschiedener Methoden und spielerischer Aktionen an fünf Stationen gelingt es, die Teilnehmer/innen zu motivieren, sich aktiv und kritisch mit dem Alkoholkonsum auseinander zu setzen. Die Ausstellung ist eine gute Möglichkeit, Kinder und Jugendliche ohne pädagogisch erhobenen Zeigefinger zu erreichen.

Art der Prävention:



- kostenfrei ausleihbares Projektangebot für Gruppen von 10 - 15 Teilnehmer

Zielgruppe:

- Schule und Jugendhilfe

Dauer/Umfang:

- 3 - 4 Stunden

Erwachsen werden - Lions Quest

Hilfswerk der Deutschen Lions e. V.

Bleichstraße 3

65183 Wiesbaden

Tel.: +49 (0) 611 99154-81

Fax: +49 (0) 611 99154-83

www.lions-quest.de/erwachsenwerden.html

Im Mittelpunkt des Unterrichts mit „Erwachsen werden“ steht die planvolle Förderung der sozialen Kompetenzen von Schülerinnen und Schülern. Diese werden nachhaltig dabei unterstützt, ihr Selbstvertrauen und ihre kommunikativen Fähigkeiten zu stärken, Kontakte und positive Beziehungen aufzubauen und zu pflegen, Konflikt- und Risikosituationen in ihrem Alltag angemessen zu begegnen und konstruktive Lösungen für Probleme, die gerade die Pubertät gehäuft mit sich bringt, zu finden. Gleichzeitig möchte der Unterricht mit diesem Programm jungen Menschen Orientierung beim Aufbau eines eigenen, sozial eingebundenen Wertesystems anbieten

Art der Prävention:

- Lebenskompetenztraining
- Persönlichkeitstraining

Zielgruppe:

- 5.-9. Klasse

Dauer/Umfang:

- 80 Unterrichtsstunden über 3 Jahre verteilt



Don't Drug and Drive

Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft e. V.

Unfallforschung der Versicherer

Wilhelmstraße 43-43 G

10117 Berlin

Tel: 030-2020 -5821

Fax: 030-2020 -6633

E-Mail: unfallforschung@gdv.de

www.dont-drug-and-drive.de

Don't drug + drive ist eine Initiative der Unfallforschung der Versicherer im Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft und informiert über die Auswirkungen einzelner Drogen, erklärt wie eine Drogenkontrolle abläuft und zeigt auf, welche strafrechtlichen und finanziellen Folgen bei Drogenkonsum im Straßenverkehr zu erwarten sind.

Art der Prävention:

- Sensibilisierung, Einstellungsänderung und Verhaltensänderung bezüglich "Drogenkonsum und Fahren"
- Reduzierung der drogenbedingten Verkehrsunfälle und der bei Verkehrsunfällen durch Drogeneinfluss Getöteten und Verletzten

Zielgruppe:

- ab 5. Klasse

Dauer/Umfang:

- Informationsveranstaltung:
- durch die Verkehrssicherheitsberater der Thüringer Polizei an allen Polizeiinspektionen

Interaktive Ausstellung „Spielglück - Glücksspiel“

SiT Suchthilfe in Thüringen gGmbH

Beratungsstelle für Suchtkranke

Kritzgraben 4

07743 Jena

Tel: 03641 / 22180

E-Mail: psbs-jena@sit-online.org



www.praevention-info.de

An den 6 Roll-up Stationen dieser ausleihbaren interaktiven Ausstellung können sich die Teilnehmer auf kritische Art mit Gewinnen und Verlieren, Geld und Glück und problematischem Spielverhalten auseinander setzen. Die Stationen können einerseits in einer Reihenfolge durchgeführt werden (Dauer 3 bis 4 Stunden ohne Pausen), andererseits können einzelne Elemente (Dauer 30 Minuten) herausgenommen und in andere Angebote integriert werden.

Art der Prävention:

- ausleihbares Projektangebot zum Thema Glücksspiel
- Multiplikatorenfortbildung

Zielgruppe:

- ab 14 Jahren

Dauer/Umfang:

- 3 – 4 Stunden insgesamt
- einzelne Stationen ca. 30 Minuten

Voraussetzungen/Kosten:

- kostenfrei, Selbstabholung

Interaktive Ausstellung „High 5“

SiT Suchthilfe in Thüringen gGmbH
Beratungsstelle für Suchtkranke
Kritzgraben 4
07743 Jena

Tel: 03641 / 22180

E-Mail: psbs-jena@sit-online.org

www.praevention-info.de

An den 6 Roll-up Stationen dieser ausleihbaren interaktiven Ausstellung können sich die Teilnehmer auf kritische Art mit Drogen und ihre Wirkungen, Reflexion von kritischen Verhaltensweisen und Entwicklung von neuen Handlungsmustern auseinander setzen. Die Stationen können einerseits in einer Reihenfolge durchgeführt werden (Dauer 3 bis 4 Stunden ohne Pausen), andererseits können einzelne Elemente (Dauer 30 Minuten) herausgenommen und in andere Angebote integriert werden.

**Art der Prävention:**

- ausleihbares Projektangebot zum Thema illegale Drogen
- Multiplikatorenfortbildung

Zielgruppe:

- ab 14 Jahren

Dauer/Umfang:

- 3 – 4 Stunden insgesamt
- einzelne Stationen ca. 30 Minuten

Voraussetzungen/Kosten:

- kostenfrei, Selbstabholung

Stop & Go Jugendschutzparcours

Landesarbeitsgemeinschaft Kinder- und Jugendschutz Thüringen e.V.

Johannesstraße 19

99084 Erfurt

Tel.: 0361 6442264

Fax: 0361 6442265

E-Mail: info@jugendschutz-thueringen.de

www.jugendschutz-thueringen.de/jugendschutzparcours.html

Im Mittelpunkt des Parcours steht die Vermittlung von Kenntnissen zum Jugendschutz(gesetz) und zu Fragen der Kommunikation, insb. mit Jugendlichen. Maßnahmen zum kontrollierenden-ordnungsrechtlichen Jugendschutz sollen vorgestellt werden. Dabei werden Kontrolle und Erziehung miteinander verbunden und ergänzen sich. Angesprochen sind u.a. Schüler, Fachschüler, Lehrlinge sowie Jugendliche aus Einrichtungen der Jugendhilfe und Jugendarbeit. Der Parcours, bestehend aus 4 Stationen (8 Rollups) und dazugehörigen Materialien zu den Themenschwerpunkten Jugendschutzgesetz, Medien, Sucht und Konsum.

Art der Prävention:

- Suchtprävention zu den Themen: Jugendschutz, Medien, Sucht und Konsum

Zielgruppe:

- Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren

Dauer/Umfang:



- 3 Schulstunden
- und auch ganze Projektstage möglich

GUT drauf

Gesamtkoordination
transfer e. V. – Beratung und Qualifizierung
Grethenstr. 30
50739 Köln

Tel: 0221 / 9 59 21 90
E-Mail: gutdrauf@transfer-ev.de
www.gutdrauf.net/

GUT drauf verfolgt einen integrierten Ansatz, gesundheitsrelevante und sich beeinflussende Lebensbereiche wie Ernährung, Bewegung und Stress werden gemeinsam in Bezug zur Zielgruppe gestellt. Mit GUT drauf werden gesundheitliche Ressourcen gestärkt, Schutzfaktoren aufgebaut und ein gesundheitsförderlicher Lebensstil unterstützt. Dazu gehört auch eine gesundheitsförderliche Gestaltung der Lebenswelten Jugendlicher, damit die Umsetzung in den Alltag gelingt.

Art der Prävention:

- Gesundheitsförderung durch gesunde Ernährung, ausreichend Bewegung und Stressregulation

Zielgruppe:

- 5 – 18 Jahren

Dauer und Umfang:

- Jahresangebot
- Schulungen
- Beratungen
- Zertifizierungen

Impulse für Gesundheit



Landesvereinigung für Gesundheitsförderung
Thüringen e.V. – AGETHUR –
Carl-August-Allee 9
99423 Weimar

Tel: 0 36 43/ 4 98 98 0
Fax: 0 36 43/ 4 98 98 16
E-mail: info@agethur.de
www.agethur.de

Impulse für Gesundheit möchte Jugendliche unterstützen ihr nun schon fast unabhängiges Leben eigenverantwortlich und selbstbestimmt gestalten zu können. Mit den Impulse Aktionstagen werden alltagsrelevantes Wissen und Fähig- und Fertigkeiten zu den Themen Ernährung und Bewegung vermittelt, die für Beruf und Karriere unabdinglich sind.

Art der Prävention:

- Lebenskompetenztraining,
- Gesundheitsförderung
- Persönlichkeitsförderung

Zielgruppe:

- Berufsvorbereitende Maßnahme (16-20 Jahre)
- Schulen,
- Jugendeinrichtungen,
- berufsvorbereitende Einrichtungen

Dauer/Umfang:

- Projektstage
- Ressourcen stärkendes Training für pädagogische/sozialpädagogische Fachkräfte
- Multiplikatorenfortbildung

FreD

SiT Suchthilfe in Thüringen gGmbH
Beratungsstelle für Suchtkranke
Kritzgraben 4
07743 Jena



Tel: 03641 / 22180

E-Mail: psbs-jena@sit-online.org

www.praevention-info.de

Das FreD-Konzept folgt einem sehr einfachen Prinzip: Nicht wegschauen, sondern handeln! Irgendjemandem fallen junge Menschen garantiert irgendwann auf, wenn sie illegale Drogen konsumieren. Dann muss eingeschritten werden! Der Zeitpunkt des richtigen und frühzeitigen Eingreifens darf nicht verpasst werden. Denn die Folge könnte sein, dass der betreffende junge Mensch in ein noch größeres Suchtproblem abgleitet.

Art der Prävention:

- selektive Prävention, die speziell auf jugendlichen Drogenmissbrauch zugeschnitten ist

Zielgruppe:

- 14 - 21 Jahre (25)

Dauer/Umfang:

- persönliches Beratungsgespräch oder auch als Gruppenangebot

Realize it

SiT Suchthilfe in Thüringen gGmbH

Beratungsstelle für Suchtkranke

Kritzgraben 4

07743 Jena

Tel: 03641 / 22180

E-Mail: psbs-jena@sit-online.org

www.praevention-info.de

Nichts ist leichter als sich zu entscheiden, sein Leben zu verändern. Und nichts ist schwerer als die Umsetzung. Leichter fällt es in jedem Fall mit Unterstützung und Beratung. Dafür wurde das Projekt Realize it konzipiert: speziell für Menschen, die ihren Cannabiskonsum reduzieren oder einstellen wollen.

Art der Prävention:

- Beratungsprogramm für Cannabiskonsumentinnen und -konsumenten
- Cannabis-Basisbuch (Begleitbuch) käuflich erwerbbar

**Zielgruppe:**

- ohne Altersbeschränkung

Dauer/Umfang:

- fünf Einzelberatungen mit einem/r Berater/in über einen Zeitraum von zehn Wochen und zusätzlich eine Gruppenberatung

"Verrückt? - Na und!" Seelisch fit in Schule und Ausbildung

Sozialpsychiatrischer Dienst
Bettina Schultheiß
Leutragraben 4
07743 Jena

Tel.: 03641 / 49 32 06

E-Mail: verrueckt-na-und@jena.de

<https://gpv.jena.de/de/praevention>

"Verrückt? Na und!" ist ein lebensnahes und wirksames Projekt der Prävention und Gesundheitsförderung, um mit seelischer Gesundheit gute Schule zu machen. Der Ansatz des Projektes liegt in der Begegnung von Schüler*innen mit Menschen, die Erfahrungen mit psychischen Gesundheitsproblemen und Gesundung haben und die professionell auf dem Gebiet der psychischen Gesundheit arbeiten. Beide engagieren sich als Team im Schulprojekt und machen Schüler*innen und Lehrkräften MUT, das Leben mit allen Höhen und Tiefen zu meistern.

„Verrückt? Na und!“ zeigt auf, den Blick für das eigene Leben zu schärfen, mehr Chancen für die eigene Gesundheit zu entdecken, Ängste und Vorbehalte wahrzunehmen, zu überprüfen und besser zu verstehen, voneinander zu lernen und aufeinander zuzugehen.

Art der Prävention:

- Lebenskompetenztraining
- Persönlichkeitsförderung
- Förderung sozialer Kompetenzen
- Vernetzung von Lehrern /Schule mit regionalen Hilfeangeboten; Schüler*innen erhalten als Pocket-Guide einen Krisenauswegweiser für die Stadt Jena

Zielgruppe:

- ab 8. Klasse



Dauer/Umfang:

- ein Schulprojekttag (6 Stunden)

Gesundheitliche Jugendbildung

Bildungs- und Freizeitstätte der Thüringer Sportjugend
im LSB Thüringen e.V. "Waldhof" Finsterbergen
Spießbergstr. 27
99898 Finsterbergen

Telefon: (03623) 3063 - 10 oder (0361) 34054 - 42

Telefax: (03623) 3062 - 46

E-Mail: m.koenig@thuer-sportjugend.de

Das Projekt beinhaltet fünf Themenschwerpunkte: Ernährung und Essgewohnheiten, Bewegung und aktive Lebensgestaltung, Stress und Stressbewältigung, Förderung des Sozialverhaltens und Suchtprävention, die miteinander kombiniert werden können.

Ausgehend von Wechselwirkungen zwischen diesen Themenschwerpunkten leistet "Gesundheitliche Jugendbildung" einen Beitrag zur Ressourcenstärkung, Sensibilisierung und Wegbegleitung, damit sich Kinder und Jugendliche nachhaltig zu gesundheitsbewussten und sozial kompetenten Persönlichkeiten entwickeln können. Die Jugendlichen werden unter anderem angeregt, sich mit dem eigenen Konsum kritisch auseinanderzusetzen und erkennen die Bedeutsamkeit eines verantwortungsvollen Umgangs mit dem Suchtmittel.

Art der Prävention:

- Gesundheitsförderung
- Training von sozialen- und Lebenskompetenzen
- Fitnesscamps
- Multiplikatorenschulungen

Zielgruppe:

- Kinder und Jugendliche
- Multiplikatoren
- Eltern



Zielgruppe 18 – 27 Jahre

Koordinierende Ansprechpersonen

Fachdienst Jugendhilfe
Jugendberufshilfe
Sabine Stolzenberg
August-Bebel-Str. 3
07743 Jena

Tel: 03641 / 49 22 30
E-Mail: sabine.stolzenberg@jena.de
www.jena.de

Fachdienst Gesundheit
Psychiatrie- und Suchthilfekoordination
Christiane Hofmann
Leutragraben 4
07743 Jena

Tel. 03641 / 49 31 77
E-Mail: christiane.hofmann@jena.de
<https://gpv.jena.de>

Don't Drug and Drive

Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft e. V.
Unfallforschung der Versicherer
Wilhelmstraße 43-43 G
10117 Berlin

Tel: 030-2020 -5821
Fax: 030-2020 -6633
E-Mail: unfallforschung@gdv.de
www.dont-drug-and-drive.de/

Don't drug + drive ist eine Initiative der Unfallforschung der Versicherer im Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft und informiert über die Auswirkungen einzelner Drogen, erklärt wie eine Drogenkontrolle abläuft und zeigt auf, welche strafrechtlichen und finanziellen Folgen bei Drogenkonsum im Straßenverkehr zu erwarten sind.

Art der Prävention:

- Sensibilisierung, Einstellungsänderung und Verhaltensänderung bezüglich "Drogenkonsum und Fahren"
- Reduzierung der drogenbedingten Verkehrsunfälle und der bei Verkehrsunfällen durch Drogeneinfluss Getöteten und Verletzten

Zielgruppe:

- ab 5. Klasse

**Dauer/Umfang:**

- Informationsveranstaltung:
- durch die Verkehrssicherheitsberater der Thüringer Polizei an allen Polizeiinspektionen

Interaktive Ausstellung HaLT - Hart am Limit

SiT Suchthilfe in Thüringen gGmbH
Beratungsstelle für Suchtkranke
Kritzgraben 4
07743 Jena

Tel: 03641 / 22180

E-Mail: psbs-jena@sit-online.org

www.praevention-info.de

„HaLT – Hart am Limit“ ist es, Kinder und Jugendliche über Wirkungen und Risiken des Alkoholkonsums zu informieren, Trinkverhalten und Trinkmotivationen gemeinsam zu reflektieren und die Heranwachsenden auf Hilfeangebote aufmerksam zu machen. Durch den Einsatz verschiedener Methoden und spielerischer Aktionen an fünf Stationen gelingt es, die Teilnehmer/innen zu motivieren, sich aktiv und kritisch mit dem Alkoholkonsum auseinander zu setzen. Die Ausstellung ist eine gute Möglichkeit, Kinder und Jugendliche ohne pädagogisch erhobenen Zeigefinger zu erreichen.

Art der Prävention:

- kostenfrei ausleihbares Projektangebot für Gruppen von 10 - 15 Teilnehmer

Zielgruppe:

- Schule und Jugendhilfe (12- 15 Jahre)

Dauer/Umfang:

- 3 - 4 Stunden

Interaktive Ausstellung Rauchfrei - ich auch

SiT Suchthilfe in Thüringen gGmbH
Beratungsstelle für Suchtkranke
Kritzgraben 4



07743 Jena

Tel: 03641 / 22180

E-Mail: psbs-jena@sit-online.org

www.praevention-info.de

Die interaktive Ausstellung „rauchfrei-ich auch!“ ist ein ausleihbares Präventionsprojekt für Schulen und Jugendhäuser zur Tabakprävention. Ziel ist es, die Kinder und Jugendlichen zu motivieren, nicht mit dem Rauchen anzufangen bzw. jene, die schon rauchen, zu bewegen, möglichst bald wieder aufzuhören. Schülerinnen und Schüler sollen die Möglichkeit erhalten, ihr Wissen über Suchtmittel zu erweitern, eigene Motive und Wertvorstellungen zu hinterfragen und ihre persönlichen Kompetenzen zu stärken.

Art der Prävention:

- Ausleihbares Projektangebot
- Multiplikatorenfortbildung

Zielgruppe:

- Schule und Jugendhilfe (12-15 Jahre)

Dauer/Umfang:

- 3 - 4 Stunden

Kosten:

- kostenfrei, Selbstabholung

Interaktive Ausstellung „Spielglück - Glücksspiel“

SiT Suchthilfe in Thüringen gGmbH

Beratungsstelle für Suchtkranke

Kritzegraben 4

07743 Jena

Tel: 03641 / 22180

E-Mail: psbs-jena@sit-online.org

www.praevention-info.de

An den 6 Roll-up Stationen dieser ausleihbaren interaktiven Ausstellung können sich die Teilnehmer auf kritische Art mit Gewinnen und Verlieren, Geld und Glück und problematischem



Spielverhalten auseinander setzen. Die Stationen können einerseits in einer Reihenfolge durchgeführt werden (Dauer 3 bis 4 Stunden ohne Pausen), andererseits können einzelne Elemente (Dauer 30 Minuten) herausgenommen und in andere Angebote integriert werden.

Art der Prävention:

- ausleihbares Projektangebot zum Thema Glücksspiel
- Multiplikatorenfortbildung

Zielgruppe:

- ab 14 Jahren

Dauer/Umfang:

- 3 – 4 Stunden insgesamt
- einzelne Stationen ca. 30 Minuten

Voraussetzungen/Kosten:

- kostenfrei, Selbstabholung

Interaktive Ausstellung „High 5“

SiT Suchthilfe in Thüringen gGmbH
Beratungsstelle für Suchtkranke
Kritzgraben 4
07743 Jena

Tel: 03641 / 22180

E-Mail: psbs-jena@sit-online.org

www.praevention-info.de

An den 6 Roll-up Stationen dieser ausleihbaren interaktiven Ausstellung können sich die Teilnehmer auf kritische Art mit Drogen und ihre Wirkungen, Reflexion von kritischen Verhaltensweisen und Entwicklung von neuen Handlungsmustern auseinander setzen. Die Stationen können einerseits in einer Reihenfolge durchgeführt werden (Dauer 3 bis 4 Stunden ohne Pausen), andererseits können einzelne Elemente (Dauer 30 Minuten) herausgenommen und in andere Angebote integriert werden.

Art der Prävention:

- ausleihbares Projektangebot zum Thema illegale Drogen
- Multiplikatorenfortbildung

**Zielgruppe:**

- ab 14 Jahren

Dauer/Umfang:

- 3 – 4 Stunden insgesamt
- einzelne Stationen ca. 30 Minuten

Voraussetzungen/Kosten:

- kostenfrei, Selbstabholung

Impulse für Gesundheit

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung
Thüringen e.V. – AGETHUR –
Carl-August-Allee 9
99423 Weimar

Tel: 0 36 43/ 4 98 98 0

Fax: 0 36 43/ 4 98 98 16

E-mail: info@agethur.de

www.agethur.de

Impulse für Gesundheit möchte Jugendliche unterstützen ihr nun schon fast unabhängiges Leben eigenverantwortlich und selbstbestimmt gestalten zu können. Mit den Impulse Aktionstagen werden alltagsrelevantes Wissen und Fähig- und Fertigkeiten zu den Themen Ernährung und Bewegung vermittelt, die für Beruf und Karriere unabdinglich sind.

Art der Prävention:

- Lebenskompetenztraining,
- Gesundheitsförderung
- Persönlichkeitsförderung

Zielgruppe:

- Berufsvorbereitende Maßnahme (16-20 Jahre)
- Schulen,
- Jugendeinrichtungen,
- berufsvorbereitende Einrichtungen

Dauer/Umfang:

- Projektstage
- Ressourcen stärkendes Training für pädagogische/sozialpädagogische Fachkräfte



- Multiplikatorenfortbildung

FreD

SiT Suchthilfe in Thüringen gGmbH
Beratungsstelle für Suchtkranke
Kritzgraben 4
07743 Jena

Tel: 03641 / 22180

E-Mail: psbs-jena@sit-online.org

www.praevention-info.de

Das FreD-Konzept folgt einem sehr einfachen Prinzip: Nicht wegschauen, sondern handeln! Irgendjemandem fallen junge Menschen garantiert irgendwann auf, wenn sie illegale Drogen konsumieren. Dann muss eingeschritten werden! Der Zeitpunkt des richtigen und frühzeitigen Eingreifens darf nicht verpasst werden. Denn die Folge könnte sein, dass der betreffende junge Mensch in ein noch größeres Suchtproblem abgleitet.

Art der Prävention:

- selektive Prävention, die speziell auf jugendlichen Drogenmissbrauch zugeschnitten ist

Zielgruppe:

- 14 - 21 (25) Jahre

Dauer/Umfang:

- persönliches Beratungsgespräch oder auch als Gruppenangebot

Realize it

SiT Suchthilfe in Thüringen gGmbH
Beratungsstelle für Suchtkranke
Kritzgraben 4
07743 Jena

Tel: 03641 / 22180

E-Mail: psbs-jena@sit-online.org

www.praevention-info.de



Nichts ist leichter als sich zu entscheiden, sein Leben zu verändern. Und nichts ist schwerer als die Umsetzung. Leichter fällt es in jedem Fall mit Unterstützung und Beratung. Dafür wurde das Projekt Realize it konzipiert: speziell für Menschen, die ihren Cannabiskonsum reduzieren oder einstellen wollen.

Art der Prävention:

- Beratungsprogramm für Cannabiskonsumentinnen und -konsumenten
- Cannabis-Basisbuch (Begleitbuch) käuflich erwerbbar

Zielgruppe:

- ohne Altersbeschränkung

Dauer/Umfang:

- fünf Einzelberatungen mit einem/r Berater/in über einen Zeitraum von zehn Wochen und zusätzlich eine Gruppenberatung

"Verrückt? - Na und!" Seelisch fit in Schule und Ausbildung

Sozialpsychiatrischer Dienst

Bettina Schultheiß

Leutragraben 4

07743 Jena

Tel.: 03641 / 49 32 06

E-Mail: verrueckt-na-und@jena.de

<https://gpv.jena.de/de/praevention>

"Verrückt? Na und!" ist ein lebensnahes und wirksames Projekt der Prävention und Gesundheitsförderung, um mit seelischer Gesundheit gute Schule zu machen. Der Ansatz des Projektes liegt in der Begegnung von Schüler*innen mit Menschen, die Erfahrungen mit psychischen Gesundheitsproblemen und Gesundung haben und die professionell auf dem Gebiet der psychischen Gesundheit arbeiten. Beide engagieren sich als Team im Schulprojekt und machen Schüler*innen und Lehrkräften MUT, das Leben mit allen Höhen und Tiefen zu meistern.

„Verrückt? Na und!“ zeigt auf, den Blick für das eigene Leben zu schärfen, mehr Chancen für die eigene Gesundheit zu entdecken, Ängste und Vorbehalte wahrzunehmen, zu überprüfen und besser zu verstehen, voneinander zu lernen und aufeinander zuzugehen.

Art der Prävention:



- Lebenskompetenztraining
- Persönlichkeitsförderung
- Förderung sozialer Kompetenzen
- Vernetzung von Lehrern /Schule mit regionalen Hilfeangeboten; Schüler*innen erhalten als Pocket-Guide einen Krisenauswegweiser für die Stadt Jena

Zielgruppe:

- ab 8. Klasse

Dauer/Umfang:

- ein Schulprojekttag (6 Stunden)



Zielgruppe 28 – 65 Jahre

Koordinierende Ansprechperson

Fachdienst Gesundheit
Psychiatrie- und Suchtkoordination
Christiane Hofmann
Leutragraben 4
07743 Jena

Tel: 03641 / 49 31 77

E-Mail: christiane.hofmann@jena.de

www.jena.de

Unterstützung bei der Gestaltung von Gesundheitstagen/ -wochen

Präventionszentrum
Suchthilfe in Thüringen gGmbH
Katrin Otto
Löberstraße 37
99096 Erfurt

Tel: 0361 / 212 80 82

E-Mail: k.otto@sit-online.org

www.praevention-info.de

Art der Prävention:

- betriebliche Suchtprävention
- Beratende Unterstützung zur Umsetzung eines Gesundheitstages
- Betreuung eines Infostandes
- Information zum Thema Sucht und Suchtprävention
- Vorträge und Workshops

Zielgruppe:

- Betriebe
- Verwaltungen



betriebliche Suchtprävention

SiT Suchthilfe in Thüringen gGmbH
Psychosoziale Beratungs- und Behandlungsstelle für Suchtkranke und -gefährdete
Christine Reiter
Kritzgraben 4
07743 Jena

Tel: 03641 – 22 180

E-Mail: psbs-jena@sit-online.org

www.sit-online.org

Der Konsum von Nikotin, Alkohol, Medikamenten oder illegalen Drogen hat wesentliche Auswirkungen auf die Arbeitswelt, auch wenn die negativen Folgen oftmals unterschätzt werden. Internationale Studien belegen einen Zusammenhang zwischen den Konsumgewohnheiten und -mustern von Alkohol und der Abwesenheit vom Arbeitsplatz sowie Zusammenhänge zwischen riskantem Alkoholkonsum und Presenteeism (Produktivitätsverlust durch Anwesenheit bei reduzierter Leistungsfähigkeit). Die Seminare zur Früherkennung und Gesprächsführung für Führungskräfte und Anregungen für entsprechende Betriebs- und Dienstvereinbarungen unterstützen das betriebliche Gesundheitsmanagement und Arbeitsschutzmaßnahmen.

Art der Prävention:

- Seminare und Schulungen

Zielgruppe:

- Betriebe und Verwaltungen

Dauer/Umfang

- der Umfang der Schulungen wird individuell vereinbart



Klar-O

SiT Suchthilfe in Thüringen gGmbH
Psychosoziale Beratungs- und Behandlungsstelle für Suchtkranke und -gefährdete
Kritzgraben 4
07743 Jena

Tel: 03641 - 22180
E-Mail: psbs-jena@sit-online.org
www.sit-online.org

Im Gruppenprogramm Klar-O (=Klarkommen und Orientierung) erhalten die Teilnehmer Grundinformationen über Alkohol, nehmen eine Bestandsaufnahme ihres Alkoholkonsums vor und verschaffen sich Klarheit über ihre persönlichen Ziele und Prioritäten im Leben. Zum Ende des Programms können sie für sich selbst konkrete Schritte zur Umsetzung erarbeiten.

Art der Prävention:

- selektiv, Gruppenprogramm

Zielgruppe:

- Personen mit problematischem Alkoholkonsum

Dauer/Umfang

- 5 Gruppensitzungen mit individuellen Vor- und Nachgesprächen

Realize it

SiT Suchthilfe in Thüringen gGmbH
Beratungsstelle für Suchtkranke
Kritzgraben 4
07743 Jena

Tel: 03641 / 22 180
E-Mail: psbs-jena@sit-online.org
www.praevention-info.de

Nichts ist leichter als sich zu entscheiden, sein Leben zu verändern. Und nichts ist schwerer als die Umsetzung. Leichter fällt es in jedem Fall mit Unterstützung und Beratung. Dafür wurde das Projekt Realize it konzipiert: speziell für Menschen, die ihren Cannabiskonsum reduzieren



oder einstellen wollen.

Art der Prävention:

- Beratungsprogramm für Cannabiskonsumentinnen und -konsumenten
- Cannabis-Basisbuch (Begleitbuch) käuflich erwerbbar

Zielgruppe:

- ohne Altersbeschränkung

Dauer/Umfang:

- fünf Einzelberatungen mit einem/r Berater/in über einen Zeitraum von zehn Wochen und zusätzlich eine Gruppenberatung



Zielgruppe 65 +

Koordinierende Ansprechpersonen

Dezernat 4 Altenhilfeplanerin Franziska Wächter Lutherplatz 3 07743 Jena E-Mail: franziska.waechter@jena.de www.jena.de	Fachdienst Gesundheit Psychiatrie- und Suchthilfekordinatorin Christiane Hofmann Leutragraben 4 07743 Jena E-Mail: christiane.hofmann@jena.de https://gpv.jena.de
--	---

Gesundheitsförderung und Prävention im Alter

Agethur – Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Thüringen e.V. Melanie Schieck Carl-August-Allee 9 99423 Weimar Tel: 0 3643 / 498 98 17 E-Mail: info(at)agethur.de www.agethur.de
--

„Gesundheit im Alter“ ist nicht nur ein Wunsch, er ist auch als lebenslange und gesamtgesellschaftliche Aufgabe zu verstehen. Das Anliegen der AGETHUR ist es, Multiplikatoren und Akteure so zu unterstützen, miteinander zu vernetzen und zu begleiten, dass es die Lebensqualität der genannten Zielgruppe verbessert und ggf. Strukturen und Maßnahmen bedarfsgerecht angepasst werden. Zu einzelnen Arbeitsschwerpunkten werden themenspezifische Handlungsbedarfe identifiziert, Fortbildungskonzepte entwickelt, Veranstaltungen organisiert und Strategien erarbeitet. Das interdisziplinäre Miteinander und das voneinander Lernen steht dabei im Mittelpunkt dieser Aktivitäten.

Art der Prävention:

- Beratung, Unterstützung und Fortbildung für Multiplikatoren
- Beratung und Unterstützung bei der Entwicklung und Umsetzung von altersspezifischen Gesundheitszielen
- Vernetzung



Zielgruppe:

- Fachkräfte, die mit der Altersgruppe 65+ arbeiten



Beratungsangebote

Allgemeiner Sozialer Dienst des Jugendamtes der Stadt Jena

Am Anger 13
07743 Jena

Tel: 03641 – 49 27 11
e-mail: asd@jena.de

Sprechzeiten

Dienstag 8:00 - 12:00 Uhr
Donnerstag 8:00 - 12:00 Uhr und 14:00 - 17:00 Uhr

Familienberatung der Stadt Jena

Buchenweg 34
07745 Jena Winzerla

Tel: 03641 – 49 28 60
e-mail: familienberatungsstelle@jena.de

Beratungen nach Terminvereinbarung (Anfragen am besten telefonisch oder per E-Mail)

Erreichbarkeit

Moontag – Donnerstag 9:00 – 12:00 Uhr

Familienberatungsstelle Jena

Löbdergraben 14a
07743 Jena Zentrum

Tel: 03641 – 30 92 53
e-mail: familienberatungjena@awo-jena-weimar.de

Träger: AWO Regionalverband Mitte-West-Thüringen e.V.

Termine nach Vereinbarung



Kinder- und Jugendschutzdienst „Strohalm“

Closewitzerstraße 2
07743 Jena

Tel: 03641 – 3 11 23 70
e-mail: strohalm@asb-helfen.de
Internet: www.asb-jena.de

Träger: Arbeiter-Samariter-Bund Kreisverband Jena e.V.

Montag	9.00-12.00 Uhr
Dienstag	9.00-12.00 Uhr
Mittwoch	9.00-12.00 Uhr
Donnerstag	9.00-12.00 Uhr
Freitag	9.00-12.00 Uhr

Psychosoziale Beratungs- und Behandlungsstelle für Suchtkranke und -gefährdete

Kritzgraben 4
07743 Jena

Telefon: 03641 – 2 21 80
e-mail: psbs-jena@sit-online.org
Internet: www.sit-online.org

Träger: SiT - Suchthilfe in Thüringen gGmbH

Montag	7:00 – 18:00 Uhr
Dienstag	7:00 – 19:00 Uhr
Mittwoch	7:00 – 19:00 Uhr
Donnerstag	7:00 – 15:00 Uhr
Freitag	7:00 – 12:00 Uhr

Zielgruppe

- Suchtgefährdete und suchtkranke Menschen sowie deren Angehörige

Kontaktcafé



Werner-Seelenbinder-Str. 26, 07747 Jena

Telefon: 03641 – 474 88 33

e-mail: kontaktcafe@selbsthilfe-jena.de

Internet: www.selbsthilfe-jena.de

Träger: Hilfe zur Selbsthilfe „Begegnung Jena e.V.“

Montag - Freitag 10:00 – 16:00 Uhr

Zielgruppe

- Kontakt- und Beratungsangebot für Menschen mit Abhängigkeitsproblem

Psychosoziale Beratung des Studierendenwerkes

KuBIS

Philosophenweg 5

07743 Jena

Telefon: 03641 – 5 54 68 38

e-mail: psb@stw-thueringen.de

Internet: www.stw-thueringen.de

Träger: Studierendenwerk Thüringen

Donnerstag 13:00 – 15:00 Uhr

Zielgruppe

- alle Studierenden der Hochschulen Thüringens, Einzel- und Paarberatung



Impressum

Herausgeber: Stadtverwaltung Jena

Dezernat Soziales, Gesundheit, Zuwanderung und Klima
Fachdienst Gesundheit

Redaktion: Christiane Hofmann

Psychiatrie- und Suchtkoordinatorin

1. Veröffentlichung 2016

Überarbeitete Fassung 2024

e-mail: spdi@jena.de

Bild Deckblatt: © Pixabay