



HaLT

IM WERRA-MEISSNER-
KREIS

21.02.2018

„HaLT-Hart am Limit“ Newsletter für den Werra-Meißner-Kreis

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kollegen und
Kolleginnen,

„Sucht macht Lust zur Last.“ (Manfred Hinrich (1926 – 2015))

Mit diesem kurzen aber dennoch aussagekräftigen Zitat möchte ich Ihnen heute die neue und
auch erste Ausgabe des HaLT-Newsletters für dieses Jahr vorstellen. Viel Spaß beim Lesen!

Mit freundlichen Grüßen,

Anna Niebeling

(B.Sc. Gesundheitspsychologie)

HaLT-Koordinatorin für den Werra-Meißner-Kreis

Hinweise zu Fortbildungen und Veranstaltungen

- Unsere Fachstelle bietet seit Winter 2017 eine **Jugendgruppe** für unter 18-jährige an,
die bereits Konsumerfahrungen mit Alkohol oder illegalen Suchtmitteln gemacht
haben. Weitere Informationen zur Teilnahme gibt es [hier](#).
- Am 23.05.-24.05.2018 sind wir mit unseren **Schulworkshops zur Alkoholprävention** an
der Adam-von-Trott Schule Sontra und vom 20.06.-21.06.2018 an der Johannisberg
Schule Witzenhausen. Wenn auch Sie Interesse an der Durchführung eines Workshops
an Ihrer Schule haben, dann melden Sie sich unter der 05651-3394296 oder
a.niebeling@diakonie-werra-meissner.de
- 16. Hersfelder Forum „**Alter und Sucht**“ am 21.03.2018 in der Median Klinik
Wigbertshöhe.
- Fortbildung „**Was ist Burnout? Was können wir am Arbeitsplatz tun? Was im
Privatleben?**“ vom 16.-18.04.2018 in der Median Klinik Richelsdorf. Weitere Infos gibt
es [hier](#)
- 21. Richelsdorfer Gespräch „**Der Weg aus der Sucht**“ am 05.06.2018 in der Median
Klinik Richelsdorf. Weitere Infos gibt es [hier](#)

News, (bundesweite) Projekte und Aktionen

- **Darum wirkt Sport gegen Entzugssymptome**
Endlich mit dem Rauchen aufhören. Diesen Wunsch haben viele Raucherinnen und Raucher - wenn da nicht diese Entzugssymptome wären. Bekannt ist, dass Sport beim Rauchausstieg hilft. Ein internationales Forschungsteam hat herausgefunden, warum das so ist.... [\[ganze Meldung lesen\]](#)
- **Hat Cannabiskonsum Auswirkungen auf die kognitive Leistungsfähigkeit?**
Im bekifften Zustand für eine Klausur lernen? Sicher keine gute Idee. Ein akuter Cannabisrausch kann zweifelsohne die Leistungsfähigkeit unseres Gehirns beeinträchtigen. Doch wie steht es um die langfristigen Auswirkungen? Verringern sich die Hirnleistungen auch im nüchternen Zustand?... [\[ganze Meldung lesen\]](#)
- **Ecstasy verändert Gehirnaktivität**
Bekannt ist, dass der Konsum von Ecstasy Nerven schädigen kann. Allerdings sind die messbaren Einbußen bei den Hirnleistungen vergleichsweise gering. Die Hirnforschung liefert nun Hinweise, dass das Gehirn von Konsumierenden Wege zu finden scheint, um die Schäden zu auszugleichen.... [\[ganze Meldung lesen\]](#)
- **Bin ich abhängig von Cannabis?**
Etwa jeder dritte junge Erwachsene hat schon einmal Cannabis konsumiert. Die Meisten tun es nur selten, manche aber regelmäßig, ein Teil von ihnen sogar täglich. Doch bedeutet tägliches Kiffen automatisch abhängig zu sein? Woran merke ich, dass ich abhängig bin? [\[mehr dazu im aktuellen Topthema\]](#)
- **Gehirn Studierender schrumpft bei regelmäßigem Rauschtrinken**
Nie wieder Alkohol - denkt sich der Eine oder die Andere am Neujahrmorgen. Doch ist der Kater erst verflogen, werden die gute Vorsätze meist schnell vergessen. Junge Erwachsene riskieren allerdings, Gehirnmasse zu verlieren, wenn sie öfter Rauschtrinken betreiben.... [\[ganze Meldung lesen\]](#)
- Für das Gütesiegel „Wir sind Nachfrager“ sind wir stetig auf der Suche nach neuen Partnern aus den Bereichen Gastronomie, Einzelhandel, Tankstellen, Vereine und Festveranstalter, die Teil des Projektes werden. Alle Informationen zum Projekt, der Teilnahme und den Bedingungen finden Sie auf der [Homepage](#) des Gütesiegels.

Viele weitere News finden Sie auf drugcom.de , auf der Seite der [bzga](#) oder bei der [Hessischen Landesstelle für Suchtfragen](#)

Pressemitteilungen

Sämtliche Pressemitteilungen und Artikel der vergangenen Monate sind hier für Sie zusammengefasst.

Weniger Jugendliche mit Alkoholvergiftung

Komasaufen: Zahl der Krankenhausaufnahmen im Kreis sinkt

Von Elisa Brinkhoff

WERRA-MEISSNER. Die Zahl der Kinder und Jugendlichen, die im Werra-Meißner-Kreis wegen einer Alkoholvergiftung ins Krankenhaus gebracht werden müssen, sinkt immer weiter. Die Zahlen widersprechen damit dem Bundestrend.

Dem statistischen Bundesamt zufolge stieg die Zahl der Betroffenen deutschlandweit im Jahr 2016 wieder – erstmals seit 2012. So auch in Hessen, hier lag der Anstieg bei den Zehn- bis 20-Jährigen bei 7,1 Prozent: Von 1289 Betroffenen im Jahr 2015 auf 1380 im Folgejahr.

Die Fachstelle für Suchtthilfen und Prävention des Diako-

nischen Werkes Werra-Meißner hat bereits die Zahlen für das Jahr 2017 erhoben. Demnach wurden nur 13 Jugendliche in das Klinikum Werra-Meißner eingeliefert, das ist der tiefste Stand seit dem Start der Erhebung im Kreis im Jahr 2005. 2016 waren es noch 20 Einlieferungen gewesen. Allerdings werden nur Elf- bis 17-Jährige in die Statistik einbezogen, das Statistische Bundesamt bezieht sich auf Zehn- bis 20-Jährige.

Harald Nolte von der Fachstelle für Suchtthilfe freut sich über die niedrige Zahl der Fälle im Kreis, er führt sie auch auf die Präventionsarbeit zurück, dazu gehört das Projekt „Hart am Limit“, kurz „Halt“. Dabei wird unter anderem in

Kooperation mit dem Zentrum für Psychiatrie und Psychotherapie des Klinikums Werra-Meißner den Jugendlichen, die wegen einer Alkoholvergiftung ins Krankenhaus kommen, und ihren Eltern ein Gespräch noch in der Klinik und danach in der Beratungsstelle angeboten, um die Situation aufzuarbeiten.

Die Einstellung der Jugendlichen spiele aber auch eine Rolle: „Ich glaube, dass das Rauschtrinken uncooler geworden ist“, sagt Nolte, zudem sei es sehr selten, dass jemand mehr als einmal ins Krankenhaus gebracht werden müsste. „Diese Erfahrung möchte man nicht mehrmals machen.“

ZUM TAGE, HINTERGRUND, SEITE 2

HINTERGRUND

Mädchen trinken immer mehr

Dem Statistischen Bundesamt zufolge kommen immer mehr Mädchen wegen Alkoholvergiftungen ins Krankenhaus. Deutschlandweit lag der Anstieg von 2015 auf 2016 zwar nur bei 2,1 Prozent der Zehn- bis 20-Jährigen, in Hessen waren es hingegen 16,7 Prozent. Zum Vergleich: Bei den Jungen stieg die Zahl im Bundesland nur um 0,5 Prozent. Im Werra-Meißner-Kreis waren drei der 13 Betroffenen weiblich, den Trend kann Harald Nolte aber bestätigen: „Auch im Zuge des Verkaufs von Alkohols sind Mädchen lange stark im Fokus der Industrie gewesen und die Werbung wurde auf sie abgestimmt.“ Der verstärkte Alkoholkonsum schein sich seitdem zu halten. (ebr)

HNA vom 21.02.18

Aus der Region



Rauschtrinken wird immer unbeliebter: Im Werra-Meißner-Kreis sinkt die Zahl der jungen Erwachsenen, die wegen einer Alkoholvergiftung ins Krankenhaus mussten, seit Jahren. Foto: dpa

„Was ist Komasaufen?“

Mehr zum Thema: Weniger Jugendliche mit Alkoholvergiftung – Umfrage

Von **Elsa Brinkhoff**

WERRA-MEISSNER. Die Zahlen im Werra-Meißner-Kreis widersprechen dem bundesweiten Trend: Das sogenannte „Komasaufen“ scheint hier kein so großes Problem unter Jugendlichen mehr zu sein wie noch vor einigen Jahren.

Denn 2007 hatte der Landkreis hessenweit bezogen auf 1000 Jugendliche die meisten Einlieferungen in Krankenhäuser, damals waren es noch 40 Kinder und Jugendliche, die in die Kliniken nach Eschwege und Witzenhausen gebracht werden mussten.

Seitdem sinken die Zahlen. „Alkohol ist immer ein großes Thema unter Jugendlichen“, sagt Gabriele Wolff, die an der Valentin-Traudt-Schule in Großalmerode Beratungslehrerin ist. Komasaufen sei aber sehr selten, sie teilt den Eindruck von Harald Nolte von der Fachstelle für Suchthilfe:

„Das Rauschtrinken ist nicht mehr cool, die Jugendlichen sind in der Hinsicht sehr kritisch.“ Ihre Kollegin, Lehrerin Frauke Kirst, bestätigt diese Einschätzung: „Ich habe das Gefühl, dass die Schüler auch mehr aufeinander aufpassen.“ Wolff verweist zudem auf die



Aida Tesfay



Vincent Koch



Lena Kistner



Manuel Marr

Präventionsarbeit, an ihrer Schule gibt es zum Beispiel jeden Donnerstag die „Saftbar“, an der ein Team von Schülern unterschiedlicher Jahrgänge in der Mittagspause alkoholfreie Cocktails mixt. Dass es nicht mehr angesagt sein soll, sich so sehr zu betrinken, dass man mit einer Alkoholvergiftung ins Krankenhaus muss, bestätigen auch Schüler der Valentin-Traudt-Schule. Eiligen ist sogar der Begriff Komasaufen unbekannt. „Ich bekomme es ganz selten mit, dass mal jemand in die Klinik muss“, sagt Aida Tesfay; sie ist 16 Jahre alt.

Alkohol trinken sei normal, aber nicht in einem solchen Ausmaß. Schulsprecher Vincent Koch sieht das ähnlich: „Wir haben an der Schule keine Probleme damit, ich habe auch noch nicht gehört, dass zum Beispiel Schüler auf Klassenfahrten saufen.“ Für ihn und seine Klassenkameraden gehört das Trinken zum Jung-

sein dazu, aber sie sind sich einig, dass das Rauschtrinken „eher peinlich“ und unangenehm ist und kaum jemand damit angibt. „Es ist nichts, was besonders cool ist“, sagt die 15-jährige Lena Kistner.

Die Alkoholprävention sehen die Jugendlichen kritisch, „sie sollte realistischer werden“, sagt Vincent Koch. Vieles sei zu übertrieben, darunter auch die Alkoholrauschbrille, die beim Aufsetzen simulieren soll, wie sehr die Sicht durch zu viel Alkohol eingeschränkt wird.

Zudem solle der Alkoholkonsum nicht tabuisiert werden. „Es ist wichtig, dass man seine Grenzen kennenlernt“, sagt der 16-jährige Manuel Marr.

Das sehen auch die anderen Schüler so, allerdings sind sie sich auch darin einig, dass man aus einer Grenzüberschreitung lernt und denselben Fehler dann nicht wiederholt.



Mixen alkoholfreie Cocktails: (von links) Lukas Heinz, Manuel Nuhn, Julian Härstel und Bastian Berg. Foto: Brinkhoff

Mit gutem Beispiel vorangehen

Mediennetzwerk spricht mit Eltern über den Datenschutz von Kindern im Internet

WANFRIED. „Digitalisierung vs. Medienkonsum“ war das Thema des besonderen Elternabends am Dienstag an der Elisabeth-Selbert-Schule in Wanfried: Im Rahmen des weltweiten Safer-Internet-Days wollte das Mediennetzwerk des Werra-Meißner-Kreises mit Eltern über dieses Thema reden.

„Die Kinder wachsen heute, anders als wir, mit einer großen Medienaffinität auf. Die größere Medienkompetenz haben aber immer noch die Erwachsenen, und wir müssen ihnen diese beibringen“, erklärte Dirk Rudolph vom Medienzentrum Werra-Meißner zur Begrüßung. Dass ein geteiltes Bild oder Video im Internet gesehen wird und auch zu Hasskommentaren führen könne, könnten die Kinder nicht sofort begreifen. „Sie machen sich auch keine Sorgen, ob Persönlichkeitsrechte verletzt werden. Wir haben die Aufgabe mit den Kindern darüber zu reden“, so Rudolph weiter.

Die Mitglieder des Mediennetzwerks stellten den interessierten Eltern in persönlichen Gesprächen verschiedene Themen vor. Dabei ging es

zum Beispiel um die Frage, wie viel Medienkonsum es sein darf. Schulsozialarbeiter Thorsten Vogt und Armin Bahl von der Jugendförderung diskutierten mit den Eltern über die Nutzung und die Zeiten.

„Mit einem Mediennutzungsvertrag kann man, ähn-

lich wie beim Taschengeld, einen Vertrag schließen und dabei Regeln zu Zeiten, Spielen und Smartphone-Nutzung aufstellen“, erklärte Thorsten Vogt.

Auch über persönliche Daten sollte man mit seinen Kindern sprechen: „Man sollte auch vereinbaren, dass man

mit niemandem im Netz seinen richtigen Namen, seine Adresse oder persönliche Fotos teilt“, fügte Armin Bahl an.

Wie man kreativ mit Medien arbeiten und dadurch auch viel über die Nutzung von Medien lernen kann, zeigte Stefanie Müller von Rundfunk Meißner den Eltern. Drago Rajkovic vom Medienwerk zeigte, wie mit einfachen Mitteln Fotos und Videos bearbeitet werden und so die perfekte Illusion entstehen kann.

Klar wurde an diesem Abend, dass Eltern ihren Kindern ein Vorbild, auch bei der Nutzung der Medien, sein müssen. „Auch wir müssen uns an die vereinbarten Regeln halten, mit gutem Beispiel vorausgehen und offen mit unseren Kindern reden“, so Dirk Rudolph.

• Das Mediennetzwerk Werra-Meißner informiert regelmäßig mit Veranstaltungen, ist aber auch Ansprechpartner bei Fragen und Problemen. Kontakt ist möglich über die Telefonnummer 0 56 51/ 3 02 14 52 und über die Facebook-Seite www.facebook.com/clicksmartwmk. (sb)



Informieren die Eltern am Dienstagabend im Rahmen des Safer-Internet-Days: (von links) Hans-Jürgen Henning, Stefanie Müller, Harald Nolte, Armin Bahl, Thorsten Vogt, Drago Rajkovic und Dirk Rudolph.

Foto: Berg

Werra Rundschau 08.02.2018



Auch die Beschäftigung mit dem eigenen Aussehen kann süchtig machen: Darum ging es an einer der zahlreichen Mitmachstationen, die die Zwölfklässler des Beruflichen Gymnasiums Eschwege entwickelt haben.

Foto: privat

Ist es Gewohnheit oder schon Sucht?

Zwölfklässler des Beruflichen Gymnasiums Eschwege beschäftigten sich mit Suchtverhalten

ESCHWEGE. Wo ist die Grenze von Gewohnheit zur Sucht? Dieser Frage gingen die Schüler der Jahrgangsstufe 12 des Beruflichen Gymnasiums Gesundheit mit ihrer Lehrerin Sabine Schiffler nach. Ihre Erkenntnisse und Wege zur Prävention zeigten sie den Schülern der Beruflichen Schulen in Eschwege an selbst entwickelten Mitmachstationen. Mit Unterstützung von Harald Nolte von der Drogen- und Suchtberatungsstelle wurden Wege in die Sucht aufgezeigt, aber auch, wie man rechtzeitig gegensteuern kann.

Sport ist gesund und macht Spaß, aber ab wann wird der Muskelaufbau zur Obsession? Hierzu haben Steffen Meyer, Paul Ammann und Moritz Aust einen eigenen Film gedreht. „Ihr könnt hier spielen und gewinnen – im Gegensatz zum Casino könnt ihr hier

nichts verlieren!“, lud Eva Schiewek zum Drehen am Glücksrad ein. Wie viel Zeit man am Handy verbringt, überraschte die Gruppe, die sich mit dem Thema Handysucht auseinandersetzte, selbst. Die Frage: „Versteckst du dich hinter viel Make-up oder traust du dich, dich zu zeigen wie du bist?“ wurde an einer Station gestellt und auch gleich Tipps zur Hautpflege gegeben. Mit dem Essen verbundenen Suchtverhalten war ebenfalls ein Thema. Auf einer Entspannungsreise zeigte eine Gruppe, wie man mit Stress umgehen kann, ohne zu Alkohol und Co. zu greifen.

Alles in allem eine ansprechende Veranstaltung und das Interesse der besuchenden Schüler aus verschiedenen Schulformen war groß und mancher wurde zum Nachdenken angeregt. (red/dir)

ndung:
es Werk Werra-Meißner
aLT-
;enossenschaft Kassel
DEF1EK1

IBAN: DE91520604100001200100

Sag der Sucht Lebwohl

Die Fachstelle für Suchthilfe Werra-Meißner bietet Rauchfrei-Kurse an

Von Kristin Weber

ESCHWEGE. Michael hat 33 Jahre geraucht. Jetzt hat er aufgehört. Schon 21 Tage ist er ohne Zigarette – und sehr stolz auf sich. „Das Rauchen war zuletzt nicht mehr cool. Ich habe die Zigaretten nur noch durchgepiffen und mich vor mir selbst geekelt“, sagt er. Karl-Heinz hat 50 Jahre lang geraucht. „Die Überlegung, aufzuhören, war schon lange da. Jetzt musste es sein, denn ich habe damit meine Lunge geschädigt.“ Susanne hatte schon öfter versucht, mit dem Rauchen aufzuhören, auch in der Gruppe. Jetzt aber möchte sie nach 40 Jahren endlich rauchfrei bleiben.

DER KURS

Mehrmals im Jahr bietet die Fachstelle für Suchthilfe und Prävention des Diakonischen Werks Werra-Meißner Kurse für Menschen an, die der Sucht endgültig Lebwohl sagen möchten. In der Gruppe lernen sie, welche Einflüsse das Nikotin auf ihren Körper hat. Und nicht nur das Nikotin, sondern auch die vielen Zusatzstoffe im Zigarettenrauch, die hoch krebserregend sind. Gemeinsam lernen sie dann, sich von der Sucht des Rauchens zu entwöhnen. „Oh je, Gruppenarbeit“, schildert Regina ihre ersten Gedanken. „Aber ich habe schnell gemerkt, gemeinsam ist es leichter. Ein gewisser Gruppendruck ist notwendig.“

Gegenseitig können sich die Kursteilnehmer motivieren und bestärken. Geteiltes Leid ist halbes Leid. Angespornt werden sie auch durch das Vorbild ihrer Kursleiterin Cora Berleth



Sie brauchen keine Zigaretten mehr: (von links) Kursleiter Cora und Rudi Berleth, die stolzen Teilnehmer Michael, Sandra und Karl-Heinz sowie Harald Nolte von der Fachstelle für Suchthilfe und Prävention in Eschwege.

Foto: Weber

und deren Ehemann Rudi. Beide haben ebenfalls vor vielen Jahren mit dem Rauchen aufgehört und wissen so aus eigener Erfahrung, wie sich die Teilnehmer fühlen.

DER INHALT

Im Kurs beobachten die Teilnehmer ihr eigenes Rauchverhalten und führen Protokoll. Dabei wird ihnen klar, wie selbstzerstörerisch sie sich verhalten. Sie analysieren, welche Funktion die Zigarette in ihrem Leben erfüllt. „Zigaretten haben viel Funktionen“, sagt Susanne. „Sie regen an, aber sie sind auch Gewohnheit, sie werden bei Stress angesteckt oder bei Langeweile.“ Diese Stellen wollen die Teilnehmer künftig anders ausfüllen. Gemeinsam haben sie ihre allerletzte Zigarette geraucht. „Davor hatte ich

Respekt“, sagt Sandra, die nach 22 Jahren aufhören will, weil sie jetzt Mutter ist. „Aber gleichzeitig habe ich mich gefreut, dass es endlich so weit ist.“

Nikotinersatzpräparate erleichtern den Teilnehmern den Übergang. Schwieriger ist es, ihr Suchtverhalten abzustellen. Deshalb ist der Kurs auch eine verhaltenstherapeutische Maßnahme, erklärt Harald Nolte von der Fachstelle für Suchtprävention.

DIE EMOTIONEN

Am Ende des Kurses sind alle Teilnehmer über 20 lang Tage rauchfrei. „Ich fühle mich jetzt selbstbestimmter“, sagt Susanne. Karl-Heinz hat nach der ersten Woche bereits gesundheitliche Verbesserungen festgestellt. Michael findet, dass sich

sein Geruchs- und Geschmacksinn nach ein paar Tagen sehr verbessert hat. „Der schwierigste Schritt ist der, überhaupt zum Kurs hinzugehen und mitzumachen. Wenn man das geschafft hat, ist es schon die halbe Miete“, sagt er rückblickend. Cora Berleth hat Umfragen unter ihren ehemaligen Teilnehmern gemacht. 58 Prozent sind auch nach längerer Zeit noch immer rauchfrei. Und wer es beim ersten Mal nicht schafft, kann, wie Susanne, den Kurs wiederholen.

• **Kontakt:** Fachstelle für Suchthilfe und Prävention des Diakonischen Werks Werra-Meißner, Tel.: 0 56 51/ 3 39 42 96, mail: suchtprevention@t-online.de. Homepage: www. Suchtprevention-eschweg.de - Neue Kurse gibt es in 2018.

Suchtprävention für Azubis

Kooperation von Diakonie, BKK Werra-Meißner und DRK

■ **Eschwege.** Die Fachstelle für Suchthilfe und die Abteilung für Prävention des Diakonischen Werkes Werra-Meißner führte ein Prev@WORK Seminar für die Auszubildenden des DRK Kreisverbands Eschwege durch. Prev@WORK ist ein erprobtes betriebliches Suchtpräventionsprogramm und wurde von der Fachstelle für Suchtprävention Berlin entwickelt und erfolgreich evaluiert. Ziel ist es, das Auszubildende ihre eigene Haltung hinsichtlich des Konsums von Suchtmitteln sowie in Bezug auf süchtige Verhaltensweisen reflektieren und positiv weiterentwickeln sowie Risikokompetenz im Umgang mit Suchtmitteln erlangen.

Im Seminar wurde Grundlagen zu Risiken des Konsums psychoaktiver Substanzen und süchtiger Verhaltensweisen vermittelt und die Entstehung und der Verlauf einer Suchterkrankung dargestellt.

„Eine Abhängigkeit zu entwickeln, braucht es nicht nur Wissen, sondern auch Selbstbewusstsein, gute Kommunikation und das Erlebnis von positiver Verbundenheit, auch im Beruf“, betonte Harald Nolte zusammen mit dem Seminarleiter.

„Wir warnen nicht in der Öffentlichkeit vor dem Kon-



Die Auszubildenden des DRK-Kreisverbandes nahmen an einer Fortbildung zum Thema Suchtprävention am Arbeitsplatz teil.

Foto: Privat

sum von Suchtmitteln, sondern das Seminar gibt den jungen Erwachsenen Instrumente an die Hand, wie die Risikokompetenz gestärkt werden kann.“

Gemeinsam mit Thomas Wuth, dem Geschäftsführer des DRK Eschwege, stellten Samland und Nolte außerdem das betriebliche und regionale Suchthilfesystem vor.

„In einer schriftlichen Auswertung lobten die Auszubildenden am Ende des Se-

minars besonders das informative, interaktive und niemals langweilige Seminar“, betont Anna Samland.

Die BKK Werra-Meißner übernahm die Finanzierung. „Wir sind davon überzeugt, dass Betriebe mittel- und langfristige durch die Verringerung von Arbeitsausfällen und Fehlerquoten aufgrund von Suchtmittelkonsum, der Förderung eines verantwortungsvollen Umgangs mit Suchtmitteln sowie „Punktnüchternheit“

am Arbeitsplatz und der Minimierung schädlicher Folgen von präventiven Programmen profitieren“, so Matthias Kullik von der regionalen Krankenkasse.

„Nach dieser positiven Erfahrung möchten wir das Seminar im kommenden Jahr auch anderen Betrieben im Kreis anbieten. Interessierte Unternehmen sollten sich einfach bei uns melden“, resümiert Harald Nolte in Vorausschau auf das neue Jahr.

Marketspiegel, Dezember 2017



Beschäftigten sich mit Süchten: Die Auszubildenden des DRK-Kreisverbandes Eschwege. Foto: privat

Grundwissen über Suchtverhalten

Erfolgreiches Pilotprojekt der Suchtprävention

ESCHWEGE. Dass Auszubildende ihre eigene Haltung hinsichtlich des Konsums von Suchtmitteln sowie in Bezug auf süchtige Verhaltensweisen reflektieren und positiv weiterentwickeln sowie Risikokompetenz im Umgang mit Suchtmitteln erlangen – das ist das Ziel des Prev@Work-Seminars, das die Suchtprävention Werra-Meißner in Kooperation mit der BKK Werra-Meißner sowie des DRK-Kreisverbandes Eschwege erstmals angeboten hat.

„Prev@Work ist ein erprobtes betriebliches Suchtpräventionsprogramm“, erklärt Suchtberater Harald Nolte. Im Seminar für die Azubis des DRK-Kreisverbandes wurde Grundwissen zu Risiken des Konsums psychoaktiver Sub-

stanzen und süchtiger Verhaltensweisen vermittelt und die Entstehung und der Verlauf einer Suchterkrankung dargestellt. „Um eine Abhängigkeit zu verhindern, braucht es nicht nur Wissen, sondern Schutzfaktoren. Dazu gehören Selbstbewusstsein, eine gute Kommunikation und das Erlebnis von positiver Verbundenheit, auch im Betrieb“, betont Harald Nolte, der zusammen mit Anna Samland das Seminar leitete.

„Wir warnen nicht in erster Linie vor dem Konsum von Suchtmitteln, sondern das Seminar gibt den jungen Erwachsenen Instrumente an die Hand, wie die Risikokompetenz gestärkt werden kann“, fügen die beiden hinzu. (red/dir)

Werra Rundschau, November 2017

Illegale Drogen an fast allen Schulen im Kreis

Lehrer können Blick schärfen

Aufklärung, Vorbeugung und Beratung durch die Fachstelle für Suchtprävention – Neue Workshops im Angebot

WERRA-MEISSNER. Die verstärkte Drogen-Problematik an den Schulen im Werra-Meißner-Kreis hat zu Reaktionen geführt, um das Angebot an Aufklärung über Drogen und Vorbeugung vor dem Konsum zu erweitern.

Die Fachstelle für Suchtprävention in Eschwege hat Workshops entwickelt, bei denen es um den Umgang mit illegalen Drogen an Schulen geht, wie Leiter Harald Nolte erklärt. Für Lehrer würden auch Fortbildungen angeboten, um deren Blick zu schärfen und Methoden zur Erkennung kennenzulernen.

Speziell um den Umgang mit betroffenen Schülern geht es im Februar in einem Lehrgang für die Beratungslehrer für Suchtprävention, die dann ihr Wissen weitergeben sollen.

Noch in dieser Woche soll sich übrigens in Eschwege ein Arbeitskreis mit Vertretern von Jugendamt, aus der offenen Jugendarbeit und Schulsozialarbeitern gründen, um Handlungsoptionen zu entwickeln.

Vor Kurzem ist in Eschwege auch eine Gruppe zustande gekommen, in der mit Jugendlichen unter 18 Jahren gesprochen wird, die mit Drogen auf-



Blick durch die Rauschbrille: Wie der Einfluss von Alkohol und illegalen Drogen die Sinne beeinträchtigt, wird im Rahmen der Suchtprävention vielen Schülern näher gebracht. Unser Bild von Vanessa Zeitsch und Kevin Vogt in Hessisch Lichtenau, die sich auch die Rauschbrillen aufsetzten, entstand vor vier Jahren. Archivfoto: Geier

gefallen sind. Die Treffen finden montags im Domizil der Fachstelle, Leuchtbergstraße

10b, ab 15 Uhr statt. Interessierte sind jederzeit willkommen, eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.

Zur Beratung steht die Suchtprävention den Schulen, Eltern und Jugendlichen auch jederzeit zur Verfügung. Sie ist erreichbar unter Tel. 0 56 51/3 39 42 96.

Die Schulung für Lehrkräfte wird beispielsweise von Beratungslehrerin Katharina Siebold von den Beruflichen Schulen Witzenhausen begrüßt. Die Lehrer seien noch zu wenig geschult, um die Anzeichen von Drogenkonsum zu erkennen und wie man bei Erkennen reagiert, sagt sie.

Derzeit erarbeite man für das Lehrerkollegium Handlungsempfehlungen.

Siebold kümmert sich gemeinsam mit ihrer Kollegin Freya Lenz um die Sucht- und Drogenprävention an der großen Schule, sie organisieren Aktionstage und Workshops für die Schüler.

Gerade bei den älteren Schülern sei Prävention aber bereits schwierig, hat Siebold festgestellt.

„Die meisten haben schon mal was ausprobiert.“ Sinnvoller sei, vor dem Missbrauch anzusetzen. Das wird in den Klassen 7 gemacht. Den 13-Jährigen werden beispielswei-

se Wahrnehmungsstörungen als Folge von Drogenkonsum vorgeführt und unter anderem durch Rollenspiele auch das Selbstbewusstsein und das Nein-Sagen gestärkt – gerade auch bezüglich Nikotin und Alkohol.

Dazu wurde sogar eine richtige Cocktailbar aufgebaut, berichtet Beratungslehrerin Silke Goethe vom erst vor Kurzem stattgefundenen Präventionstag an der Anne-Frank-Schule in Eschwege. Die Schüler seien gut aufgeklärt und sehr aufgeschlossen. Sie wüssten aber auch schon, wo es Drogen-Umschlagplätze in der Kreisstadt gibt. (sff)

Das sagt der Suchtberater

Politik hat Mitschuld



Harald Nolte

der Fachstelle für Suchtprävention beim Diakonischen Werk

Der stärkere Griff zu illegalen Drogen hänge auch mit der jüngsten Legalisierungsdebatte in der Politik zusammen, meint Harald Nolte, der Leiter

Werra-Meißner in Eschwege. Dadurch hätten viele Jugendliche im Ohr: „Da kann es ja nicht so schlimm sein.“ Aber auch bei einer Freigabe von Cannabis bliebe diese Droge für Jugendliche weiterhin verboten. Als Beispiel dafür, dass das Unrechtsbewusstsein verloren gehe, schildert Suchtberater Nolte, dass sich Schüler mittlerweile schon unter der Schulbank einen Joint drehen. (sff)

Polizei: „Wir sind ja auf Tipps auch angewiesen“

Ermittler unterstützen Schulen im Kampf gegen Drogen – Appell an Schüler und Eltern: Verdächtige Beobachtungen melden

WERRA-MEISSNER. Für konkrete Hinweise auf Drogenumschlagplätze ist die Polizei dankbar. „Wir sind ja auf Tipps auch angewiesen“, sagt Jugendkoordinator Reiner Lingner von der Polizeidirektion Werra-Meißner. Dann würde auch besonders darauf geachtet, versichert er.

Lingner appelliert sogar an die Schüler, verdächtige Beobachtungen vertrauensvoll der

Polizei zu melden, schließlich beschütze man so auch seine Mitschüler.

Wenn eine Schule von Konsum, Erwerb, Besitz und auch Handel mit illegalen Drogen auf dem Schulgelände oder in deren näheren Umfeld Kenntnis bekommt und „schulische Maßnahmen“ nicht greifen oder nicht greifen können, da schulfremde Personen dealen, dann wird oftmals die Polizei

eingeschaltet, berichtet auch Direktions-sprecher Jörg Künstler.

Fälle gab es nach Informationen dieser Zeitung beispielsweise nach den Sommerferien an den Beruflichen Schulen in Witzenhausen und der Rhena-



Reiner Lingner

nus-Schule in Bad Sooden-Allendorf.

Zudem ist die Polizei auch präventiv und aufklärend aktiv. Auf Einladung gibt Reiner Lingner auf Elternabenden und bei Lehrerfortbildungen Auskunft über neue Drogen und rechtliche Aspekte, beispielsweise die Möglichkeit zur vorläufigen Festnahme durch jedermann. Klassische Stoffkunde über Drogenarten

und Formen des Konsums in den Schulklassen übernimmt die Polizei allerdings nicht. Dafür können aber die Berater der Fachstelle für Suchtprävention angefordert werden, auch Vertrauens- und Beratungslehrer und der schulp-psychologische Dienst sind dazu in der Lage. (sff)

Kontakt: Polizeidirektion, Tel. 0 56 51 / 92 50.

Internatsleiter wartet auf Klarstellung

Öffentlich gewordener Vorwurf des Drogenhandels mit Schülern steht weiterhin im Raum

BAD SOODEN-ALLENENDORF. Der vor zwei Wochen öffentlich gewordene Vorwurf gegen den pädagogischen Leiter des Sportinternats in Bad Sooden-Allendorf, er verkaufe an seine Internatsschüler Drogen, steht weiterhin im Raum.

Der Vorwurf soll dem Leiter auf einem öffentlichen Parkplatz durch den Bad Sooden-Allendorfer CDU-Landtagsabgeordneten gemacht worden sein. Der Badestädter Bürgermeister Frank Hix (CDU), in ehrenamtlicher Funktion auch Geschäftsführer des Internats, hatte diesen ihm von dem Leiter geschilderten Vorfall in einem Brandbrief vor drei Wochen Hessens Ministerpräsident und CDU-Landesvorsitzenden Volker Bouffier zur Kenntnis gegeben. Dieser

in Kopie an die Vorstände von CDU-Kreis- und -Stadtverband sowie die CDU-Stadtratsfraktion geschickte Brief, der dieser Zeitung anonym zugespielt wurde, sorgte dann auch wegen der offensichtlich enormen Differenzen zwischen Hix und Landau für Aufsehen.

Vor einer Woche kam es dann zu einem persönlichen Gespräch zwischen den beiden. Dabei habe sich Landau „für sein Verhalten entschuldigt“ und Hix habe bedauert, den Brief verfasst zu haben, hieß es vor einer Woche in einer gemeinsamen „abschließenden Erklärung“.

Für den Leiter des Sportinternats ist die Sache damit aber keineswegs abgeschlossen, im Gegenteil. „Ich erwar-

te, dass Landau sich bei mir entschuldigt und die Sache klarstellt“, sagt er. Schließlich gehe es auch um seine berufliche Reputation, äußert sich der Leiter auch besorgt um seine Existenz. Und er ärgert sich, dass die Unionspolitiker nun innerparteiliche Einigkeit demonstrieren: Und „das eigentliche Thema wird unter den Tisch gekehrt.“

Seinen Ausführungen zufolge hat er mittlerweile Strafanzeige wegen Verleumdung gegen Landau gestellt. Und Hix als Geschäftsführer wolle wohl per Zivilklage auf eine Unterlassungserklärung von Landau dringen.

Sowohl Hix als auch Landau wollten sich auch auf erneute Anfrage nicht näher äußern und verwiesen auf eine jetzt

laufende „juristische Aufarbeitung“. Im Übrigen sagt der Internatsleiter, dass es in seinem Haus keine Drogenproblematik gebe, man sei nur „teilweise betroffen“ durch Drogen, die von ortsansässigen Jugendlichen in die Schule gebracht würden. „Wir haben das Internat im Griff“, sagt er und verweist auf seine beruflichen Erfahrungen und besonderen Qualifikationen.

Einen derartigen Vorwurf gegen einen Heimleiter habe es auch noch nie gegeben, sagt Kreissprecher Jörg Klinge. Der Heimaufsicht des Werra-Meißner-Kreises war der Vorfall wenige Tage danach vom Heimleiter pflichtgemäß gemeldet worden. Die Aufsicht wiederum hat das Sozialministerium darüber informiert. (sff)



Handel mit Drogen: Das Problem ist an den Schulen im Werra-Meißner-Kreis größer geworden. Archivfoto: von JutrczenkaJdPa

Illegale Drogen an fast allen Schulen im Kreis

Problematik hat sich seit Ende der Sommerferien verstärkt

Von Stefan Forbert

WERRA-MEISSNER. Drogenhandel an der Rhenanus-Schule in Bad Sooden-Allendorf, ausgehend vom Sportinternat und dessen Leiter? Dieser Vorwurf, mit dem der Internatsleiter einem öffentlich gewordenen Brief von Bürgermeister Frank Hix (CDU) zufolge vom CDU-Landtagsmitglied Dirk Landau konfrontiert worden sein soll, wird vom Beschuldigten zurückgewiesen. Und die Polizei ermittelt aufgrund dieser Beschuldigung auch nicht.

Zugleich räumt der Direktor der Rhenanus-Schule ein, dass es an seiner Schule derzeit ein erhebliches Drogenproblem gebe, wie aber wohl „an allen Schulen im Werra-Meißner-

Kreis“. Das bestätigt Harald Nolte. Der Leiter der Fachstelle für Suchtprävention im Landkreis spricht von zumindest „vielen Schulen“, an denen sich das Problem mit illegalen Drogen seit vier Monaten verstärkt habe. Das deckt sich mit Erkenntnissen von für Suchtprävention zuständigen Lehrkräften: „Seit den Sommerferien“, lautet beispielsweise eine Beobachtung aus der Anne-Frank-Schule in Eschwege.

Mal handele es sich um Einzelfälle, mal um ganze Gruppen, die wegen Cannabis oder auch Amphetaminen auffallen, sagt Nolte. Betroffen seien Schüler der Beruflichen Schulen, der Gymnasien und der Gesamtschulen, auch schon jüngere ab 14 Jahren.

Die Problematik mit Konsum, Erwerb und Besitz, aber auch Handel mit Betäubungsmitteln auf dem Schulgelände oder in deren näheren Umfeld betreffe nahezu alle weiterführenden Schulen im Kreisgebiet, sagt auch Sprecher Jörg Künstler von der Polizeidirektion Werra-Meißner. Letztlich sei das Drogenproblem an Schulen kein neues kriminalistisches Phänomen. Darüber dürften auch die „geringen“ statistischen Zahlen nicht hinwegtäuschen. Zwischen 2013 und 2016 seien insgesamt zwölf Strafverfahren mit Tatort Schule eingeleitet worden. Künstler: „Hier spiegelt sich bestimmt nicht die Realität wider.“ **ZUM TAGE, HINTERGRUND, SEITE 2**

HINTERGRUND

Beliebt sind Speed und Cannabis

Nach Erkenntnissen der Polizei werden im schulischen Umfeld die Cannabisprodukte, also Hashisch und Marihuana, aber auch Amphetamine gehandelt. Dies seien die klassischen und auch altersspezifischen illegalen Drogenarten, sagt Sprecher Jörg Künstler.

Amphetamine, in der Drogenszene unter Bezeichnungen wie Speed und Pep verbreitet, nutzen die Schüler, um sich aufzuputzen und am Wochenende „was zu reißen“, erläuterte Suchtberater Harald Nolte. Und zu Cannabis griffen die Jugendlichen, um für die Woche wieder „runterzukommen“. Dadurch fielen manche Schüler auch durch Teilnahmslosigkeit im Unterricht auf. (sff)

ZUM TAGE

Schnell reagieren

Stefan Forbert zur
Drogen-Problematik

Heile Welt ist – bezieht man dieses geflügelte Wort auf das Fehlen von Kriminalität und insbesondere von Drogenhandel und -missbrauch durch Jugendliche – auch im Werra-Meißner-Kreis schon lange nicht mehr. Vielleicht ist die Welt hier im ländlichen Raum noch ein wenig heiler, aber illegale Drogen haben längst auch schon die Schulen hier erreicht. Seit einigen Monaten wird das Problem offensichtlich größer – und in den Schulen muss man sich beeilen, Schritt zu halten. Denn das Bekämpfen der Kriminalität ist die eine Sache, die der Polizei. Die andere ist, die Jugendlichen noch sensibler bezüglich Suchtgefahren zu machen und ihre Abwehr zu stärken.

Suchtprävention fand auch in der Vergangenheit schon statt, die zuständige Fachstelle in Eschwege hat sich durch etliche Aktionen und Ideen sogar hervorgetan. Nun muss noch mehr angeboten werden. Und die Lehrkräfte sind gefordert, schon im Ansatz zu reagieren, sobald Drogenmissbrauch erkennbar wird. Doch dafür müssen sie zumeist selbst erst noch geschult werden. Und das steht vielfach noch aus.

redaktion@werra-rundschau.de

Alkohol – Ein gefährliches gesellschaftliches Phänomen

Vorsicht vor dem Rückfall

Interview mit einer Suchtexpertin: So erleben Alkoholabhängige die Feiertage

Von Friederike Steensen

WERRA-MEISSNER. Ein Glas Wein zu Weihnachten und der Sekt zu Silvester gehören für viele einfach dazu. Doch wie erleben Menschen, die alkoholabhängig sind, die Feiertage? Darüber haben wir mit Andrea Böhnke von der Fachstelle für Sucht und Prävention im Werra-Meißner-Kreis gesprochen.

Wie viele Menschen, die süchtig nach Alkohol sind, gibt es im Landkreis?

ANDREA BÖHNKE: Vermutlich kennt jeder mindestens eine Person, die ein Alkoholproblem hat, es gibt aber keine gesicherten Zahlen. Diagnosen werden meist nur gestellt, wenn Menschen zur Entgiftung ins Krankenhaus kommen, aber meist nicht vom Hausarzt, der die Symptome behandelt. Man kann davon ausgehen, dass 25 bis 40 Prozent der Bevölkerung gefährdet sind, süchtig zu werden. Etwa fünf Prozent gelten als suchtkrank, aber die Übergänge sind fließend. Viele scheuen sich, die Krankheit einzugestehen – auch weil sie die Konsequenzen und den Entzug fürchten.

Gibt es kritische Lebensphasen, in denen man leicht in die Sucht geraten kann?

BOHNKE: Die Sucht tritt oft nach Veränderungen oder Verlusten auf: etwa eine Trennung oder der plötzliche Tod des Partners. Mit dem Alkohol wollen einige das Grübeln verhindern, andere besser einschlafen – und dann wird aus einem „Genussglas“ schnell mehr, vor allem im Alter. Wir sehen oft Fälle von Selbstmedikation, also wenn Menschen sich nicht mehr anders zu helfen wissen, als ihre Probleme „zu ertränken“. Manche Betroffene entwickeln in diesen Lebensphasen auch eine Depression – psychische Erkrankungen und Abhängigkeiten gehen oft Hand in Hand. Es kann jeden treffen.

Wie erleben Alkoholabhängige die Feiertage?

BOHNKE: Das hängt davon ab, ob sie sich die Krankheit eingestanden haben: Wer der Sucht gebieten will, zieht sich vielleicht zurück oder ergreift



Gefahr lauert an den Feiertagen: Weil Alkohol für viele zu Weihnachten und Silvester dazu gehört, laufen Alkoholabhängige in dieser Jahreszeit Gefahr, rückfällig zu werden. Foto: Heißl/Dpa

Vorsorgemaßnahmen. Die anderen feiern wie immer, denn ihrer Meinung nach haben sie ja kein Alkoholproblem.

Welche Tipps würden Sie Alkoholsüchtigen für die Feiertage mit auf den Weg geben?

BOHNKE: Wir sprechen mit Klienten die Situation durch: Mit wem verbringen sie die Feiertage? Werden sie wohl zum Trinken animiert, etwa weil sie sich zugehörig fühlen wollen? Wir empfehlen, sich mit seiner Begleitung vorher abzusprechen: Wenn man ein starkes Bedürfnis verspürt, Alkohol zu trinken, muss man gehen können, zur Not auch allein. Es kann sinnvoll sein, auf Abstand zu gehen, die Feier früher zu verlassen oder sie ganz anders zu organisieren.

Wer merkt, dass er kurz davor ist, zur Flasche zu greifen, kann sich zum Beispiel auf seine Hände setzen, tief durchatmen und bis Zehn zählen, den Tisch wechseln oder eine Runde um den Block gehen. Dann

ist die kritische Situation oft schon vorbei. Wichtig ist, seine Sorge laut auszusprechen.

Welche Hilfsangebote gibt es für Alkoholiker im Kreis speziell für die Feiertage?

BOHNKE: Es gibt keine Extra-Angebote. Man sollte sich bewusst machen, welche Situationen gefährlich sind. Wer trinkt, wenn er allein ist, könnte auf eine Weihnachtsfeier für Alleinstehende gehen. Manche Selbsthilfegruppen organisieren oft eigene Feiern, die ganz anders gestaltet sind. Wer große Angst vor einem Rückfall hat, kann sich sicherheitshalber auf einer Suchtstation einweisen lassen.

Was sollten Angehörige beachten?

BOHNKE: Die meisten Abhängigen wollen nicht, dass wegen ihnen alle Gäste auf Alkohol verzichten. Es ist aber gut, den Betroffenen zu fragen, ob es in Ordnung ist, in seiner Gegenwart Alkohol zu trinken.

Man kann auch vereinbaren, dass man sofort aufhört, wenn der Betroffene doch noch den Drang nach Alkohol verspürt. Wenn es um Essen geht, sollte man einen Kompromiss finden, etwa eine Rotweinsöße und eine alkoholfreie Alternative zum Gänsebraten.

Ich rate, zu einer Beratung extra für Angehörige zu gehen, wenn man den Alkoholkonsum des anderen als Problem für sich empfindet. Man muss nicht damit warten, bis derjenige sein Problem selbst eingestanden hat! Man sollte als Angehöriger lernen, die Thematik anzusprechen und persönliche Grenzen zu setzen. Das ist notwendig, weil bei einer Alkoholabhängigkeit stets das Umfeld mit reingezogen wird. Da kann es sogar zu Co-Abhängigkeiten kommen, etwa wenn Angehörige das Verhalten des Süchtigen decken oder bagatellisieren.

Was sollte man als Angehöriger auf jeden Fall vermeiden?

BOHNKE: Den Partner ständig kontrollieren zu wollen – das funktioniert auch gar nicht. Wenn man Suchtkranken zu viel Verantwortung abnimmt, werden sie sehr kindlich. Es kann dann passieren, dass sie heimlich trinken. Die Betroffenen müssen selbst ihren Weg aus der Sucht finden, man kann ihnen dabei nur Hilfe anbieten.

Zur Person

ANDREA BÖHNKE (59) leitet die Fachstelle für Sucht und Prävention der Diakonie im Werra-Meißner-Kreis und ist dort unter anderem zuständig für die ambulante Therapie. Die Psychologin und psychologische Psychotherapeutin lebt in Eschwege und Gießen. (fst)



Andrea Böhnke

Alkoholmissbrauch in Zahlen

Fast alle trinken Alkohol

Mit einer gemeinsamen Aktionswoche wollen die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen, die Barmer-Krankenkasse, die Deutsche Rentenversicherung und die Drogenbeauftragten der Bundesregierung alle zwei Jahre vor Alkoholmissbrauch warnen. Sie stellen das Problem in Zahlen vor:

1,77 Millionen Deutsche zwischen 18 und 64 Jahren gelten als alkoholabhängig. Männer trinken meist deutlich mehr als Frauen.

30 Prozent – um diesen Satz sanken die Verbraucherpreise für alkoholische Getränke im Vergleich zur sonstigen Lebenshaltung innerhalb der vergangenen 40 Jahre. Die Preise für Wein gingen um 38 Prozent zurück, bei

Spirituosen waren es 33 Prozent, bei Bier 26 Prozent.

40 Milliarden Euro direkte und indirekte Krankheitskosten kommen durch alkoholbedingte Krankheiten jährlich zusammen. Dem gegenüber standen im Jahr 2014 etwa 3,17 Milliarden aus staatlichen Einnahmen an der Bier-, Schaumwein- und Spirituosensteuer.

96,4 Prozent der Bevölkerung zwischen 18 und 64 Jahren trinkt Alkohol. Pro Jahr kommen dabei pro Person durchschnittlich 135,5 Liter zusammen – das entspricht fast zehn Liter-Flaschen reinem Alkohol

561 Millionen Euro gaben die Hersteller im Jahr 2014 für Werbung für alkoholische Getränke in TV,

Rundfunk, Plakaten, Zeitungen und Zeitschriften aus.

74 000 Todesfälle werden laut Schätzungen jährlich durch riskanten Alkoholkonsum oder durch den kombinierten Konsum von Alkohol und Tabak verursacht. Im Jahr 2015 gab es insgesamt 13.239 Alkoholfälle mit Personenschaden, 256 Personen starben dabei.

242 494 Tötungsdelikte begingen in 2016 ihr Tat unter Alkoholeinfluss. Das entspricht zehn Prozent aller Tötungsdelikte. 2016 wurden insgesamt 40 007 Gewalttaten unter Alkoholeinfluss verübt. Das sind 27,3 Prozent aller aufgeklärten Fälle im Bereich der Gewaltkriminalität. (fst)

HINTERGRUND

Checkliste: So erkennt man Alkoholprobleme

Mögliche Anzeichen dafür, dass jemand die Kontrolle über den eigenen Alkoholkonsum verliert:

- Es tritt oft ein starker Drang nach Alkohol auf.
- Man trinkt mehr oder länger als beabsichtigt.
- Man vernachlässigt alltägliche Verpflichtungen zugunsten des Alkohols.
- Der Konsum führt zu zwischenmenschlichen Problemen – etwas wenn der Betroffene versucht, seinen Alkoholkonsum zu vertuschen, oder wenn er in betrunkenem Zustand aufsendend wird.
- Man verspürt die Wirkung des Alkohols erst bei größeren Mengen. Der Körper hat sich dann an eine regelmäßige Dosis gewöhnt.
- Es treten erste Entzugserscheinungen auf: Hände zittern, Schwitzen, Ruhelosigkeit.
- Die Gedanken des Be-

troffenen drehen sich ständig um das Thema Alkohol und die Frage, wie man sich Nachschub organisieren kann.

Kontakt: Fachstelle für Sucht und Prävention der Diakonie im Werra-Meißner-Kreis, Beratungen finden in Eschwege, Witzenhausen und Hesseisch Lichtenau statt. Suchthilfe: 0 56 51/3 39 42 92, Suchtprävention: 0 56 51/3 39 42 96, www.suchtpraevention-eschwege.de

Weitere Informationen rund um das Thema Alkohol sucht findet man auf dem gemeinsamen Portal „Aktionswoche Alkohol“ von der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen, der Barmer-Krankenkasse, der Deutschen Rentenversicherung und der Drogenbeauftragten der Bundesregierung: www.aktionswoche-alkohol.de

Medien kritisch und kreativ nutzen

Elternabend und Workshops für Schüler zum Tag für mehr Internetsicherheit am Dienstag, 6. Februar

WERRA-MEISSNER. Über Medienkompetenz nachdenken – das ist das Ziel des jährlich am 6. Februar europaweit stattfindenden Safer Internet Day (zu deutsch: Tag für mehr Internetsicherheit, SID). In diesem Jahr ist das Motto „A better internet starts with you“ – zu deutsch: „Ein besseres Internet beginnt bei dir selbst“.

„Click smart“ – das Mediennetzwerk im Werra-Meißner-Kreis nimmt den SID zum Anlass, um an verschiedenen Schulen im Kreis dazu passende Workshops für Schüler und auch einen Elternabend anzubieten. Ziel der Aktionen und auch generell des Netzwerks ist es, dass junge Menschen Medien selbstbestimmt, kritisch und kreativ nutzen können.

Wie viel Medienkonsum soll und darf es sein? Welche Regeln zur Mediennutzung sollten Eltern aufstellen? Welche Sicherheitseinstellungen sollten vorgenommen werden? Diese und weitere Fragen werden bei einem Elternabend am



Digital gemobbt: Der richtige Umgang mit dem sogenannten Cybermobbing ist gerade für Kinder und Jugendliche ein wichtiges Thema.

Foto: klicksafe/
Maribelle
Photography/dpa

Dienstag, 6. Februar, von 19 bis 20.30 Uhr in der Aula der Elisabeth-Selbert-Schule in Wanfried geklärt. Schwerpunkt ist die Mediennutzung von Kindern und in Familien. Eingeladen sind primär Eltern von Kindern der Jahrgangsstufen drei bis sechs, aber alle Interessierten sind willkommen. Nach einem kurzen einleitenden Vortrag gibt es die Mög-

lichkeit, an Thementischen mit Experten und anderen Eltern zu diskutieren und sich auszutauschen.

Workshops für Schüler

An der Elisabeth-Selbert-Schule in Wanfried, der Freien Waldorfschule Werra-Meißner in Eschwege, der Regenbogenschule in Sontra sowie dem Beruflichen Gymnasium

HINTERGRUND

Aktionstag seit 1999

Der Aktionstag Safer Internet Day geht auf das 1999 gestartete Safer Internet Programm der EU zurück. In Deutschland wird der Aktionstag vom Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz sowie dem Bundesverband Informationswirtschaft, Telekommunikation und neue Medien getragen und findet seit 2008 jährlich am zweiten Tag der zweiten Woche des zweiten Monats statt. Koordiniert wird dieser Tag von der Kampagne Klicksafe. Im Werra-Meißner-Kreis ist in diesem

Bereich das Mediennetzwerk „Click smart“ tätig. Das Netzwerk ist ein Zusammenschluss von Einrichtungen im Kreis, in der medienpädagogischen Arbeit – insbesondere mit Kindern und Jugendlichen – angeboten wird. Eltern, Schulen, Jugendzentren, Vereine und andere Einrichtungen werden hier in medienpädagogischen Fragen beraten und bei Projekten unterstützt. (red/dir)

facebook.com/clicksmartwmk
www.klicksafe.de

Eschwege werden anlässlich des Aktionstages verschiedene Workshops für verschiedene Jahrgangsstufen angeboten. Unter anderem beschäftigen sich die Schüler mit „Fake News“, digitalen Identitäten, den Risiken von sozialen Netzwerken wie Facebook, dem

Recht am eigenen Bild sowie dem Mediennutzungsverhalten. (red/dir)

• Weitere Infos bei der Jugendförderung des Kreises unter Tel. 0 56 51/3 02 14 51 oder per E-Mail an: jugendfoerderung@werra-meissner-kreis.de