# Angebotskatalog vom „Haus der Suchtprävention“



Stand: August 2025

| | |
|---|---|
| Seite 3 | Einleitung |
| Seite 6 | Praxisnaher Einblick in die Suchtprävention |
| Seite 10 - 11 | Externes Angebot vom „Haus der Suchtprävention“ |
| Seite 14 - 19 | Angebote im „Haus der Suchtprävention“ |
| Seite 20 - 21 | Suchtgefahren stoffgebundener Süchte im Jugendalter - Alkohol |
| Seite 22 - 24 | Zigaretten, E-Zigaretten und Vapes – Gesundheitsrisiken für Jugendliche |
| Seite 25 - 26 | Snus - Was man über den Trend wissen sollte |
| Seite 27 – 28 | Cannabis |
| Seite 29 – 30 | Vorbilder - Bewusster Umgang mit Suchtmitteln in der Familie |
| Seite 31 - 32 | Und was, wenn es doch einmal Probleme gibt? |
| Seite 33 - 34 | „Haus der Suchtprävention“ –Präventionsangebote |
| Seite 35 – 36 | „MOBI-Drog“ – Mobiles Präventions-und Beratungsangebot |
| Seite 37 - 39 | Netzwerkpartner |

# Einleitung

Was können wir tun, damit unsere Kinder möglichst frei von Abhängigkeiten durchs Leben gehen können? Sucht ist nicht angeboren, sondern entwickelt sich oft unbemerkt im Alltag und hat eine lange Vorgeschichte.

Die Pubertät ist eine Zeit des Wandels, in der sich das Kind und auch die gemeinsame Zeit mit ihm verändern. Diese Phase ist geprägt von Unsicherheiten, Veränderungen und Übergängen. Sichtbar sind körperliche Veränderungen, aber auch innere Umbrüche, die sich im Verhalten der Jugendlichen zeigen. Diese Herausforderungen können bei Eltern Ängste und Verunsicherungen wecken, besonders wenn es darum geht, dass Teenager durch Risikoverhalten oder durch den Konsum von Suchtmitteln den sicheren Weg verlassen könnten.

Jugendliche wollen ihre eigene Persönlichkeit entdecken und testen dafür oft ihre körperlichen und psychischen Grenzen – auch im Umgang mit Rauschmitteln. Neugierde, Risikobereitschaft und der Wunsch nach Zugehörigkeit spielen in diesem Alter eine große Rolle.

Es ist nicht immer leicht, Jugendliche in dieser Phase zu verstehen. Daher ist es wichtig, dass wir unseren Kindern frühzeitig beibringen, mit Stress und schwierigen Lebenssituationen umzugehen. Denn dadurch kann der Drang, Suchtmittel zu konsumieren, verringert werden. Eine stabile Grundlage, bestehend aus emotionaler Bindung,

sozialen Fähigkeiten und einem positiven Selbstbild, sollte bereits in der Kindheit geschaffen werden.

Diese Broschüre soll Eltern und Fachkräften dabei helfen, das Verständnis für die Veränderungen in der Pubertät aufzubringen und praktische Ansätze bieten, um starke, widerstandfähige, selbstkompetente junge Menschen in ihrer Entwicklung zu fördern.


Sucht kommt
NICHT
von Drogen....
sondern von unbeachteten
Bedürfnissen, betäubten Träumen,
unterdrückten Tränen und erforenen
Gefühlen

# 1. Was ist Suchtprävention

Sie setzt sich mit Risiken und Gefahren der Sucht und deren Ursachen auseinander. Suchtprävention unterstützt Menschen dabei, eine **reflektierte und kritische Haltung** zu ihrem Konsumverhalten und den damit verbundenen Risiken zu entwickeln.

**Es gilt Lebenskompetenz / Genusskompetenz zu erlernen.**




## 1.1 Praxisnaher Einblick in die Suchtprävention

Das Team des „Hauses der Suchtprävention“ in Crimmitschau hat es sich zur Aufgabe gemacht, Heranwachsende gezielt Selbst-, Sozial- und Sachkompetenz zu vermitteln. Unsere moderne Gesellschaft stellt junge Menschen vor zahlreiche Herausforderungen, denen sie nur

mit der richtigen Begleitung und Anleitung gewachsen sein können. Hier setzen wir an: Wir wollen Jugendliche stärken, damit sie sich selbstständig und kritisch mit den Themen Risikokonsum und verantwortungsbewussten aber auch Abstinenz Konsum auseinandersetzen.

Als Präventionszentrum des Landkreises Zwickau ist das „Haus der Suchtprävention“ auf Verhaltensprävention spezialisiert. In interaktiven Parcours bieten wir den Teilnehmer/-innen die Möglichkeit, sich intensiv mit stoffgebundenen Süchten zu beschäftigen und ihre persönliche Haltung dazu zu reflektieren. Dabei setzen wir auf gruppendynamische Prozesse, die durch erfahrene Moderatoren begleitet werden. Diese vermitteln nicht nur wertvolle Informationen über Nikotin, Alkohol und illegale Drogen, sondern auch über wichtige soziale Kompetenzen.

Unser Ziel ist es nicht, Verbote auszusprechen, sondern die Jugendlichen zu befähigen, eigenständige und verantwortungsvolle Entscheidungen zu treffen. Sie sollen die gesundheitlichen Risiken des Suchtmittelkonsums kennen, kritisch hinterfragen und realistisch einschätzen können. Dazu gehört auch, sich mit den eigenen Einstellungen und Verhaltensweisen auseinanderzusetzen oder denen von Bezugspersonen und Freunden.

## 1.2 Authentische und innovative Suchtprävention

Für uns bedeutet Suchtprävention, authentisch, lebensnah und innovativ zu sein. Wir möchten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer darin unterstützen, sodass sie sich bewusst gegen die Gefahren des Suchtmittelmissbrauchs und deren Gefahren entscheiden können. Unser Ansatz ist praxisorientiert und kreativ: In verschiedenen Stationen setzen sich die Jugendlichen mit Themen wie der eigenen Stärke, Kommunikation, sowie den Risiken von Nikotin, Alkohol und illegalen Drogen auseinander. Dabei steht der interaktive, offene und nicht wertende Austausch stets im Vordergrund.

## 1.3 Aktuelle Herausforderungen – Zukunftsorientierte Prävention

Besonders im Fokus stehen bei uns die Themen E-Zigaretten und neue Nikotinprodukte wie Snus sowie der steigende Missbrauch von Alkohol. Gerade in einer Zeit, in der die Teillegalisierung von Cannabis neue Fragen und Risiken aufwirft, ist es uns ein Anliegen, Jugendliche frühzeitig und fundiert aufzuklären.

Dies geschieht vor allem in unseren 3 Parcours zu Nikotin, Alkohol und Drogen.

Statistiken zeigen, dass etwa 10 % der 12- bis 17-Jährigen bereits Cannabis konsumiert haben – ein alarmierendes

Zeichen, welches präventive Maßnahmen notwendig macht. In der Altersgruppe der 17- bis 25-Jährigen steigen diese Zahlen rapide an, was die Bedeutung unserer Arbeit weiter unterstreicht.

Auch wenn Crystal Meth in unserer Region aktuell eine untergeordnete Rolle spielt, sensibilisieren wir für sämtliche Gefahrenstoffe und geben den Jugendlichen die nötigen Werkzeuge an die Hand, damit sie sich sicher und kompetent in einer Welt voller Konsumangebote sowie potenzieller Risiken bewegen und informierte, möglichst risikoarme Entscheidungen treffen können.

Das „Haus der Suchtprävention“ bietet somit ein breites Spektrum an Programmen, die Jugendliche altersgerecht und zielgruppenorientiert aufklären, begleiten und stärken.



## Externes Angebot vom „Haus der Suchtprävention“

## *Psychisch fit in der Grundschule*

Psychische Krankheiten können jede Familie betreffen. Kinder von psychisch- oder suchtbelasteten Familien stehen häufig vor besonderen Herausforderungen: Sie fühlen sich allein, übernehmen Verantwortung, wissen nicht, mit wem sie über ihre Situation sprechen können oder befinden sich in Loyalitätskonflikten. Um sie vor Gefühlen wie Schuld und Hilflosigkeit zu bewahren, brauchen sie Unterstützung, altersgerechte Aufklärung zu psychischen Erkrankungen und die Möglichkeit, offen über das Thema zu sprechen.

Genau hier setzt das von Irrsinnig menschlich e. V. entwickelte Präventionsprogramm "Unsere verrückten Familien" an. Es ist speziell für Grundschulkinder ab Klasse 3 konzipiert und zielt darauf ab, psychische Krisen verständlich zu machen, Stigmata abzubauen und betroffene Kinder zu entlasten. Das Präventionsprojekt hilft dabei, die Klassengemeinschaft zu stärken und Kinder zu ermutigen, sich Unterstützung zu holen.

Das Team vom „Haus der Suchtprävention“ ist geschult und autorisiert, dieses Programm direkt an

Ihrer Grundschule durchzuführen. Bei Interesse oder Fragen steht Ihnen das Team vom „Haus der Suchtprävention“ jederzeit gern zur Verfügung



## Angebote im „Haus der Suchtprävention“:

## *Nikotinparcours*

### Kurzbeschreibung:

Zur Stationsarbeit im „Haus der Suchtprävention“ oder zur Ausleihe für die Klassenstufen 4 bis 6.

An 4-6 verschiedenen Stationen können sich die Schüler mit dem Thema Rauchen (E-Zigaretten, Vapes, Snus, E-Shishas und Tabak-Erhitzer) und Nichtrauchen spielerisch auseinandersetzen. Die Arbeit findet im Klassenverband als Gruppenarbeit statt und dauert ca. 2 Unterrichtsstunden.

Zum Abschluss werden gemeinsam mit den Kindern die Gedanken zum Projekt notiert, dabei stehen zur Vervollständigung ein Ausmalbild oder ein Würfelspiel zur Verfügung. (Quelle: www.kib-zwickau.de/projekte)

Der Nikotinparcours bietet die Möglichkeit, sich interaktiv mit den Themen Nikotin und Tabakkonsum auseinanderzusetzen. Durch verschiedene Stationen und spielerische Facetten erfahren die Schüler*innen nicht nur,

welche gesundheitlichen Risiken mit dem Konsum von Zigarette und E-Zigaretten verbunden sind, sondern auch, wie Nikotin die körperliche und psychische Gesundheit beeinflusst.

**Zielsetzung:**

Die Teilnehmenden für die gesundheitlichen Risiken des Rauchens und Vapens zu sensibilisieren und ihnen gesunde Bewältigungsstrategien aufzuzeigen.



## *Life Skills Parcours*

**Kurzbeschreibung:**

Der „Life Skills Parcours“ ist eine Stationsarbeit für die Klassenstufen 5 bis 7.

Der Parcours zielt darauf ab, personale und soziale Ressourcen zu stärken
und Risikofaktoren (wie Sucht) zu verringern.
"Life Skills" übersetzt Lebenskompetenzen bedeutet sein Leben
selbstbestimmt gestalten zu können.

Die Übungen in den Stationen befähigen die Schüler & Schülerinnen ihre
Stärken zu erkunden. Das Wissen um die eigenen Stärken fördert die
Eigenständigkeit der Jugendlichen und die Fähigkeit, Verantwortung zu
übernehmen.

Zielsetzung:

- Steigerung der Selbsteinschätzung
- Förderung der Resilienz
- Schulung der Konfliktfähigkeit
- Steigerung der Impulssteuerung
- Verbesserung der Kooperationsfähigkeit

Diese Komponenten bilden die Grundlage für Gesundheitsförderung & Prävention.





## *Alkoholparcours*

### Kurzbeschreibung

Im interaktiven Parcours sollen sich die Teilnehmer*innen Klassenstufe 7, bezogen auf ihre eigene Person, positionieren, wie sie sich mit dem Thema Alkohol auseinandersetzen. Der Alkoholparcours wird in Zusammenarbeit mit dem Sachbereich Kinder- und Jugendschutz des Jugendamtes Zwickau durchgeführt.



An drei verschiedenen Stationen können sich die Schüler mit dem Thema Alkohol auseinandersetzen.

Durch die Themenzentrierung "Alkohol" soll gesellschaftliche Akzeptanz versus Gefährdungspotential dieser Droge/Substanz betrachtet werden. Vor allem sind die Selbstkompetenz und die Konfliktlösungskompetenz bei Kindern und Jugendlichen von inhaltlicher Bedeutung dieser Präventionsmaßnahme. Die drei Hauptinhalte des Projektes werden in folgenden Schwerpunkten gefasst:

- Vorbeugung von Missbrauchsverhalten
- Hinweisen und bewusst machen der Vorbildwirkung von Erwachsenen
- Entgegenwirken der gesellschaftlichen Akzeptanz und der Verharmlosung des Abhängigkeitspotentials von Alkohol

Zielsetzung:

Der Alkoholparcours stärkt die Selbstkompetenz –und Konfliktlösungskompetenz von Kindern und Jugendlichen, fördert ihr Wissens- und Reflexionsfähigkeit und trägt dazu bei, Missbrauchsveralten zu verhindern sowie die gesellschaftliche Akzeptanz und Verharmlosung von Alkohol kritisch zu hinterfragen.

Zum Abschluss folgt ein Filmausschnitt zum Thema Alkohol und eine Abschlussrunde zum Austausch. Im Anschluss können noch eine Nachbereitung an der Schule sowie ein Elternabend zum Thema gebucht werden.

# Drogenparcours

## Kurzbeschreibung

Im interaktiven Parcours sollen sich die Teilnehmer*innen, bezogen auf ihre eigene Person Klassenstufe 8-9, positionieren, wie sie sich mit dem Thema Drogen auseinandersetzen. Der Drogenparcours wird durch Mitarbeiter der Polizeidirektion Südwestsachsen begleitet und es steht ein Drogenkoffer (Originale) zur Ansicht zur Verfügung.




An fünf verschiedenen Stationen können sich die Schüler mit dem Thema Drogen auseinandersetzen.

Der Parcours wird von den Jugendlichen aktiv durchlaufen. Sie treten miteinander in Interaktion,

um sich zu dem eigenen Körper zu positionieren und somit Lebenskompetenz zu entwickeln

Zielsetzung:

Der Drogenparcours sensibilisiert Jugendliche für die gesundheitlichen Risiken des Drogenkonsums, unterstützt sie darin, eine bewusste Haltung gegen den Konsum einzunehmen.

Die Inhalte sind auf legale und illegale stoffgebundene Drogen ausgerichtet.

Zum Abschluss folgt ein kurzer Film zum Thema Cannabis sowie eine Abschlussrunde zum Austausch. Im Anschluss können noch eine Nachbereitung an der Schule sowie ein Elternabend zum Thema gebucht werden.

# 2. Suchtgefahren stoffgebundener Süchte im Jugendalter

Jugendliche sind oft neugierig und wollen sich selbst ausprobieren – das gilt auch für den Konsum von Alkohol, Zigaretten und illegalen Drogen. Da sie sich sowohl körperlich als auch geistig in einer entscheidenden Entwicklungsphase befinden, sind sie jedoch deutlich anfälliger für die negativen Folgen dieser Substanzen als Erwachsene.

## 2.1 Alkohol

Der Konsum von Drogen in jungen Jahren kann schwerwiegende gesundheitliche Auswirkungen haben, da das Gehirn und der Körper noch im Wachstum sind. Besonders Alkohol, als gesellschaftlich akzeptiertes „Genussmittel“, wird oft früh ausprobiert. Je früher Jugendliche anfangen, Alkohol zu konsumieren, desto höher ist das Risiko für gesundheitliche Schäden und Suchtentwicklung.

Die Risiken hängen von vielen Faktoren ab, wie etwa dem Alter, der Menge und Häufigkeit des Konsums sowie dem Umfeld. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt, dass Jugendliche unter 16 Jahren überhaupt keinen Alkohol konsumieren sollten, da ihr Körper und Gehirn noch im Reifeprozess sind. Für Jugendliche ab 16 Jahren wird geraten, maximal an einem Tag pro Woche Alkohol zu trinken, um das Risiko einer Gewöhnung oder Abhängigkeit

zu verringern. Grenzwerte gibt es hier jedoch keine klaren, und Vorsicht ist stets geboten.

Das Jugendschutzgesetz in Deutschland soll genau diesen Gefahren entgegenwirken und den frühen Konsum von Alkohol und anderen Substanzen einschränken, um die Gesundheit und Entwicklung der Jugendlichen zu schützen. Aus diesem Grund wird auch zunehmend diskutiert, ob das begleitete Trinken ab 14 Jahren abgeschafft werden sollte. Kritische Stimmen fordern, dass diese Regelung nicht mehr im Jugendschutzgesetz verankert sein sollte, da selbst der kontrollierte Konsum in Begleitung negative Auswirkungen auf die Entwicklung junger Menschen haben kann. Ziel ist es, den Schutz weiter zu verstärken und den Einstieg in den Alkoholkonsum so weit wie möglich hinauszuzögern.



## 2.2 Zigaretten, E-Zigaretten und Vapes – Gesundheitsrisiken für Jugendliche



Der Konsum von Tabakprodukten, E-Zigaretten und Vapes ist bei Jugendlichen nach wie vor ein großes Thema, auch wenn traditionelle Zigaretten in den letzten Jahren an Beliebtheit verloren haben. Doch ob klassische Zigaretten oder die moderneren Alternativen – der Konsum dieser Produkte birgt erhebliche gesundheitliche Risiken, besonders für junge Menschen.

### *Zigaretten:*

Das Rauchen von herkömmlichen Nikotinprodukten ist eine der größten vermeidbaren Gesundheitsgefahren weltweit. Jugendliche, die früh damit beginnen, sind besonders gefährdet, da sich ihr Körper und ihr Gehirn noch in der Entwicklung befinden. Rauchen schädigt die Lunge, das Herz-Kreislauf-System und erhöht das Risiko für verschiedene Krebsarten, insbesondere Lungenkrebs. Die Suchtentwicklung geht oft schnell, da Nikotin im Gehirn von Jugendlichen besonders stark wirkt. Wer in jungen Jahren mit dem Rauchen beginnt, hat ein deutlich höheres Risiko, im späteren Leben abhängig zu bleiben.

## *E-Zigaretten:*

E-Zigaretten werden oft als "gesündere" Alternative zu herkömmlichen Zigaretten beworben, doch auch sie sind nicht ohne Risiken. Die Flüssigkeiten, die in den E-Zigaretten verdampft werden (sogenannte Liquids), enthalten meist Nikotin, das süchtig macht, sowie Chemikalien, deren Langzeitwirkungen auf den Körper noch nicht vollständig erforscht sind. Besonders bedenklich ist, dass die Verfügbarkeit von E-Zigaretten und die Vielfalt an Geschmacksrichtungen, wie Frucht- oder Süßigkeitenaromen, speziell auf junge Menschen abzuzielen scheinen. Dies kann dazu führen, dass Jugendliche früher zum Konsum solcher Produkte greifen und später zur herkömmlichen Zigarette wechseln.

## *Vapes:*

Vapes sind eine weitere Form von E-Zigaretten und besonders bei Jugendlichen beliebt. Sie sind oft kleiner, unauffälliger und in verschiedenen Designs und Geschmacksrichtungen erhältlich. Viele Vapes enthalten hohe Mengen an Nikotin, was das Risiko einer schnellen Abhängigkeit erhöht. Die Inhalation von Nikotin und anderen Chemikalien durch das Verdampfen schädigt ebenfalls die Atemwege und kann zu Entzündungen, Lungenerkrankungen und langfristigen Gesundheitsproblemen führen. Die Idee, dass Vapes weniger schädlich seien, ist irreführend, da auch hier das Suchtpotenzial und die gesundheitlichen Risiken erheblich sind.

**Es ist entscheidend, dass Jugendliche über die gesundheitlichen Risiken von Zigaretten, E-Zigaretten und Vapes aufgeklärt werden. Prävention und ein verantwortungsbewusster Umgang mit diesen Themen sind zentral, um langfristige Schäden zu vermeiden und junge Menschen vor den Gefahren des Nikotinkonsums zu schützen. Gern unterstützen und beraten wir Sie im Haus der Suchtprävention.**

## 2.3 Snus – Was man über den Trend wissen sollten

Snus, ist eine Form von rauchfreiem Tabak, die vor allem bei Jugendlichen immer beliebter wird. Der kleine Beutel wird zwischen die Oberlippe und das Zahnfleisch gelegt, wo er Nikotin freisetzt. Obwohl Snus in einigen Ländern legal und weit verbreitet ist, birgt der Konsum erhebliche Gesundheitsrisiken.



***Wichtige Fakten:***

- **Hoher Nikotingehalt**: Snus enthält oft hohe Mengen an Nikotin, was schnell zur Abhängigkeit führen kann, insbesondere bei Jugendlichen.

- **Gesundheitsrisiken**: Auch ohne das Inhalieren von Rauch schädigt Snus die Mundschleimhaut, Zähne und kann das Risiko für Mundkrebs erhöhen.

- **Einstiegsdroge:** Der Konsum von Snus kann den Einstieg in den Konsum anderer Nikotinprodukte oder Substanzen begünstigen.

Es ist wichtig, Jugendliche über die Risiken aufzuklären und frühzeitig Prävention zu betreiben, um gesundheitliche Schäden zu vermeiden.

## Achtung: Für Kinder können Nikotinvergiftungen lebensbedrohlich sein

## 2.4 Cannabis





Seit dem 1. April 2024 ist Cannabis in Deutschland in begrenztem Umfang Teillegalisiert. Erwachsene ab 18 Jahren dürfen nun eine bestimmte Menge Cannabis für den Eigenbedarf besitzen und in staatlich regulierten Geschäften erwerben. Gleichzeitig gibt es strenge Vorschriften zum Anbau und Verkauf, die darauf abzielen, den Schwarzmarkt einzudämmen und den Konsum sicherer zu gestalten.

***Gefahren für Kinder und Jugendliche:***

- **Beeinträchtigte Gehirnentwicklung**: Der Konsum von Cannabis während der Entwicklungsphase kann zu langfristigen Hirnschäden führen, einschließlich Gedächtnis- und Lernproblemen sowie verminderter Konzentration.
- **Erhöhtes Risiko psychischer Erkrankungen**: Jugendliche, die regelmäßig Cannabis konsumieren, sind anfälliger für Depressionen, Angststörungen und

Psychosen, besonders bei Cannabissorten mit hohem THC-Gehalt.

- **Suchtgefahr**: Bei jungen Menschen besteht ein höheres Risiko, eine Cannabisabhängigkeit zu entwickeln, insbesondere wenn der Konsum früh beginnt.
- **Negative Auswirkungen auf schulische Leistungen**: Der Konsum kann zu Motivationsverlust, schlechteren schulischen Leistungen und sozialen Schwierigkeiten führen.

**Präventive Maßnahmen sind entscheidend, um Kinder und Jugendliche vor den Risiken des Cannabiskonsums zu schützen.**

## 3. Vorbilder - Bewusster Umgang mit Suchtmitteln in der Familie

Mit diesem Heft möchten wir Sie als Eltern dazu anregen, das Thema Suchtprävention aktiv anzugehen und sich der Bedeutung Ihrer Vorbildfunktion bewusst zu werden. Schauen Sie nicht weg, sondern informieren Sie sich und reflektieren Sie Ihren eigenen Umgang mit Suchtmitteln.

Eltern prägen durch ihr Verhalten das Leben ihrer Kinder maßgeblich. Erkenntnisse zeigen, dass das Erziehungsverhalten stark durch eigene Kindheitserfahrungen beeinflusst wird. Daher ist es wichtig, sowohl die positiven als auch die negativen Seiten der eigenen Erziehung zu reflektieren. Diese Auseinandersetzung hilft, sich der Ursprünge des eigenen Verhaltens bewusst zu werden und dieses gezielt zu gestalten.

Das Vorleben von Werten im Alltag spielt eine zentrale Rolle. Dabei geht es nicht darum, die eigenen Werte zur absoluten Wahrheit zu erheben, sondern diese durch Handeln und Erklären im Familienleben zu verankern. Solche Orientierungspunkte bieten Kindern Stabilität und ermöglichen es ihnen, im Laufe der Zeit eine eigene Haltung zu entwickeln.

Kinder lernen in der Familie, wie man mit Stress und schwierigen Gefühlen umgehen kann. Was leben Sie ihnen vor? Welche alternativen Wege zur Stressbewältigung gibt es in Ihrem Familienalltag? Achten Sie auch darauf, Zeiten der Entspannung und des bewussten Genusses zu schaffen –

dies kann die Erlebnisfähigkeit fördern und die Resilienz gegenüber Suchtgefahren stärken.

Besonders Kinder, die in einem Umfeld aufwachsen, in dem Suchtmittel leichtfertig oder missbräuchlich konsumiert werden, sind einem erhöhten Risiko ausgesetzt, selbst Konsumprobleme zu entwickeln. Wenn sie den Umgang mit Schwierigkeiten durch den Griff zu Suchtmitteln lernen, ist der Weg in die Abhängigkeit nicht weit. Es ist daher entscheidend, dass Eltern ihren Kindern zeigen, wie man Herausforderungen anders bewältigen kann.

**Denken Sie daran: Sie sind das wichtigste Vorbild für Ihr Kind.**



## 4. Und was, wenn es doch einmal Probleme gibt?

Es gehört zu den Anforderungen des Heranwachsens, sich mit Themen wie illegalen Drogen, Alkohol und Rauchen auseinanderzusetzen und eigene Einstellungen zu diesen Themen zu entwickeln. Da Alkohol und Cannabis in unserer Gesellschaft weit verbreitet sind, werden sie oft ausprobiert. Die Gründe für den Konsum sind vielfältig und reichen von Neugier bis hin zu sozialem Druck.

Wenn ein Kind sich jedoch über einen längeren Zeitraum stark verändert – zum Beispiel sehr aggressiv, isoliert oder mit massiven Angstzuständen, Schlafstörungen, schweren Konzentrationsproblemen, Gewalttätigkeit, totaler Motivationslosigkeit oder sogar selbstverletzendem Verhalten – sollten diese Beobachtungen unbedingt ernst genommen werden.

Es ist wichtig, mit Ihrem Kind über Ihre Beobachtungen zu sprechen. Zeigen Sie Verständnis und Interesse an den Veränderungen, die Ihnen aufgefallen sind. Versuchen Sie gemeinsam, mögliche Ursachen zu finden und herauszufinden, was Ihrem Kind zu schaffen macht.

Scheuen Sie sich nicht, Hilfe und Unterstützung in Anspruch zu nehmen. Im Landkreis Zwickau gibt es verschiedene Angebote und Beratungsstellen, die Eltern und Jugendlichen in schwierigen Situationen zur Seite stehen können. Denken Sie daran: Je früher Sie handeln, desto besser können Probleme angegangen werden!

## „Haus der Suchtprävention“ - Präventionsangebote




Alle Angebote im Haus der Suchtprävention sind kostenfrei. Lehrer, Fachkräfte sowie Eltern können bei Interesse jederzeit mit uns in Kontakt treten. Wir bieten die Möglichkeit, unser Haus und unser Team kennenzulernen, Fragen zu klären und Termine nach individueller Absprache zu vereinbaren. Zusätzlich können Projekttage gebucht werden, die neben der Aufklärung auch darauf abzielen, die Klassengemeinschaft durch Selbsterfahrung und die Förderung sozialer Kompetenzen zu stärken.

Darüber hinaus bieten wir Workshops sowohl für Erwachsene als auch für Schülerinnen und Schüler an.

**Kontakt:**

Zwickauer Straße 69; 08451 Crimmitschau
Telefon: 03762-9514233
E-Mail: c.furtner@fab-crimmitschau.de

## Präventionsprinzipien für die Stationsarbeit

- Verbindlichkeiten
- Verantwortung
- Vertraulichkeit
- Vergnügen

## „MOBI-DROG“ – Mobiles Präventions- und Beratungsangebot




In enger Zusammenarbeit mit dem „Haus der Suchtprävention“ bietet das ambulante Präventions- und Suchtberatungsangebot „MobiDrog“ im FAB e.V. Crimmitschau Unterstützung für Eltern, Jugendliche und Fachkräfte.

Der mobile Ansatz ermöglicht es, direkt vor Ort – in Schulen, Jugendeinrichtungen oder in anderen relevanten Bereichen – präventive Maßnahmen und Beratung anzubieten.

Durch aufsuchende Arbeit steht unser Berater dort zur Verfügung, wo der Bedarf besteht. Neben der individuellen Beratung bietet er auch begleitende Unterstützung bei der Erstellung von Interventionsleitfäden für Bildungs- und Jugendeinrichtungen an.

Unser Ziel ist es, durch frühzeitige Prävention und nachhaltige Intervention die Suchtgefahr zu minimieren und Betroffene sowie Institutionen auf ihrem Weg zu stärken.

Es geht nicht um Verbote, sondern um die Herausbildung einer persönlichen Managementkompetenz im Kontext mit riskantem Konsum.

**Kontakt:**

Telefon: 03762-9514-232

mobidrog@fab-crimmitschau.de

# Kinder- und Jugendschutz

im Landkreis Zwickau

## Kinder- und Jugendschutz, SG Prävention

**Zielgruppe**
Kinder und Jugendliche, junge Erwachsene, Bezugspersonen, Eltern, Fachkräfte, Gewerbetreibende

**Beratung**
allgemeine Beratung, Vermittlung zu Kooperationspartnern und Fachinstanzen

**Präventionsangebot**
Sachinformationen § 14 SGB VIII & Jugendschutzgesetz, Weiterbildungen und Workshops zur Verhaltens- und Verhältnisprävention sowie zum ordnungsrechtlichen Kinder- und Jugendschutz, Präventionswochen für Schulen und Einrichtungen

0375 440223111

## Werkstatt Konsu…kompetenz

Projekt „Glück Sucht Dich“

Projekt Bus

0371 24356010

## „Mobidrog“ - Drogenberatung

**Zielgruppe**
Jugendliche, junge Erwachsene, Bezugspersonen und Fachkräfte

**Beratung**
Riskantes Konsumverhalten (Mobil und in der Beratungsstelle)

**Präventionsangebot**
Schulveranstaltungen sowie Einzel- und Gruppenangebote zu riskantem Konsumverhalten

03762 9514-232

## Kinderschutzbund KV Zwickau e.V.

Kinder- und Jugendtelefon, Elterntelefon

**Zielgruppe**
Kinder, Jugendliche, junge Erwachsene, Bezugspersonen und Fachkräfte

**Beratung**
allgemeine Beratung zu Problemen und Sorgen

**Präventionsangebot**
Kinderrechte, Ressourcenstärkung, Beratung, Hilfenetzwerk, Kindeswohlgefährdung, Schutzkonzepte, Gesprächsführung

0375 281708

## Haus der Suchtprävention

**Zielgruppe**
Jugendliche und junge Erwachsene

**Präventionsangebot**
Alkoholparcours, Drogenparcours, Spiegelwelten, Projekttag

03762 9514233

## KIB Zwickau

**Zielgruppe**
Kinder, Jugendliche, Bezugspersonen

**Beratung**
Mobbing und Schulprobleme

**Präventionsangebot**
Konfliktmanagment, Anti-Mobbing, Lieber Soziales Lernen

0375 43099123

**Weitere Träger mit Angeboten:**
MeKoSax & Meko#mobil, Wildwasser e.V., Opferhilfe e.V., Aids Hilfe Westsachsen e.V., KISS, Different People e.V.



## Umgang mit Konflikten und Problemen in der Partnerschaft, Ehe und Familie

| ORT | TRÄGER/EINRICHTUNG/ ANGEBOT | ADRESSE | TELEFON/E-MAIL/INTERNET |
|---|---|---|---|
| Crimmitschau | FAB Crimmitschau e.V.<br>Sozialpädagogische-Psychologische Familien- und Erziehungsberatungsstelle | Talstraße 1<br>08451 Crimmitschau | 03762/9514275<br>beratungsstelle@fab-crimmitschau.de<br>www.fab-crimmitschau.de |
| Glauchau | AWO Kreisverband Zwickau e.V. Erziehungs- und Familienberatung | Otto-Schimmel-Straße 17<br>08371 Glauchau | 03763/2222<br>Erzihungsberatung.glauchau@awo-zwickau.de<br>www.awo-zwickau.de |
| Glauchau | Diakonie Westsachsen Stiftung Familienberatung Glauchau | Pestlozzistraße 17<br>08371 Glauchau | 03763/2668<br>familienberatung@diakonie-westsachsen.de |
| Hohenstein-Ernstthal | AWO Kreisverband Zwickau e.V.<br>Schwangeren- und Familienberatung | Lungwitzer Straße 39<br>09337 Hohenstein-Ernstthal | 03723/711086<br>Schwangerenberatung.hohenstein@awo-zwickau.de<br>www.awo-zwickau.de |
| Lichtenstein | Diakonie Westsachsen Stiftung<br>Familienberatung Glauchau | Hartensteiner Straße 5a<br>09350 Lichtenstein | 03763/2668<br>familienberatung@diakonie-westsachsen.de<br>www.diakonie-westsachsen.de |
| Limbach-Oberfrohna | AWO Kreisverband Zwickau e.V.<br>Erziehungs- und Familienberatung | Hohensteiner Straße 65a<br>09212 Limbach-Oberfrohna | 03763/2668<br>erziehungsberatung.glauchau@awo-zwickau.de<br>ww.awo-zwickau.de |
| Limbach-Oberfrohna | Diakonie Westsachsen Stiftung<br>Familienberatung Glauchau | Pleißaer Straße 13a<br>09212 Limbach-Oberfrohna | 03763/2668<br>familienberatung@diakonie-westsachsen.de<br>www.diakonie-westsachsen.de |
| **Meerane** | AWO Kreisverband Zwickau e.V.<br>Erziehungs- und Familienberatung | Poststraße 26<br>08393 Meerane | 03763/2222<br>erziehungsberatung.glauchau@awo-zwickau.de<br>ww.awo-zwickau.de |
| Meerane | AWO Kreisverband Zwickau e.V.<br>Erziehungs- und Familienberatung | Poststraße 26<br>08393 Meerane | 03763/2222<br>erziehungsberatung.glauchau@awo-zwickau.de / ww.awo-zwickau.de |

## Umgang mit Konflikten und Problemen in der Partnerschaft, Ehe und Familie

| ORT | TRÄGER/EINRICHTUNG/ ANGEBOT | ADRESSE | TELEFON/E-MAIL/INTERNET |
|---|---|---|---|
| Meerane | Diakonie Westsachsen Stiftung Familienberatung Glauchau | Poststraße 26<br>08393 Meerane | 03763/2668<br>familienberatung@diakonie-westsachsen.de<br>www.diakonie-westsachsen.de |
| Waldenburg | Diakonie Westsachsen Stiftung Familienberatung Glauchau | Bahnhofstraße 3<br>08396 Waldenburg | 03763/2668<br>familienberatung@diakonie-westsachsen.de<br>www.diakonie-westsachsen.de |
| Werdau | ASB Kreisverband Zwickau e.V.<br>Erziehungsberatungsstelle Werdau | August-Bebel-Straße 46b<br>08412 Werdau | 03761/760166<br>erziehung@asb-zwickau.de<br>www.asb-zwickau.de |
| Zwickau | Aidshilfe Westsachsen e.V.<br>Beratungsstelle Zwickau | Georgenstraße 2<br>08056 Zwickau | 0375/2304465<br>info@zwickau-aidshilfe<br>info@aidshilfe-zwickau.de |
| Zwickau | ASB Kreisverband Zwickau e.V.<br>Erziehungsberatungsstelle Zwickau | Stiftstraße 3<br>08056 Zwickau | 0375/450044<br>erziehung@asb-zwickau.de<br>www.asb-zwickau.de |
| Zwickau | Diakonie Westsachsen Stiftung<br>Lebensberatungsstelle Zwickau | Lothar-Streit-Straße 22<br>08056 Zwickau | 0375/271710<br>lebensberatungsstelle@diakonie-westsachsen.de<br>www.diakonie-westsachsen.de |
| Zwickau | SOS Kinderdorf Zwickau<br>Erziehungs- und Familienberatung im Mehrgenerationshaus Zwickau | Kolpingstraße 22<br>08058 Zwickau | 0375/39025-16, -20<br>mgh-zwickau@sos-kinderdorf.de<br>www.sos-kinderdorf.de/<br>kinderdorf-sachsen |
| Zwickau | Lernwerkstatt Zwickau e.V.<br>Elternberatung | Wostokweg 33<br>08066 Zwickau | 0375/476916<br>post@lernwerkstatt-zwickau.de<br>www.lernwerkstatt-zwickau.de |




*Wir werden nicht verhindern können, dass ein Kind sich mit Suchtmitteln ausprobieren möchte.*

*Darum braucht es für die Jugendlichen ein Bewusstsein darüber, was sind Drogen, was stellen sie mit mir und meinem Körper an, welchen Risiken bin ich ausgesetzt und zu was kann Konsum führen.*

Die Massnahme wird kofinanziert durch Mittel des Freistaates Sachsen. Aufgrund des vom sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes und Fördermittel des Landkreises Zwickau






