**Moderationsleitfaden  
der Mitmach-Aktionen**

**Stand 12/19**

**Inhalt**

[Einführung 2](#_Toc493601188)

[Begrüßungswand 3](#_Toc493601189)

[Quiz – Weißt du Bescheid? 5](#_Toc493601190)

[Würfelspiel – Wie fühlst du dich? 7](#_Toc493601191)

[Rauchfrei Lounge 8](#_Toc493601192)

[Bauplatz – Was hält dein Leben zusammen? 9](#_Toc493601193)

[Tipp: Fragenduell – Denk mit und zeig, was du drauf hast. 10](#_Toc493601194)

[Tipp: Wurfspiel – Ziel Persönlichkeit 11](#_Toc493601195)

[Tipp Ablauf: Promille-Run - Voll neben der Spur 12](#_Toc493601196)

# 

# Einführung

Mitmach-Aktionen erleichtern die aktive Ansprache der Jugendlichen, motivieren diese, sich einzeln oder in kleinen Gruppen spielerisch mit dem Thema Alltagsdrogen auseinander zu setzen.

**Das Spielen dient**

* der leichten Kontaktaufnahme und dem Gesprächseinstieg mit den Jugendlichen
* der Motivation zur persönlichen Auseinandersetzung mit dem Thema
* der inhaltlichen Vermittlung von Informationen über Fragen oder Aufgaben

**Goldene Regeln für die Moderation**

1. **Stand besetzen und sich vorbereiten**

* Alle Aktionsstände in der Regel mit 1-2 Moderierenden besetzen
* Sinnvolle Aufgabenverteilung absprechen, z.B.: während eine/-r Fragen/Aufgaben stellt, kann der/die andere bereits eine weitere Gruppe ansprechen und Jugendliche zur Teilnahme gewinnen
* Aus dem Fragen- und Aufgabenpool diejenigen auswählen, bei denen sich die Moderation inhaltlich sicher fühlt

1. **Aktiv ansprechen**

* Offen auf die Jugendlichen in der Nähe zugehen und sie zum Mitmachen einladen
* Insbesondere kleine Gruppen/Cliquen heranholen und einzelne Jugendliche integrieren

1. **Lebendig moderieren**

* Den Jugendlichen zugewandt, laut und deutlich sprechen
* Die Fragen je nach Alter und Sprachkenntnissen der Jugendlichen, ggf. leichter/anspruchsvoller formulieren
* Gespräche lebendig und – wenn viele Jugendliche warten – kurz gestalten

1. **Diskussionen anregen und Wartende einbeziehen**

* Fragen an die ganze Gruppe richten, um Austausch und Diskussion zu fördern
* Umstehende Jugendliche einbeziehen, z.B.: „Was meint ihr dazu…?“,   
  „Was ist die richtige Antwort…?“
* Gerne auch mal „nachhaken“, Antworten aufgreifen und vertiefen, z.B.:   
  „Was heißt das für euch genau…?“, „Wie kommt ihr darauf…?“

1. **Give-aways vergeben**

* Es gibt keine „Gewinner/-innen“ und „Verlierer/-innen“,   
  Preise (Give-aways) erhalten alle Jugendlichen, die mitgemacht haben
* Bei der Rauchfrei-Lounge erhalten die Jugendlichen eine Antwortkarte. Am Bauplatz kann auch die persönliche Lebensmauer in Erinnerung bleiben.

1. **Auf weitere Angebote/Aktionen hinweisen**

* Die Jugendlichen auf die weiteren Aktionsstände und Materialien aufmerksam machen
* Ggf. Stationen und Themen miteinander verbinden, damit die Jugendlichen einen Zusammenhang herstellen können
* Auf die Informations- und Beratungsangebote der BZgA hinweisen
* Auf lokale Beratungsangebote und Freizeitangebote hinweisen

# Begrüßungswand



**Text der Begrüßungswand**

Wir begrüßen euch herzlich zu den JUGENDFILMTAGEN und wünschen euch viel Spaß   
bei den Mitmach-Aktionen und den Filmen.

* Die JUGENDFILMTAGE werden von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), örtlichen Beratungsstellen und Kinos veranstaltet.
* Hier erfahrt ihr viel Spannendes über die Wirkung von Zigaretten und Alkohol.   
  Wir geben euch Tipps, wie man rauchfrei werden kann, und viele weitere Infos.   
  Zum Beispiel warum zu viel Alkohol so gesundheitsschädlich ist.
* Auf den JUGENDFILMTAGEN gibt es für euch Infomaterial und Prospekte zu den Themen Nikotin und Alkohol. Lehrtätige finden entsprechende Unterrichtsmaterialien am „Infopoint für Lehrkräfte“.
* Zu den Mitmach-Aktionen seid ihr alle eingeladen. Hier erfahrt ihr allerhand Spannendes   
  zum Thema „Alltagsdrogen“. Angeboten werden sie übrigens von Fachkräften verschiedener Beratungsstellen aus eurer Stadt.
* Die Türen zu den Kinosälen öffnen etwa 15 Minuten vor Filmbeginn.
* Vorab gibt es noch das Quiz „Weißt du Bescheid?“. Die Quizkarte bekommt ihr im Eingangsbereich. Quizkarte ausfüllen – in eurem Kinosaal einwerfen – die Auflösung gibt es vor dem Film! Es warten spannende Preise. Mitmachen zählt – jeder kann gewinnen!

**Anmoderation an der Begrüßungswand**

1-2 Personen

An der Begrüßungswand, die an einem gut sichtbaren Platz in der Nähe vom Eingang und ggf. von den Kinokassen aufgebaut ist, melden sich die Lehrkräfte an. Sie erhalten einen Klassensatz Quizkarten „Weißt du Bescheid?“ und Kugelschreiber für die Jugendlichen. Die Jugendlichen sollen die Quizkarte ausfüllen, mit zum Filmsaal nehmen und dort beim Einlass abgeben. Die Auflösung des Quiz und die Prämierung finden später im Filmsaal im Rahmen der Einführung statt. Die Kugelschreiber dürfen behalten werden.

Gerne können Sie Lehrkräfte und Jugendliche auf die Informationen der Begrüßungswand verweisen.

Es empfiehlt sich 1-2 Stehtische für die Materialien aufzubauen. Gerne können die Materialien vorab schon abgezählt und in Taschen vorgepackt werden.

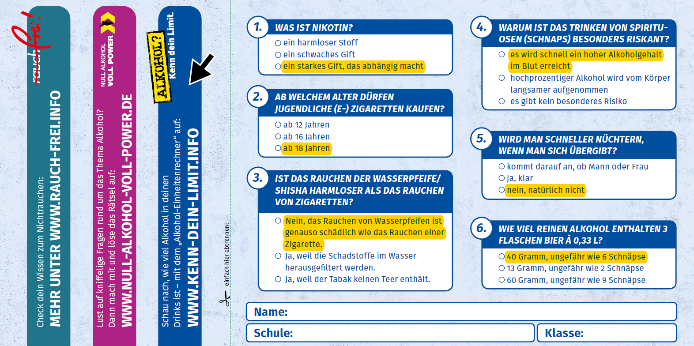
|  |  |
| --- | --- |
| **Ablauf** | Klasse begrüßen und Lehrkraft nach vorne bitten  Klasse auf Anmeldeliste suchen, tatsächliche Anzahl der Schüler/-innen eintragen und abhaken  Bei Eintritt je nach Regelung direkt kassieren oder zur Kasse schicken  Quizkarten und Kugelschreiber an Lehrkräfte in Klassensatzstärke aushändigen |
| **Infos für Lehrkräfte** | Die Jugendlichen können die Quizkarte an den Mitmach-Aktionen ausfüllen und beim Einlass zum Filmsaal abgeben  Kugelschreiber dürfen behalten werden  Für Lehrkräfte steht der Infopoint bereit  Mit der Klasse bitte 10 min vor Filmstart zum Einlass kommen  Ggf. Nummer des Filmsaales mitteilen  Lehrkräfte bitten im Klassenverband/bei den Jugendlichen zu sitzen |
|  | Die Jugendlichen können die Quizkarte ausfüllen, mit zum Kinosaal nehmen und beim Einlass abgeben 🡪 es gibt Etwas zu gewinnen!  Ggf. Information, ob Verkaufstresen geöffnet oder geschlossen sind |

# Quiz – Weißt du Bescheid?

**Thema Alkohol und Rauchen**

*Vermittlung von Wissen über die Wirkungen und mögliche Gefahren des Konsums von Nikotin und Alkohol* – *Spannung ­und inhaltlicher Bogen zwischen Aktionsständen und Spielfilm*

**Aushändigung der Quizkarten an die Lehrkräfte an der Begrüßungswand**

  **Einsammeln der Quizkarten vor dem Filmsaal in einer Einwurfbox o.ä.**

**Quizauflösung im Saal vor dem Filmstart**

|  |  |
| --- | --- |
| **Begrüßung** | * Kurze Begrüßung der Jugendlichen im Filmsaal * Kurze Vorstellung der eigenen Person, der Institution und des Angebotes * Zur Interaktion ggf. auflockernde Fragen stellen, z.B.: *"Wer von Euch hat noch nie geraucht? Bitte um Handzeichen..." Ergebnis kurz kommentieren "Oh, so viele. Toll!" oder "So wenige? Wer von euch hat schon einmal daran gedacht, mit dem Rauchen aufzuhören?" o.ä.* |
| **Auflösung Quizkarte** | * Auflösung der Quizkarte, ggf. bei einzelnen Antwortmöglichkeiten nachfragen: „Wer von euch meint, das xy richtig ist?“. Die richtigen Antworten sind:   **1c. Was ist Nikotin?**  c. Ein starkes Gift, das abhängig macht.  *Es macht ähnlich schnell abhängig wie Heroin*  **2c. Ab welchem Alter dürfen Jugendliche (E-)Zigaretten kaufen?**  c. Ab 18 Jahren  *Das ist durch das Jugendschutzgesetz geregelt. Glaubt ihr, dass sich alle Verkäufer daran halten?*  *„Seit dem 01.04.2016 gelten für E-Zigaretten und E-Shishas die gleichen Verbreitungsverbote wie bei »herkömmlichen« Tabakerzeugnissen. Das bedeutet, dass diese Artikel nicht mehr an Kinder und Jugendliche abgegeben werden dürfen. Zudem ist ihnen der Konsum in der Öffentlichkeit untersagt. Diese Neuregelung gilt für E-Zigaretten bzw. E-Shishas auch dann, wenn diese kein Nikotin enthalten.“ (Quelle: Webseite BAJ). „Die Sicherheit und gesundheitliche Unbedenklichkeit der E-Zigarette und E-Shisha sind nicht erwiesen. Daher ist vom Konsum abzuraten. Gesund ist nur der Verzicht auf jegliche Form der Zigarette.“ (Quelle: BZgA-rauchfrei-Seite).*  **3a. Ist das Rauchen von Wasserpfeife/Shisha weniger schädlich als Zigaretten?**  3a. Nein, das Rauchen von Wasserpfeifen ist ähnlich schädlich wie das Rauchen von Zigaretten.  *„Das Wasser in der Pfeife kühlt dabei nur den Qualm, filtert aber keineswegs giftige und krebserzeugende Stoffe heraus. Tabakrauch bleibt ein Giftgemisch – auch wenn er aus einer Wasserpfeife kommt. Durch das üblicherweise lange Rauchen einer Wasserpfeife nimmt der Körper sogar deutlich mehr Nikotin auf als durch das Rauchen einer Zigarette. Das regelmäßige Rauchen der Pfeife kann also sehr wohl süchtig machen. Insgesamt ist die Gesundheitsgefährdung durch das Rauchen von Wasserpfeifen und Zigaretten ähnlich hoch.“ (Quelle: BZgA-rauchfrei-Seite)*  **4a. Warum ist das Trinken von Spirituosen (Schnaps) besonders riskant?**  4a. Es wird schnell ein hoher Alkoholgehalt im Blut erreicht.  *Das ist sehr gefährlich, weil die Warnsignale des Körpers dann nicht wirken*  **5c. Wird man schneller nüchtern, wenn man sich übergibt?**  5c. Nein, natürlich nicht  *Alkohol geht direkt ins Blut, so schnell kann man sich gar nicht übergeben*  **6a. Wie viel reinen Alkohol enthalten 3 Flaschen Bier à 0,33l?**  6a. 40 g / 6 Schnäpse  *Das ist mehr als man denkt…*   * Durchmischen der Einwurfbox und Gewinner/-in ziehen, Auflösung ggf. mit Spannungsbogen: alle stehen auf, nicht Zutreffende setzen sich wieder:  Schule xy -> Klasse xy -> Mädchen oder Junge -> Name xy. Gewinner/-in nach vorne bitten, Preis überreichen, verabschieden |
| **Bezug zum Film** | * Kurzbezug zur Thematik des Films, ggf. Spot herstellen * Viel Spaß beim Film wünschen und verabschieden |
| **Material** | * **Bitte vor Ort selber besorgen:** Einwurfbox(en)/Kartons o.ä. * **Bestellen:** Quizkarte „Weißt du Bescheid?“, Kugelschreiber, Taschen und Give-aways als kleine Preise soweit lieferbar |

**Optionale Erweiterungen gemeinsam mit allen Jugendlichen im Raum**Moderation ggf. durch theaterpädagogisches Projekt o.ä.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Saal-Umfrage** | Mit einer kleinen Umfrage für das gesamte Saalpublikum starten z.B.:  „Ein Mann wollte mit dem Rauchen aufhören … Was meint ihr: Erinnert er sich besser an seine erste Zigarette oder an seinen ersten Kuss?“ Jugendliche sollen die Hand heben je nach ihrer Meinung: „Wer denkt …. Und wer denkt …?! - Aha, die meisten von euch glauben …“ | |
| **Publikums-frage** | Was meint ihr: „Wie viel Geld spart man im Monat, wenn man aufhört zu rauchen und vorher jeden Tag ein Päckchen geraucht hat? … - Aha, … | |
| **Interaktionen Gruppenquiz** | 3 Jugendliche nach vorne holen, die „eine Runde mitspielen und etwas gewinnen wollen…“. Jugendliche bekommen einen Gegenstand, um auf sich aufmerksam zu machen, z.B. Rassel, Quietschtier, Pfeife o.ä. Anschließend die Fragen stellen. Wer sich zuerst bemerkbar macht, antwortet zuerst, anschließend werden auch die anderen beiden befragt…  **WAS MEINT IHR…?** | |
| Ein Junge und ein Mädchen trinken dieselbe Menge Alkohol –  wer ist schneller blau?  a) der Junge  **b) das Mädchen**  c) das macht keinen Unterschied | Grund: geschlechtsspezifische Anatomie (Jungs haben mehr Muskelgewebe, Mädchen mehr Fettgewebe; ⇨ Alkohol löst sich besser in Wasser als in Fett) |
| Auf der Welt sterben täglich Menschen an den Folgeerkrankungen des Rauchens – wie oft?  **a) alle 8 Sekunden**  b) alle 15 Minuten  c) alle 4 Stunden | Veranschaulichung: Die Antwort ist leider richtig; während ihr den Film schaut sterben allein x Menschen (ausrechnen entsprechend der Länge des Films; bei einem Film von 90 min Länge sind dies 675 Menschen!) |
|  | **PANTOMIME**  Die Jugendlichen im Publikum spielen Begriffe, die die Moderation auf einem großen Pappschild zeigt, z.B.: Schnapsnase, Bierbauch, Kater, Raucherbein, Kette rauchen, Kenn dein Limit etc.  Die Jugendliche vorne sollen Begriffe erraten. | Tipp: Jugendliche bitten, den Begriff nicht reinzurufen; Hilfestellung: Moderation macht lautes Bieb-Geräusch, wenn der Begriff richtig gezeigt wird… |
|  | **SCHÄTZT MAL**  Den Jugendlichen im Publikum Fragen stellen und diese bitten gleich aufzustehen. Die Jugendliche vorne sollen vorher raten und aufschreiben, wie viele aufstehen. Beispielfragen:   * Alle, die schon mal mehr als 500 WhatsApp am Tag versendet haben * Alle, die schon mal mehr als 5 Std. im Internet waren * Alle, die schon mal an einer Zigarette gezogen haben | \\SERVER-SINUS\01.Projekte\JFT\Verstetigung\Mitmach-Aktionen\Fotos Offenbach\Saalquiz_Pantomime_Theaterprojekt.JPG |
|  | Die Mitspielenden erhalten ein zusätzliches Give-Away. | |
| **Materialien** | * **Bitte vor Ort selber besorgen:** ggf. Moderationskarten mit Ablauf/Fragen, Gegenstände z.B. Rassel, Quietschtier, Pfeife o.ä., Schilder mit zu erratenden Pantomime-Begriffen, Karten und Stift für Mitspielende zum Eintragen der Antworten | |

# Würfelspiel – Wie fühlst du dich?

**Thema Alkohol und Rauchen**

*Vermittlung von Wissen über Nikotin und Alkohol und mögliche Gefahren, Anregung zur Reflektion des eigenen Konsums und der gesellschaftlichen Rolle der Substanzen*

**Text der Hintergrundwand**

Tabakrauch und dein Körper.

* Rauchen beschleunigt den Herzschlag.
* Rauchen macht schnell abhängig.
* Rauchen zerstört deine Lunge.
* Rauchen verursacht gelbe Haut und gelbe Zähne.
* und, und, und ...

Alkohol und dein Körper.

* Alkohol beschleunigt den Herzschlag.
* Alkohol vergiftet deinen Körper.
* Alkohol schädigt Leber und andere Organe.
* Alkohol kann Atem- und Herzstillstand verursachen.
* und, und, und ...

**Spiel + Moderation**

1-2 Stationsmoderierende (ggf. auch Mitglieder von Selbsthilfegruppen)

Ein großer Würfel animiert zum Mitmachen. Die Jugendlichen werfen den Riesenwürfel und setzen die Spielfigur entsprechend der Augenzahl weiter. Auf den Setzfeldern finden sich folgende fünf Symbole/Kategorien:

* Körper
* Fakten, Fakten
* Nachgedacht!
* Gesellschaft
* Aktion

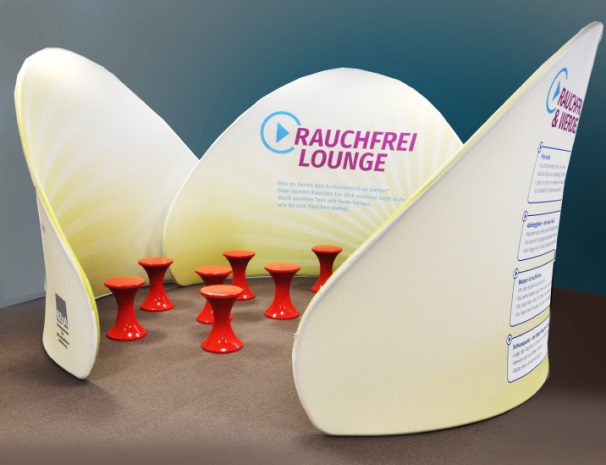
Die Frage-Aktionskarten sind den Symbolen/Kategorien zugeordnet. Die Kategorien „Fakten, Fakten“ und „Körper“ beinhalten Wissensfragen. In den Kategorien „Nachgedacht!“ und „Gesellschaft“ diskutieren die Jugendlichen anhand von Gesprächsanreizen. Bei der Kategorie „Aktion“ werden Pantomime, Tabu oder Suchspiele gespielt.

|  |  |
| --- | --- |
| **Spielverlauf** | * Jugendliche mit dem Würfel ansprechen * Jugendliche würfeln, setzen die Spielfigur in beliebiger Richtung weiter und beantworten eine Frage zu dem Symbol, auf dem sie ankommen * Die Umstehenden helfen bei der Beantwortung der Fragen |
| **Frage-Aktionskarten** | * Die Karten bieten unterschiedliche Herangehensweisen an das Thema: Wissensfragen, Gesprächsanreize, Aktionsaufgaben * Fragen/Aufgaben auf Alter, Geschlecht, Dynamik abstimmen |
| **Gruppen** | * Die Mitmach-Aktion eignet sich gut für die Einbindung von Gruppen * Die Jugendlichen können in der Gruppe über die richtigen Antworten beraten und über Themen diskutieren * Spielbereich als Grenze definieren, nicht spielende Jugendliche herunterschicken |
| **Tabu und Pantomime** | * „Mal schauen was ihr drauf habt…“ * Ggf. die Jugendlichen in zwei Gruppen teilen, die sich gegenseitig Begriffe erklären/darstellen müssen |
| **Material** | * **Im Aktionsset**: Hintergrundwand, Spielfeld Teppich, Würfel, Spielfigur, Frage-Aktionskarten Frage-/Aufgabekarten zusätzlich auch im Internet-Leitfaden > Mitmach-Aktionen > Gesprächsanreize * **Bestellen:** Give-aways als kleine Preise soweit lieferbar |

# Rauchfrei Lounge

**Thema Rauchen/Dampfen und Nichtrauchen/Dampfen**

*Konsumanlässe und -motive, Genuss, Abhängigkeit, Gruppendruck, Nein sagen, Nichtraucherschutz, Rauchbelastung, Aufhören und Ausstiegshilfen*

**Text der Hintergrundwände**

Bist du bereit den Schlussstrich zu ziehen?   
Oder kommt Rauchen/Dampfen für dich sowieso nicht in Frage?   
Mach unseren Test und finde heraus, wie du dazu stehst.

* **Frei sein.** Du entscheidest über dein Leben. Bist du frei und unabhängig? Oder hat dich Nikotin im Griff? Lässt du dich von anderen einnebeln? Auch Passivrauchen oder –dampfen ist schädlich für deine Gesundheit.
* **Abhängigkeit - die böse Falle.** Nikotin kann sehr schnell abhängig machen. Du kannst Entzugserscheinungen bekommen. Die Folge sind Unruhe, Konzentrationsprobleme und schlechte Laune.
* **Besser ist Aufhören.** Du bist stärker als die Sucht. Du siehst besser aus, deine Haut wirkt frischer. Du hast mehr Geld für Dinge, die wirklich Spaß machen. Du hast mehr Energie für Sport und andere Hobbys.
* **Schlusspunkt - der beste Weg zum Ziel.** Lege den Tag fest, an dem du mit dem Nikotin aufhören willst. Bereite dich auf diesen Tag vor. Setze deine Entscheidung um.

**Spiel + Moderation**

2 Stationsmoderierende: 1 Person vor der Lounge, 1 Person in der Lounge

Die doppelseitige Fragekarte dient der Selbsteinschätzung: für konsumierende (blau) und nicht-konsumierende (gelb) Jugendliche.

1. Schritt: Die Jugendlichen erhalten eine Fragekarte und werden eingeladen, in der Lounge Platz zu nehmen und die Fragen zu beantworten.

2. Schritt: Die Standbetreuung wertet die Antworten aus, überreicht dem Jugendlichen die entsprechende Antwortkarte und gibt spezifische Tipps und Anregungen. Jeweils 3 Antwortkarten (gelb bzw. blau) werden nach der Anzahl der Ja- bzw. Nein-Antworten vergeben. Für nicht-konsumierende Jugendliche gibt es zusätzlich eine vierte (gelbe) Antwortkarte "Sorgen um…". Diese soll ergänzend ausgegeben werden, wenn die Jugendlichen die Aussage „Ich mache mir eher Sorgen um ….“ mit „ja“ angekreuzt haben. Über das Ergebnis lässt sich mit den anderen Anwesenden gemeinsam diskutieren.

|  |  |
| --- | --- |
| **Spielverlauf** | * Jugendliche vor der Lounge mit den Fragekarten ansprechen und einladen, in der Lounge den kurzen „Psychotest“ auszufüllen * Jugendliche füllen ihre Karte aus, geben ihn an die Standmoderation und erhalten eine Antwortkarte mit Infos und Tipps sowie der Nummer der BZgA-Telefonberatung * Nachfragen, Hilfestellung anbieten, ggf. Tipps vermitteln * Bei Bedarf über Ergebnis diskutieren |
| **Material** | * **Im Aktionsset**: 3 Hintergrundwände, 10 Sitzhocker * **Bestellen.** Frage- und Antwortkarten  sowie Give-aways als kleine Preise soweit lieferbar * **In der Lounge kann zusätzlich eine Shisha ausgebaut werden** |

# Bauplatz – Was hält dein Leben zusammen?

**Thema Sucht und Ressourcen**

*Sensibilisierung für eigene Stärken und schützende Ressourcen, Bewusstmachung möglicher Gründe für ein Suchtverhalten, Motivierung, Hilfe zu finden bei (drohendem) Wegfall von Ressourcen*

**Text der Hintergrundwand**

* Jeder Stein steht für etwas, das uns allen gut tut.   
  Und für viele zu einem glücklichen Leben dazu gehört.
* Was würde passieren, wenn Steine wegfallen?  
  Probier‘s aus.
* Was könnte man tun, damit die Lebensmauer wieder stabil wird? Wer kann wie helfen?

**Spiel + Moderation**

1-2 Stationsmoderierende

|  |  |
| --- | --- |
| **Spielverlauf** | * Die Mauer ist aufgebaut, die Steine sind sichtbar. Die Jugendlichen sollen die Steine (Werte/Ressourcen) herausziehen, die für sie besonders wichtig sind. * „Herzlichen Willkommen bei der Lebensmauer, schaut sie euch an. Was ist für dich/euch der wichtigste Stein? … Wofür braucht ihr ‚das‘?“ … * „Zieht den für euer Leben wichtigsten Stein heraus.“ … „Was passiert, wenn dieser Stein wegfallen würde?“ (Die Moderation kann den Stein auch selber entfernen. Bei einer Gruppe ggf. noch 1-2 weitere Steine herausziehen lassen…). * Die Moderation kann 1 kleinen Stein ‚Alkohol‘ oder ’Nikotin‘ in eine Lücke setzen: „Wenn xy wegfällt und ich stattdessen Alkohol trinke/rauche - würde das helfen?“ * „Wenn xy wegfällt, was würde dann noch alles wegfallen?“ (alle weiteren genannten Steine aus der Mauer herausziehen) Wo finden die Jugendlichen Hilfe? „Was bleibt dann noch, worauf könnt ihr bauen?“ (Evtl. herausgezogene Steine wieder einsetzen, wenn die Jgdl. auf diese Ressourcen doch bauen können.) * Bei den Jgdl. bedanken und diese bitten: „Helft uns bitte die Mauer schnell wieder so aufzubauen, wie sie euch gefällt/wie sie für euch stabil ist.“ |
| **Alternative Spielverläufe** | 1. Die Mauersteine liegen mit den Begriffen sichtbar auf dem Boden. Die Jugendliche bauen ihre Lebensmauer mit den für sie wichtigsten Steinen als Fundament. Fehlende Begriffe können sie auf Blanko-Steine (s.u.) schreiben und mit verbauen. 2. Wie sieht eure Mauer in 5/10 Jahren aus? Wo stehen dann welche Steine? Wo Alkohol und Nikotin? Wie verändert sich die Mauer/das Leben, wenn z.B. Alkohol mehr an Bedeutung gewinnt? 3. Die Mauer ist fertig aufgebaut, die Steinbeschriftungen sind nicht sichtbar: „Willkommen an der Lebensmauer, zieht bitte 1 Stein heraus. Was steht auf der Rückseite? … Ist das für dein/euer Leben wichtig, was bedeutet dir/euch das?“ (Bei einer Gruppe ggf. noch 1-2 weitere Steine herausziehen lassen…) Weiter s.o.   Zum Abschluss bei den Jgdl. bedanken und sie bitten: „Helft ihr uns die Mauer wieder so aufzubauen, wie sie euch gefällt/wie sie für euch stabil ist.“ |
| **Blanco-Steine** | * Ggf. selber vorab beschriften und mit einbauen |
| **Tipp** | * Sollte die Mauer einmal komplett einstürzen, einfach wieder vereint aufbauen und die positive Wirkung jeder Ressource erklären lassen. |
| **Material** | * **Im Aktionsset**: Rollbrett drehbar, 20 Begriffs-Steine + 2 unbeschriftet, 2 kleine Steine „Nikotin“ + „Alkohol“, 10 Folien für eigene Begriffe, Spezialstifte abwischbar * **Bestellen:** Give-aways als kleine Preise soweit lieferbar |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Schule-Ausbildung Studium | Arbeit Beruf | Sich austauschen Handy-Internet | Party | Gesundheit |
| Sport | Vertrauen | Shoppen | Freunde | Natur |
| Spaß | Musik | Geld | Liebe | Entspannung |
| Anerkennung | Familie | Beziehung | Sex | Freiheit |
| Blanco-Stein | Blanco-Stein | Nikotin | Alkohol |  |

# Tipp: Fragenduell – Denk mit und zeig, was du drauf hast.

**Thema Rauchen und Alkohol**

*Vermittlung von Wissen über Inhaltsstoffe, Folgen, gesetzliche Grundlagen, gesundheitsschädigende Wirkung*



Beim Fragenduell können die Schüler/-innen ihren Wissenstand zu den Themen Nikotin und Alkohol testen.

**Spiel + Moderation**

1-2 Stationsmoderierende

Mitmachen können 2 Gruppen mit je 3 bis 5 Personen, Umstehende mit einbeziehen.

Nachdem sich 2 Gruppen an dem Spielpult o.ä. platziert haben, stellt die Moderation die 3 Themenkategorien eines Fragensets vor. Es gibt zwei Spielalternativen:

1. Die Gruppen wählen abwechselnd Kategorien und beantworten die Fragen. Für richtige Antworten bekommen sie Punkte.

2. Beide Gruppen beantworten alle Fragen und bekommen Punkt für richtige Antworten.

Besonderheit: Per Zufall erscheint bei einer Frage ein "Publikumsjoker". Bei dieser „schwierigen“ Frage werden Antworten und Begründungen im Publikum gesammelt.

|  |  |
| --- | --- |
| **Spielverlauf** | * Zwei Teams bilden, die „gegeneinander“ antreten * Jedes Set besteht aus 3 Kategorien mit jeweils 3 Unterfragen * Fragen und Antwortmöglichkeiten vorlesen, Jugendliche über richtige Antwort entscheiden lassen. * Bei den Antworten nachhaken, Erklärungen geben und kurze Diskussionen anregen * Punkteplättchen vergeben und am Ende auszählen * Give-aways als kleine Preise an die ersten und zweiten Gewinner gleichermaßen vergeben. * Nächste Gruppe zum Mitmachen einladen und Fragenset wechseln  (insg. gibt es 6 Sets) |
| **Variation** | * Bei großem Andrang nicht das ganze Fragenset (9 Fragen) durchspielen |
| **Technik** | * Die Fragen per Beamer an die Wand projizieren * Computer per Fernbedienung bedienen |
| **Ansprache** | * Kleine Gruppen/Cliquen zur Teilnahme einladen |
| **Gruppen** | * Bis zu fünf Personen können gemeinsam ein Team bilden. * Alle Umstehenden können an den Seiten des Standes für sich mit raten, gelegentlich nachfragen, z.B. „Was meint ihr?“ Gerne umstehende Jugendliche als Publikumsjoker“ mit einbeziehen. |
| **Material** | * **Im Aktionsset:** DVD mit Software mit 6 Fragensets, im Frage-/Antwortkarten zusätzlich auch im Internet-Leitfaden > Mitmach-Aktionen > Gesprächsanreize, ggf. ausdrucken * **Bestellen:**  Give-aways als kleine Preise soweit lieferbar * **Bitte vor Ort selber besorgen:** Beamer, Leinwand, Karten bzw. Gegenstände zum Punktesammeln für beide Teams bei richtigen Antworten |

# Tipp: Wurfspiel – Ziel Persönlichkeit

**Thema Alkohol und Rauchen**

*Persönliches Konsumverhalten der Schüler/-innen, Konsumanlässe und -motive, Gruppendruck, Nein sagen, Handlungsalternativen, Genuss, Missbrauch, Abhängigkeit*

Der Fokus liegt auf einer persönlichen Auseinandersetzung mit Einstellungen, Haltungen und dem Umgang mit Nikotin und Alkohol.

**Spiel + Moderation**

1-2 Stationsmoderierende

Mitmachen können Einzelpersonen oder kleine Gruppen.

Jugendliche versuchen Objekte zu treffen, z.B. mit Wurfringen, Bälle auf Dosentürme oder in Wurfsäulen. Jede/-r bekommt Wurfgegenstände der Aufgabe: „Versucht möglichst gut, zu treffen. Je besser ihr trefft, desto leichter werden die Aufgaben.“ – zumindest in der kommunikativen Animation für Jugendliche. Letztendlich empfiehlt sich, Fragen und Aufgaben zielgruppengerecht entsprechend des Alters und Erfahrungshintergrundes der Jugendlichen zu stellen.

Wurfspiele funktionieren mit allen Altersgruppen von jung bis alt, sofern die Ansprache und Fragen/Aufgaben jeweils auf Alter, Geschlecht, Dynamik der Teilnehmenden angepasst werden.

Tipp: Lassen Sie die Jugendlichen /Gruppen versetzt spielen. Die andere Standmoderation versorgt die nächste Gruppe bereits mit Bällen etc.

|  |  |
| --- | --- |
| **Spielverlauf** | * Auf Jugendliche zugehen und ihnen 1-3 Wurfgegenstände geben oder zuwerfen * Jugendliche werfen lassen und sie anschließend bitten, die Wurfgegenstände wieder einzusammeln! * Dann Frage stellen und in der Gruppe diskutieren * Gruppen versetzt spielen lassen |
| **Fragekarten** | * Fragekarten beziehen sich auf persönliche Einstellungen, Konsummotivation und -anlässe und gliedern sich in drei Kategorien: Wissensfragen, Meinungsfragen und Aktionskarten (siehe Anlage) * Fragen/Aufgaben auf Alter, Geschlecht, Dynamik abstimmen |
| **Gruppen** | * Mehrere Schüler/-innen gleichzeitig werfen lassen. Kommando geben („Fertig, los!“). * „Versucht möglichst gut zu treffen… |
| **Dynamik** | * Präsenz zeigen, schnell, dynamisch moderieren. Aktiv sein, in Bewegung bleiben, auf die Jugendlichen zugehen und sie animieren mitzumachen |
| **Zusammen-hänge** | * Zusammenhänge zu anderen Themen herstellen, die die Jugendlichen interessieren, z.B. erste Liebe, Kennenlernen auf einer Party – lieber nüchtern oder beschwipst?, Erster Kuss mit oder ohne Zigarettengeschmack?... |
| **Gewinne** | * An differenzierte Beantwortung von Fragen knüpfen, nicht an „sportliche Leistung“ * Ansagen wie „Je besser Ihr trefft, desto einfacher werden die Fragen“ o.ä. |
| **Verzahnung** | * Verweisen Sie auch auf andere Stationen z.B.: Raucher/-innen, die aufhören wollen, anraten, in der Lounge vorbeizuschauen. |
| **Material** | * **Frage-/Aufgabekarten im Internet-Leitfaden** > Mitmach-Aktionen > Gesprächsanreize, bitte ausdrucken * **Bitte vor Ort selber besorgen**: Wurfspiel * **Bestellen:** Wurfbälle (soweit verfügbar)  und Give-aways als kleine Preise soweit lieferbar |

# Tipp: Promille-Run - Voll neben der Spur

**Thema Alkohol**

*Körperliche**Wirkung von Alkohol und dessen Folgen, Beeinträchtigung des Verhaltens und der Reaktionsfähigkeit*

Die Jugendlichen animieren, die Wirkung von Alkohol nüchtern zu erleben.

**Spiel + Moderation**

2-3 Stationsmoderierende

Eine Moderation steht am Start, die andere am Ende der „Rennstrecke“. Zwei Jugendliche starten parallel mit einer „Alkopopbrille“ ([www.rauschbrillen.de](http://www.rauschbrillen.de)). Die Brille simuliert ungefähr die Wirkung von ca. 0,8 bis 1,2 Promille Alkohol im Blut. Die Jugendlichen gehen auf den weißen Linien und heben z.B. auf dem Boden liegende Holzklötze auf und/oder umlaufen Hindernisse.

Wenn die Jugendlichen angekommen sind, sortieren sie z.B. Holzklötze in ein Steckraster und geben ihre Erfahrung wieder. Bei großem Andrang Gespräche am Spielfeldrand führen, damit die nächsten Jugendlichen starten können.

|  |  |
| --- | --- |
| **Spielverlauf** | * Zum Beispiel 2-3 Holzklötze auf eine Bahn legen, die Jugendlichen mit den Brillen ausstatten und kurz den Ablauf erklären * Ablauf: auf der Linie bis zum Ziel laufen und dabei Holzklötze aufheben, dort ein Steckspiel zusammensetzen * Auf den/die Spieler/-in persönlich eingehen und ihn auf dem „Weg“ begleiten * 2 Jugendliche können parallel auf je einer „Rennbahn“ spielen * Keinen Wettbewerb zwischen den Jugendlichen veranstalten - es kommt nicht auf Schnelligkeit an * Die Brillen immer bei sich tragen und eigenhändig an Spieler/-innen ausgeben, und nach dem „Lauf“ zurücknehmen |
| **Zieleinlauf** | * Beim Steckspiel: Rauschbrillen absetzen lassen, Zeit nehmen für ein kurzes Gespräch über die gerade gemachte Erfahrung, das persönliche Befinden, das allgemeine Trinkverhalten, eigene Erfahrungen etc., z.B.: Hast du dich schon einmal so gefühlt?  Könntest du so noch Fahrrad fahren? Du kommst nach Hause und stolperst fast über deine Sachen… Dir ist dein Schlüssel runtergefallen und du musst ihn aufheben Was machst du in Situationen, in denen du unsicher bist? Wie verhaltet ihr euch in der Gruppe wenn ihr unterwegs seid - Wie passt ihr aufeinander auf? |
| **Zusatzaufgaben** | * Wartende Jugendliche evtl. in Gespräche einbinden: „Wisst ihr das vielleicht: Welche Organe werden sonst noch vom Alkohol beeinträchtigt?“ o.ä. |
| **Rauschbrillen** | * Einstellung der Brillen beachten: Rillen sollen waagerecht sein, sonst ist kaum etwas zu sehen |
| **Sicherheits-hinweis** | * Bei bekannter Psychose-Erkrankung, Epilepsie oder ähnlichen Erkrankungen dürfen die Rauschbrillen vorsichtshalber nicht benutzt werden |
| **Material** | * **Frage-/Aufgabekarten im Internet-Leitfaden** > Mitmach-Aktionen > Gesprächsanreize, bitte ausdrucken * **Bitte vor Ort selber besorgen:** Rauschbrillen, abgeklebte Bahnen z.B. mit Gaffaband, Gegenstände zum Aufheben und/oder zu umlaufende Hindernisse, Geschicklichkeitsspiel * **Bestellen:** Give-aways als kleine Preise soweit lieferbar |