



KlarSicht-Koffer

Der BZgA-KlarSicht-Koffer vermittelt Jugendlichen ab 12 Jahren und jungen Erwachsenen interaktiv Informationen zu den Suchtstoffen Alkohol und Tabak und gibt ihnen Entscheidungsgrundlagen und -hilfen, um ihr Genuss- und Konsumverhalten gesundheitsförderlich zu gestalten.

Diesen Parcours gibt es seit 2012 als Koffer-Variante zum individuellen Einsatz. Bei Rollenspielen, Quiz und Diskussionen können sich die Teilnehmenden mit ihren unterschiedlichen Fähigkeiten und Interessen einbringen. An mehreren Stationen ist Teamarbeit gefragt, so dass alle ihre unterschiedlichen Kompetenzen einbringen und voneinander lernen können.

Der Parcours besteht aus 6 Stationen. Die Verweildauer pro Station beträgt 15 Minuten, danach erfolgt der Wechsel zur nächsten Station. Ein Gesamtdurchlauf für ca. 30 TeilnehmerInnen dauert 90 Minuten.

Der KlarSicht-Parcours als Koffervariante ist geeignet zum Einsatz in großen Klassenzimmern. Vor Ort brauchen sie an jeder Station eine Person zur Mitarbeit.

Ziele des KlarSicht-Parcours

- Informationen zu den relevanten Aspekten des Alkohol- und Tabakkonsums altersangemessen und verständlich vermitteln
- zur Reflexion des eigenen Konsumverhaltens motivieren
- einen eigenständigen und verantwortungsvollen Umgang mit legalen Suchtmitteln fördern
- Nichtkonsumenten in ihrer Haltung bestärken
- Genuss- und Konsumverhalten bewusst machen
- soziale und rechtliche Folgen des Tabak- und Alkoholkonsums reflektieren
- Entscheidungshilfen für gesundheitsförderliches Verhalten anbieten
- über Wirkungen und Suchtpotenziale aufklären
- für Schutzmechanismen sensibilisieren

Ausleihbedingungen

Sie können den KlarSicht-Koffer in der Fachstelle Dresden ausleihen. Die Ausleihe ist **kostenfrei**. Es wird eine **Kaution** von **50 €** erhoben.

Ihr Ansprechpartner ist Hr. **Sirko Schamel**

Die Stationen

Checkpoint - Du bist gefragt

Gar nicht so einfach, gleich zu Beginn klar zu sehen und sich für eine Antwort zu entscheiden. Zum Beispiel, ob es zum Erwachsensein dazugehört, Alkohol zu trinken und zu rauchen ? **ja, nein, vielleicht?**

Am Ende des Parcours noch mal prüfen: den Durchblick gehabt? Wie viele entscheiden jetzt anders?

(Quelle: Flyer KlarSicht-Koffer BZgA 2012)

Tabak - nichts vernebeln

Wer hier zur Zigarette greift, dem raucht zwar der Kopf, aber das schadet garantiert nicht der Gesundheit. Um zu punkten, müssen gemeinsam Fragen beantwortet werden. Abgucken und mit anderen sprechen ist ausdrücklich erlaubt.

Die Jugendlichen setzen sich an der Tabak-Station auf vielfältige Weise mit dem Thema Rauchen auseinander. Grundsätzlich sollen sie im Nichtrauchen bestärkt werden bzw. zum Rauchstopp motiviert werden.

Je nach Interessenslage der Gruppen geschieht dies über unterschiedliche Ansätze. Die Texte auf den Info-Tafeln bieten dazu Diskussionsanstöße, Informationen und Argumentationshilfen. (Quelle: Flyer

KlarSicht-Koffer BZgA 2012)

KlarSicht - mach Dir ein Bild

Zeichnungen aus der Werbung sind Blickfang an der KlarSicht-Werbung-Station. Die Aufgabe scheint zunächst ganz einfach:

Die Gruppe entwickelt eine eigene Werbestrategie zu einem Tabakoder Alkoholprodukt. Was zeichnet das neue Produkt aus? Wie lautet der Name, welche Farbe oder welchen Geschmack hat das Produkt? Was ist drin? Die Teilnehmenden stellen nach einer kurzen kreativen Phase ihr Produkt vor und sammeln Begriffe, die sie als Werbebotschaft mit dem Produkt verbinden wollen. Im Anschluss werden der Wahrheitsgehalt und die Glaubwürdigkeit der Werbesequenz überprüft. Anschließend überlegen die Jugendlichen, wie man auch ohne Tabak oder Alkohol die erwünschten Ziele und Effekte erreichen kann.

(Quelle: Flyer KlarSicht-Koffer BZgA 2012)

Alkohol - alles im blauen Bereich

An dieser Bar wird ausschließlich der Wissensdurst gestillt. Falls Nachdenken und ein klarer Kopf allein nicht helfen, können trotzdem Punkte gesammelt werden.

Info-Tafeln helfen bei der Lösung.

Dabei geht es nicht nur um Faktenwissen, sondern auch um die Auseinandersetzung mit dem eigenen Konsumverhalten und ? wenn nötig ? um Einstellungs- und Verhaltensänderungen.

(Quelle: Flyer KlarSicht-Koffer BZgA 2012)

Rauschbrillen - voll daneben

Wer zu viel Alkohol getrunken hat, kann oft seine Bewegungen nicht mehr richtig koordinieren.

Wie schwierig schon die einfachsten Alltagshandlungen sein können, wenn man zu viel Alkohol getrunken hat, lässt sich an dieser Station eindrucksvoll erfahren.

Es ist gar nicht so einfach, mit einer Rauschbrille, die 0,8 bis 1,5 Promille simuliert, einen Hindernis-Parcours zu meistern.

(Quelle: Flyer KlarSicht-Koffer BZgA 2012)

Talkshow - du bist gefragt

In dieser Talkshow entwickeln die Jugendlichen eine fiktive Geschichte und diskutieren den weiteren Verlauf.

Ein Mädchen oder ein Junge steckt durch Rauchen oder Alkoholtrinken in der Klemme.

Egal, ob man so etwas schon selbst erlebt hat oder nicht: Gemeinsam soll nach geeigneten Lösungen gesucht werden.

(Quelle: Flyer KlarSicht-Koffer BZgA 2012)

Mit-Mach-Parcours

- [BZgA KlarSicht Parcours](#)
- [BZgA KlarSicht-Koffer](#)
- Mit-Mach-Parcours "Durchblick" (regional)

Eigenen Klarsichtkoffer erwerben

SUCHTPRÄVENTION IN SACHSEN

Der KlarSicht-Koffer wird zum subventionierten Selbstkosten- preis in Höhe von **400,00 ?** auf Bestellung produziert. Die Bestellfrist endet jährlich Ende April.

- [Bestellschein KlarSicht-Koffer](#)
- [Weitere Infos zum KlarSicht-Koffer](#)

Schulungen zum Klarsicht Koffer

aktuell wird keine Schulung angeboten