

## „HöhenRausch - Kletterevent & Cannabisprävention“

Auf Basis von erlebnispädagogischen Elementen und angelehnt an den **risflecting® -Ansatz** soll der Einstieg von Jugendlichen in den Cannabiskonsum verhindert bzw. verzögert werden. „HöhenRausch“ ist ein erlebnispädagogisches Präventionsangebot für Jugendliche, um deren **Risikokompetenz** zu stärken. Ergänzt wird das Erlebnis mit **interaktiven Einheiten**, in denen es um Aufklärung, Wissensvermittlung und Reflexion zum Thema Cannabis geht. Der erlebnispädagogische Baustein ermöglicht den Jugendlichen, nicht nur über den eigenen Umgang mit **Risiken** und **herausfordernden Situationen** zu reden, sondern diese gemeinsam in der Gruppe zu erleben, erfahrbar zu machen und einen Bezug zum **Alltag** herzustellen.

Haben Sie als Fachkraft Interesse, „HöhenRausch“ in Ihrer Region umzusetzen? Nehmen Sie gern mit uns Kontakt auf!



## Informationen

Weitere Informationen finden Sie unter:  
[www.suchtpraevention-sachsen.de](http://www.suchtpraevention-sachsen.de)

Darüber hinaus können Sie sich telefonisch oder per E-Mail an die Referentin wenden.

### Kontakt:

Fach- und Koordinierungsstelle  
Suchtprävention Sachsen  
Glacisstraße 26, 01099 Dresden

Verena Nicolai

Tel.: 0351 - 803 20 31

E-Mail: [nicolai@suchtpraevention-sachsen.de](mailto:nicolai@suchtpraevention-sachsen.de)

Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes.

STAATSMINISTERIUM FÜR  
SOZIALES, GESUNDHEIT UND  
GESELLSCHAFTLICHEN ZUSAMMENHALT



## "HöhenRausch - Kletterevent & Cannabisprävention"



Projekt für die schulische und außerschulische suchtpräventive Arbeit



Fach- und Koordinierungsstelle  
**SUCHTPRÄVENTION  
SACHSEN**  
Bereich Suchtmittelspezifische  
Suchtprävention

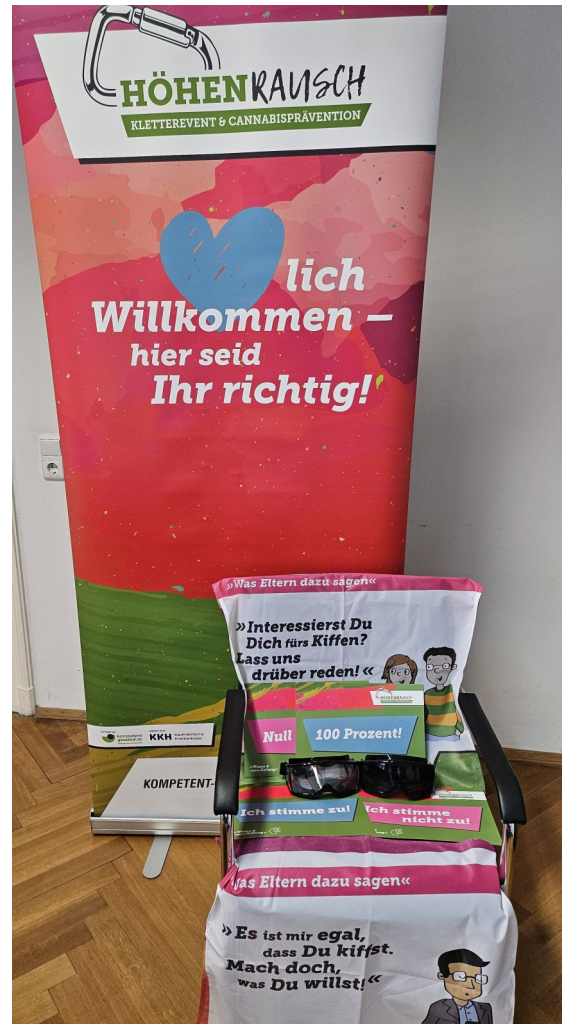
## „HöhenRausch - Kletterevent & Cannabisprävention“

Das Projekt „**HöhenRausch**“ wurde von der Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH entwickelt, als Bundesmodellprojekt 2021 bis 2023 von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) gefördert sowie durch das Institut für interdisziplinäre Sucht- und Drogenforschung (ISD) Hamburg evaluiert. Seit April 2024 fördert die KKH die bundesweite Umsetzung durch die Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH.

„HöhenRausch“ richtet sich an Schulen und Einrichtungen der Jugendhilfe/ -arbeit mit dem Ziel, Jugendlichen ab **14 Jahren** im Rahmen von **interaktiven Kletterevents** (Cannabisprävention & Klettererlebnis) einen **verantwortungsvollen** und **risikokompetenten** Umgang mit **riskanten Verhaltensweisen** (Schwerpunkt **Cannabiskonsum**) zu vermitteln.

## „HöhenRausch - Kletterevent & Cannabisprävention“

Im Sinne eines ganzheitlichen und nachhaltigen Präventionsansatzes sollten sowohl die Erziehenden der Jugendlichen als auch Bezugspersonen (Fachkräfte) aus den Lebenswelten der Jugendlichen im Rahmen des Projektes mit einbezogen werden.



## „HöhenRausch - Kletterevent & Cannabisprävention“

Zur Organisation: **zwei** Module à **4 UE**

- 1) **Cannabisworkshop** in der Schule;
- 2) **Klettererfahrung** in einer Kletterhalle  
(dabei wird die Klasse ggf. geteilt)

Beide Module sind eingebettet in den **risflecting®**-Ansatz. Dieser stellt den verantwortungsvollen Umgang mit **Rausch** und **Risiko** - die Entwicklung einer sogenannten **Risikobalance** - in den Mittelpunkt.

Um diese Kompetenzen zu entwickeln, werden bei **risflecting®** folgende Techniken genannt:

- **BREAK** (innehalten, analysieren, entscheiden),
- **RELATE** (in Beziehung treten, auf Freund\*innen und Umgebung achten),
- **REFLECT** (besprechen, einordnen, Lehren aus dem Erlebten ziehen).

Im **risflecting®**-Ansatz geht es darum, **Balance** zu halten. In Situationen, in denen **Anforderungen** und **Können** im richtigen Verhältnis zueinander stehen, wird lernen ermöglicht.