

Angebote und Projekte im Themenfeld Suchtprävention für Schulen (Bodenseekreis)



Achtung! Hyperlink öffnen:

- **Strg - Taste drücken und mit der linken Maustaste den Hyperlink anklicken!**

1. Aktive Teens

Aktive Teens ist ein Präventionsprogramm für weiterführende Schulen mit den Schwerpunkten **Persönlichkeitsentwicklung, Tabak- und Alkoholprävention, soziales Lernen**. Die „Aktiven Teens“ können in verschiedenen Klassenstufen durchgeführt werden. Die Schülerhefte "Alkohol" und "Qualmfrei" eignen sich gut für die Klassen 6, 7 und 8, wenn Schülerinnen und Schüler selbst in Versuchung kommen, Rauchen und Alkohol auszuprobieren (Schülermentorenprogramm) und auch für Lehrkräfte im Unterricht. Weitere Informationen unter:

<http://www.kontaktbuero-praevention-bw.de/Lfr/Startseite/Medien/Aktive+Teens+--+Medien>

2. Prävention der Polizei

Workshops zu Themen:

- Legale und illegale Drogen
- Junge Fahrer (Drogen und Straßenverkehr, Ablenkung, Raserei / „No Game“) - Programm „No Game“ auch für die Oberstufe.

Unterrichts- und Informationsveranstaltungen für Klassenstufe 6-9.

https://praevention.polizei-bw.de/wp-content/uploads/sites/20/2017/07/broschuere_praevention_auf_dem_stundenplan.pdf

Lehrerfortbildungen und Elternabende. Informationsmaterial für Eltern, Jugendliche und Pädagogen (kostenfrei): <https://www.polizei-beratung.de/medienangebot/>

Kontakt: Polizeipräsidium Ravensburg, Referat Prävention:

Zentrale Erreichbarkeit: ravensburg.pp.praevention@polizei.bwl.de oder 0751/803-1042

3. Be Smart – Don't Start

Bundesweiter **Wettbewerb** für rauchfreie Schulklassen: <https://www.besmart.info/>

Jede Lehrkraft erhält bei einer Teilnahme an „Be Smart – Don't Start“ komplett ausgearbeitete Materialien, die sofort und ohne großen Aufwand einsetzbar sind. Die Unterlagen zur Teilnahme am Programm versenden die Kommunalen Suchtbeauftragten der Landkreise zum Beginn jedes Schuljahres zur Vorbeugung des Tabakrauchens. Die Teilnahme ist kostenfrei.

4. Präventionsmaterialien zum kostenlosen Ausleihen über die Kommunalen Suchtbeauftragten:

- Glücksspiel-Koffer (Prävention der Glücksspielsucht)
- KlarSicht-Koffer (Alkohol- und Nikotinprävention)
- Mädchen SUCHT Junge – Tafeln (Alkohol, Tabak, Cannabis, Medien, Körperkult)
- Cannabis Quo Vadis (Bodenseekreis)
- NPS-Quiz (Bodenseekreis)

Kontakt (Stelle derzeit nicht besetzt)

Informationen zu den Präventionsmaterialien beispielhaft aus dem Bodenseekreis unter: <http://www.bodenseekreis.de/soziales-gesundheit/sucht-praevention/suchtberatung/praeventionsmaterialien-zum-ausleihen/>

5. Cannabis Kompakt: Schulbasierte Cannabisprävention für Jugendliche

Cannabis Kompakt unterstützt Pädagog/innen dabei, Schüler/innen ab der Klassenstufe 8 über Cannabis zu informieren und eine Auseinandersetzung mit der eigenen Haltung zu Cannabis sowie Konsum-Motive anzuregen.

Die kompakten **Unterrichtsmaterialien** basieren auf Materialien der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). Cannabis Kompakt ist ein kostenfreies Angebot. Für die Durchführung im Unterricht wird keine Fortbildung oder Schulung benötigt. Nach einer Registrierung stehen sofort drei Unterrichtseinheiten zur Cannabisprävention kostenlos (per Download) zur Verfügung. Für einen nachhaltigen Lernprozess und zur Verankerung der Inhalte kann die Klasse im Anschluss an die durchgeführten Unterrichtseinheiten an einem Quiz teilnehmen, das die Lehrkräfte nach der Anmeldung einfach abrufen können.

Weitere Informationen unter: <https://www.cannabis-kompakt.de/>

6. STUPS = Selbstbehauptungsstraining für Kinder ab Klasse 4

STUPS ist ein ganzheitlich orientiertes Konzept auf entwicklungspsychologischer Grundlage und ein Trainingsprogramm zur Förderung der emotionalen Intelligenz, zur Stärkung der personalen Kompetenzen, zur Sucht- und Gewaltprävention und zur Persönlichkeitsstärkung.

Durch das Training sollen die Schülerinnen und Schüler ihre individuellen Fähigkeiten und Fertigkeiten entwickeln und einsetzen können, ihre Gefühle und Befindlichkeiten wahrnehmen und situationsadäquat ausdrücken können. Sie sollen lernen, für ihre Entscheidungen die Verantwortung zu übernehmen. D.h. STUPS zielt auf die positive Beeinflussung des Selbstkonzeptes und des Selbstwertgefühls.

Lehrkräfte können an einer regionalen Fortbildung zu STUPS teilnehmen und dort das komplette Kursmaterial erhalten. Die Fortbildung wird von Präventionsbeauftragten (Regionalteam Markdorf: Praevention-mak@zsl-rstue.de) angeboten.

7. Lions-Quest Präventionsprogramme „Erwachsen werden“ und „Erwachsen handeln“ und Praxisbegleitung Lions-Quest

Lebenskompetenzen und soziales Verhalten kann man nicht aus Büchern oder Vorträgen erlernen, sondern nur durch persönliche, echte Erfahrungen im Umgang mit anderen, am besten mit Gleichaltrigen. Mit den **Einführungsseminaren Lions-Quest** erhalten Lehrerinnen und Lehrer das Material und methodisch-didaktisches Know-How, das gemeinschaftliche Leben und Lernen ihrer Schülerinnen und Schüler gezielt und kontinuierlich zu unterstützen und sie so stark fürs Leben zu machen.

Weitere Informationen und Seminartermine: www.lions-quest.de

Das landesweite Angebot der **Praxisbegleitung Lions-Quest** richtet sich an Lehrkräfte, die mit ihren Schülerinnen und Schülern Präventionsarbeit leisten mithilfe der Lions-Quest-Präventionsprogramme „Erwachsen werden“ oder „Erwachsen handeln“. Die Praxisbegleitung bietet Beratung und Begleitung rund um die Präventionsarbeit und gibt neue Impulse durch vertiefte Fortbildung. Die Begleitung erfolgt durch speziell ausgebildete Praxisbegleiter, die zugleich als Präventionsbeauftragte im Rahmen von stark.stärker.WIR arbeiten.

Weitere Informationen: www.kontaktbuero-praevention-bw.de
Anmeldung: lq-praxisbegleitung-rpt@km-bw.net

8. Bauchgefühl

Homepage mit Beratungsangebot und Unterrichtsmaterial zur Prävention von Essstörungen für weiterführenden Schule und Berufsschulen. Das Projekt wird von den örtlichen BKK'en gefördert.

Kontakt: Maja Schrader, E-Mail: maja.schrader@teamgesundheits.de Tel.: 0201/89070309
Homepage des Projekts: www.bkk-bauchgefuehl.de

9. Klasse 2000 – Stark und gesund in der Grundschule

Arbeitsmaterial für UE und externe Fachfrau (für 3 UE/Jahr). Es entstehen Kosten pro Klasse/Jahr. Beachten Sie die Hinweise zu den Fördermöglichkeiten auf der Homepage: www.klasse2000.de

10. Landesnetzwerk Konflikt-KULTUR

Information, Beratung und Fortbildung für Schule und Jugendhilfe (Themen sind z.B. Klassenführung, Kommunikation, Konfliktmanagement, Klassenrat, Förderung von Mitgefühl/Compassion, Resilienz, Soziales Training und Mobbingintervention, etc.). Pädagogische Tage (Kosten lt. Anbieter). Weitere Informationen unter: www.konflikt-kultur.de

11. Landesapothekerkammer Baden-Württemberg

Lehrgespräch/Vortrag und Diskussion durch Apotheker/-innen in der Klasse (kostenfrei). Themen sind unter anderem:

- Sei schlau! Nicht blau!
- Essstörungen! - Wiegst du noch oder lebst du schon?
- Doping für den Alltag- Lifestyle-Pillen für jede Lebenslage?
- Auf Leistung getrimmt?

Weitere Informationen unter: <https://www.lak-bw.de/service/praevention/apotheke-macht-schule/ams-login.html>

12. Feelok.de

Feelok.de ist eine Gesundheitsplattform für Jugendliche zur Förderung ihrer Gesundheitskompetenzen und Vorbeugung des Suchtmittelkonsums.

Mit wissenschaftlich fundiertem und jugendgerechtem Einsatz der digitalen Medien unterstützt "feelok.de" Jugendliche darin, ihren Lebensstil aktiv und bewusst gesundheitsfördernd zu gestalten. Gleichzeitig bietet das "feelok.de"-Handbuch Schulen bewährte Ideen an, um Themen der Suchtprävention im Unterricht interaktiv (z.B. Tests, Videoclips, Quiz, etc.) anzugehen.

Weitere Informationen unter: feelok.de für Lehrpersonen und Multiplikator:innen

13. „stark.stärker.WIR“ – Team der Präventionsbeauftragten des ZSL, Regionalstelle Tübingen, Regionalteam Markdorf

Beratung, Prozessbegleitung und schulinterne, sowie regionale Fortbildungen. Alle Angebote sind kostenlos.

Die Ausschreibungen der Veranstaltungen finden Sie hier:
<https://lfbo.kultus-bw.de/lfb/suche/6RD96DLJ>

Haben Sie darüber hinaus Interesse an weiteren Themen der Prävention? Dann nehmen Sie Kontakt mit unserem Regionalteam der Präventionsbeauftragten auf:
praevention-mak@zsl-rstue.de

14. ALOA – die mobile Saftbar

ALOA – **AL**les **O**hne **A**lkohol ist das Motto der mobilen Saftbar, die gegen eine Tagesgebühr von 25€/Veranstaltungstag entliehen werden kann. Alle Infos unter: <http://www.bodensee-kreis.de/soziales-gesundheit/sucht-praevention/aloe-bar/>

15. Klar bleiben – Feiern ohne Alkoholrausch

Klar bleiben ist ein evaluiertes Projekt für Schülerinnen und Schüler zur Prävention bzw. Reduktion riskanten Alkoholkonsums wie z. B. Rauschtrinken. Die Schülerinnen und Schüler verpflichten sich gemeinsam, sechs zusammenhängende Wochen auf riskanten Alkoholkonsum zu verzichten. Durch die Teilnahme am Projekt werden die Schülerinnen und Schüler animiert, ihre Einstellung zum Alkohol und ihren eigenen Konsum kritisch zu betrachten. Stattdessen wird ein verantwortungsvoller Umgang mit Alkohol angeregt.

Weitere Informationen unter: <https://www.klar-bleiben.de/>

16. Präventionsangebote der PSB, Diakonie

Präventionsveranstaltungen

- Vorstellung der Angebote der Beratungsstelle für Suchtgefährdete, Suchtkranke und Angehörige
- Gemeinsame Erarbeitung von Grundlagen zur Sucht (Suchtkriterien, Suchtdreieck, Genuss-Missbrauch-Abhängigkeit, etc.)
- Zur Selbstreflexion des eigenen Konsums anregen
- Interaktive Workshops (Diskussionen, Spiele und theoretische Inputs)

Elternabende zu suchtspezifischen Themen

Seminare als Angebot zur Auseinandersetzung mit dem eigenen Konsum bzw. dem eigenen Konsummuster

Krisenintervention: anonymisierte, fallbezogene Beratung am Telefon oder im persönlichen Gespräch

Informationen unter: [Suchthilfe & Prävention \(www.diakonie-oab.de\)](http://www.diakonie-oab.de)

Kontakt: psb@diakonie-oab.de oder 07541/950 180

17. HaLT, HaLT Plus und Take Away

Für suchtmittelkonsumierende Jugendliche gibt es drei verschiedene Gruppenangebote von der Psychosozialen Beratungs- und ambulante Behandlungsstelle der Diakonie im Bodenseekreis: HaLT, HaLT Plus und Take away.

HaLT: Das Projekt „Hart am Limit (HaLT)“ widmet sich dem Problem des Rauschtrinkens und erreicht riskant konsumierende sowie gefährdete Kinder und Jugendliche, die ihre Grenzen austesten und wenig Erfahrung mit Alkohol und dessen Wirkung haben.

HALT Plus: Dieses Gruppenangebot richtet sich an Jugendliche, die aufgrund ihres Alkohol- und/oder Cannabiskonsums in der Regel erstmalig auffällig geworden sind. Die Teilnehmer weisen einen phasenweise kritischen Konsum auf, haben aber noch keine Abhängigkeit entwickelt.

Take-away: Die Take-away-Gruppe richtet sich an drogen- und/oder alkoholkonsumierende Jugendliche, die durch ihren Konsum häufig mehrfach auffällig geworden sind bzw. bereits massive Probleme dadurch haben.

Weitere Informationen unter: [Bodenseekreis: HaLT, HaLT Plus und Take Away](#) oder [Suchthilfe & Prävention \(www.diakonie-oab.de\)](#)

Kontakt: halt@diakonie-oab.de oder 07541/950 180

18. Regenbogenkids

Das präventive Angebot der Gruppe Regenbogenkids ermöglicht Kindern, deren Eltern von einer psychischen Erkrankung oder Suchterkrankung betroffen sind, einmal pro Woche eine Auszeit aus ihrem belasteten Alltag zu bekommen. Das Projekt richtet sich speziell an Kinder aus belasteten Familien zwischen 8-15 Jahren.

Kontakt Regenbogenkids: psb@diakonie-oab.de oder 07541/950 180

19. Jugendmedienwoche

Unter dem Motto „Medienkompetenz durch Medienbildung und -sensibilisierung“ veranstaltet das Landratsamt Bodenseekreis in Kooperation mit mehreren Partnern für Kinder, Jugendliche, Eltern, Pädagogen und Interessierte die JugendMedienWoche mit Veranstaltungen an verschiedenen Orten im Bodenseekreis. Im Rahmen der JugendMedienWoche erhalten Kinder und Jugendliche einen Einblick in die richtige Nutzung medialer Angebote. Die Jugendmedienwoche findet jährlich in den Herbstferien statt.

Weitere Informationen unter: [Bodenseekreis: JugendMedienWoche](#)

Kontakt für Rückfragen, Anregungen oder Änderungen zu dieser Liste:

*Elena Dreher, E-Mail: gesundheitsfoerderung@bodenseekreis.de;
Landratsamt Bodenseekreis, Gesundheitsamt, Gesundheitsplanung
Zuletzt aktualisiert am 22.01.2026 (ct)*