

**AMBULANTE SUCHTHILFE**  
Kooperation von Caritasverband und Diakonischem Werk

**update**  
Fachstelle für Suchtprävention-  
Kinder-, Jugend-, Elternberatung

## Veranstaltungskalender 2. Halbjahr 2024

**#mindful media**  
Förderung der digitalen Resilienz von Jugendlichen

Mehr Selbstbestimmung  
und Wohlbefinden im digitalen Alltag

Uhlgasse 8, 53127 Bonn • Tel.: 0228 - 688 588 0 • [update@cd-bonn.de](mailto:update@cd-bonn.de)  
Einrichtungsleiterin: Stefanie Schlegel

EFQM  
Member

**Information: update Fachstelle für Suchtprävention Caritas/Diakonie**  
Tel.: 0228 - 688 588 0 • [update@cd-bonn.de](mailto:update@cd-bonn.de)  
Weitere Informationen: [www.suchthilfe-bonn.de](http://www.suchthilfe-bonn.de)  
Anmeldungen: [www.suchthilfe-bonn.de/veranstaltungen.html](http://www.suchthilfe-bonn.de/veranstaltungen.html)

Anmeldung: Bitte melden Sie sich für alle Veranstaltungen über unsere Homepage an. Bei digitalen Angeboten senden wir Ihnen nach Ihrer Anmeldung einen Tag vor der Veranstaltung einen Link zu, mit dem Sie an dem Videomeeting teilnehmen können. Die Veranstaltungen richten sich ausschließlich an Bonner Bürger\*innen bzw. Institutionen in Bonn.

**Methodentasche E-Zigaretten & Vapes**  
Mit der Methodentasche E-Zigaretten und Vapes erhalten Sie ein praktisches Werkzeug, um das Thema anschaulich und interaktiv mit Jugendlichen zu gestalten. Lernen Sie, wie Sie mit effektiven und modernen Methoden das Bewusstsein von Jugendlichen für die Risiken von E-Zigaretten stärken und präventiv im Alltag tätig werden können. Die Teilnahme berechtigt zur Ausleihe der Methodentasche!  
Ansprechpartnerin: Beatrix Schmeichler

**Methodenkoffer „stark statt breit“ – Cannabisprävention**  
Mit dem Methodenkoffer Cannabisprävention erhalten Sie nach der Schulung leihweise eine praktische Material- und Methodensammlung an die Hand, mit der Sie selbst im Unterricht und in Ihren Einrichtungen Workshops durchführen können. Ein umfassendes Methodenhandbuch unterstützt bei der Umsetzung. Eine Schulung für Ihr Kollegium oder Team kann nach Vereinbarung gesondert erfolgen.  
Referent\*in: Dagmar Heß, Lars Krischer

**Eigenständig werden – ein Unterrichtsprogramm zur Gesundheitsförderung und Persönlichkeitsentwicklung für die Klassenstufen 1 bis 4**  
Mithilfe von „Eigenständig werden“ erwerben die Schüler\*innen Ihrer Schule wichtige Gesundheits- und Lebenskompetenzen, die ihnen helfen, einen gesunden Lebensstil zu entwickeln – körperlich, seelisch und sozial. Durch unsere Schulung werden Sie befähigt, selbständig „Eigenständig werden“ mit Ihrer Klasse durchzuführen.  
Referentinnen: Viktoria Joelle Moll, Stefanie Schlegel

**Vorstellung des Angebotes „Kurve kriegen“**  
Die NRW-Initiative „Kurve kriegen“ versucht Kinder und Jugendliche, die als junge Straftäter\*innen auffällig wurden, durch geeignete pädagogische Maßnahmen vor einem Abgleiten in die Kriminalität zu bewahren. Das geschieht in enger Zusammenarbeit mit der Polizei und den Jugendämtern. Das Fachkräfteteam stellt das Angebot, die Zugangswege sowie die konkrete pädagogische Arbeit vor.  
Ansprechpartner: Gregor Winand

**KlarSicht-Koffer Schulung – Tabak- und Alkoholprävention in der weiterführenden Schule**  
Die Fortbildung bietet die Möglichkeit, den von der BZgA entwickelten KlarSicht-Koffer-MitmachParcours mit seinen zahlreichen Methoden intensiv kennen zu lernen und seinen Einsatz in der Praxis zu erproben. Die Durchführung des Parcours wird durch Fachkräfte von update begleitet und mit drei geschulten Kolleg\*innen Ihrer Schule umgesetzt.  
Referentinnen: Lars Krischer, Sophia Maier

**Methodenschulung Shisha, Vapes, Snus und die große Schatzstoffzigarette**  
Wir vermitteln Informationen zu den einzelnen Konsumformen und stellen Präventionsmethoden vor, die sich zum Einsatz in Schule oder in der Jugendhilfe/-arbeit eignen. Es gibt eine Einführung in die Schatzstoffzigarette und verschiedene präventive Methoden zu Vapes werden vorgestellt. Beides können Sie nach der Teilnahme dieser Schulung für Ihre suchtpräventiven Aktivitäten ausleihen. Eine Schulung für Ihr Kollegium oder Team kann nach Vereinbarung gesondert erfolgen.  
Referentinnen: Sophia Maier, Beatrix Schmeichler

**Multiplikator\*innen-Schulung für mindfulmedia**  
„mindfulmedia“ ist ein Projekt zur Förderung der digitalen Resilienz von Jugendlichen. Es umfasst 6 Lerneinheiten, die sich sowohl für den Unterricht als auch für Projekttage in Klasse 7-10 eignen. Durch unsere Schulung werden Sie befähigt, selbstständig „mindfulmedia“ mit Ihrer Klasse durchzuführen. Bei Interesse bitten wir um Kontaktaufnahme mit unserer Fachstelle.  
Referentinnen: Jasmin Friedrich, Dagmar Heß, Sophia Maier  
Im Rahmen des Aktionsplans gegen Sucht NRW

**MOVE – Motivierende KurzinterVention für Elterngespräche in Grundschule/OGS**  
Die dreitägige Fortbildung in Gesprächsführung unterstützt Fachkräfte und Lehrpersonal dabei, Eltern frühzeitig in ihrem Lebensalltag zu erreichen und bei problematischem oder unsicherem Verhalten Veränderungsbereitschaft zu fördern.  
Referentinnen: Dagmar Heß, Viktoria Joelle Moll

**Achtsamkeit macht Schule**  
Die Fortbildung sensibilisiert für Stresssituationen und –reaktionen im Schulalltag. Sie beinhaltet achtsamkeitsbasierte Methoden zur Stressregulation. Diese dienen sowohl der Selbstfürsorge als auch einer von Wertschätzung geprägten Atmosphäre im Klassenzimmer als wichtige Grundlage der Suchtprävention und Gesundheitsförderung  
Referentinnen: Jasmin Friedrich, Dagmar Heß

**Informationsabend für Eltern zur Medienerziehung bei Kindern in der Grundschule**  
In diesem Informationsabend für Eltern von Grundschulkindern werden grundlegende Fragestellungen rund um die Themen Handy- und Internetnutzung besprochen.  
Referentinnen: Beatrix Schmeichler, Silke Selinger

**Digital**  
Termin:  
Di, 03.09.2024  
18.30 - 20.00 Uhr

In Kooperation mit dem Katholischen Bildungswerk

**Elternseminar mindfulmedia**  
Viele Eltern machen sich Sorgen, wie sich der tägliche Umgang mit den digitalen Medien auf die Entwicklung ihrer Kinder auswirkt. Doch hinterfragen wir dabei auch unsere persönliche Haltung beim Gebrauch des Smartphones und anderen digitalen Medien? Die Veranstaltungsreihe lädt ein, sich selbst im Umgang mit dem Smartphone und sozialen Netzwerken bewusster wahrzunehmen, um neue selbstgewählte und wohlthuende Gewohnheiten für den digitalen Alltag zu entwickeln.  
Referentinnen: Jasmin Friedrich, Dagmar Heß  
Veranstaltungsort: Bonn-Beuel  
Im Rahmen des Aktionsplans gegen Sucht NRW

**Digital**  
Terminserie:  
Di, 24.09.2024  
Di, 29.10.2024  
Di, 19.11.2024  
Di, 10.12.2024  
19.30 - 21.30 Uhr

In Kooperation mit dem Katholischen Bildungswerk  
Gefördert vom Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen

**Informationsabend für Eltern zur Medienerziehung bei Kindern in der weiterführenden Schule ab 12 Jahren**  
Vortrag über Mediennutzung von Jugendlichen, in dem es zentral um die Fragestellung geht, ab wann die Mediennutzung zu viel oder problematisch wird. Wie kann man mit Jugendlichen Regeln vereinbaren, um einen kompetenten und souveränen Umgang mit digitalen Medien zu erlernen?  
Referentinnen: Beatrix Schmeichler, Silke Selinger

**Digital**  
Termin:  
Di, 05.11.2024  
18.30 - 20.00 Uhr

In Kooperation mit dem Katholischen Bildungswerk

**Informationsabend zum Thema Alkohol**  
Wir vermitteln vorbeugende Strategien im Umgang mit dem jugendlichen Trinkverhalten, besprechen die rechtlichen Aspekte des Alkoholkonsums im Jugendalter und überlegen gemeinsam Maßnahmen, wenn es doch zu einem risikoreichen Trinkverhalten kommen sollte.  
Referentinnen: Sophia Maier, Viktoria Joelle Moll

**Digital**  
Termin:  
Mo, 25.11.2024  
19.00 - 20.30 Uhr

In Kooperation mit dem Katholischen Bildungswerk

**Informationsabend „Zwischen Rausch und Identität – jugendlicher Trendkonsum“**  
Informationsabend für Eltern und Fachkräfte zum Thema Jugendlischer Trendkonsum – Snus, E-Zigaretten, Lachgas & Co. Bei dieser Veranstaltung erhalten Sie Informationen darüber, wie eine Sucht entsteht, welche Konsummittel Jugendliche derzeit konsumieren und was das mit ihrer Lebensphase und Identität zu tun hat.  
Referentinnen: Sophia Maier, Beatrix Schmeichler

**Digital**  
Termin:  
Mo, 02.12.2024  
18.30 - 20.00 Uhr

In Kooperation mit dem Katholischen Bildungswerk

**Die folgenden Angebote führen wir in Kooperation mit Lehrkräften oder Schulsozialarbeitenden in Schulen mit den Schüler\*innen durch.**

**Allgemeine Suchtprävention an Bonner Schulen**  
Gelingende und nachhaltige Suchtprävention gestaltet sich als Gemeinschaftsaufgabe. Die interaktive Auseinandersetzung mit eigenen Verhaltens- und Konsummustern sowie persönlichen Ressourcen ist unerlässlich. Der Workshop beschäftigt sich mit den Themen:  
• Sucht und Suchtentstehung  
• Förderung von Lebenskompetenzen  
• Entstigmatisierung

**Präsenzveranstaltung**  
Terminbuchung über die Homepage

**HaLT proaktiv in der Schule - Workshop Tom & Lisa**  
Der vierstündige Workshop „Tom & Lisa“ zur Alkoholprävention für die Schulklassen der Klassenstufen 7 und 8 ermöglicht den Jugendlichen in einem interaktiven Pantomime, in dem sie als Geburtstagsgäste beteiligt sind, einen Einblick in Gefahrensituationen, das Einüben richtiger Verhaltensweisen, sowie den verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol.  
Wir bieten Ihnen für Ihre Schüler\*innen, sowohl in Präsenz als auch digital, Workshops an.  
Ansprechpartnerin: Viktoria Joelle Moll

**Termin:**  
Auf Anfrage

**HaLT proaktiv in der Schule - Workshop FASD**  
Der 90-minütige Workshop FASD richtet sich an Schüler\*innen der Sekundarstufen I und II. Die Auswirkungen des Alkoholkonsums in der Schwangerschaft, die Sensibilisierung für einen verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol und die Erarbeitung von sozialen Kompetenzen, schwierige alltägliche Situationen ohne Alkoholkonsum zu lösen, sind Inhalte des Workshops.  
Wir bieten Ihnen für Ihre Schüler\*innen, sowohl in Präsenz als auch digital, Workshops an.  
Ansprechpartnerin: Viktoria Joelle Moll

**Termin:**  
Auf Anfrage

**Sprechstunde**  
Beratungsangebot für Jugendliche, junge Erwachsene, Angehörige, Bezugspersonen und Fachkräfte

**Termin:**  
Di 14.00 - 17.00 Uhr  
Do 14.00 - 16.00 Uhr  
Bitte melden Sie sich telefonisch zur Sprechstunde an.

**bonner event sprinter –**  
Mobile Suchtprävention auf Bonner Großveranstaltungen in Kooperation mit der Ev. Jugendhilfe Godesheim gGmbH  
Ansprechpartnerin: Beatrix Schmeichler

**Termin:**  
über Infoline  
0228 – 688 588 11

Angebote für Fachkräfte Bonner Institutionen

Angebote für Eltern

Angebote für Kinder und Jugendliche bis 21 Jahre

Allgemein