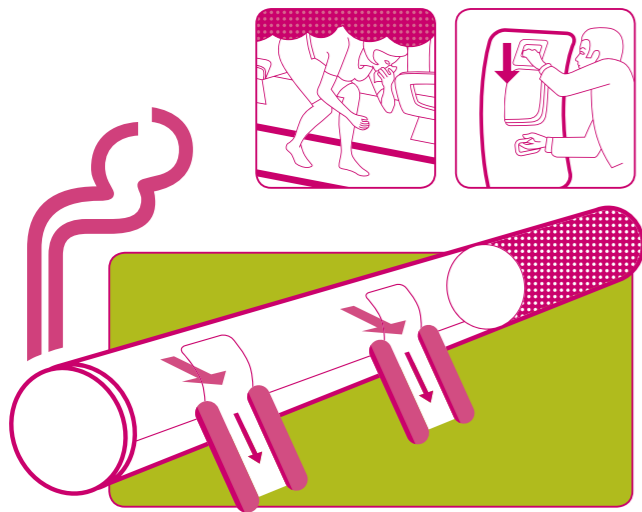


Hauptziel der Kampagne ist es, bei jungen Leuten den Trend zum Nichtrauchen zu stärken [...]

Free your mind



»Free your Mind« möchte junge Menschen zum Thema »Konsum von Tabak« sensibilisieren. Hauptziel der Präventionskampagne ist es, bei jungen Leuten den Trend zum Nichtrauchen zu stärken bzw. den Erstkonsum von Tabak zu verzögern, ohne dabei die Gruppe der Raucher/innen zu stigmatisieren.

Die Kampagne

Die »Free your Mind«-Kampagne wurde im Auftrag der Abteilung Gesundheitswesen der Autonomen Provinz Bozen – Südtirol im Jahr 2005 ins Leben gerufen. Seit dem Jahr 2006 wurde zu deren Umsetzung und Organisation das Forum Prävention beauftragt.

Die einzelnen Maßnahmen werden in Zusammenarbeit mit professionellen Mitarbeiter/innen aus den Bereichen »Prävention«, »Gesundheit« (Dienste für Basismedizin, Dienste für Abhängigkeitserkrankungen, Pneumologischer Dienst des Südtiroler Sanitätsbetriebes), »Jugendarbeit« und mit freien Mitarbeiter/innen umgesetzt. Wichtige Partner sind auch die drei Schulämter des Landes und die Schulen, an denen die Maßnahmen umgesetzt werden.

Die vier Maßnahmen der Kampagne

Die Website für Jugendliche und junge Erwachsene: Auf der zweisprachig gestalteten Website www.free-your-mind.it findet man Informationen und Hinweise zum Thema »Tabak«.

Der interaktive »Free your Mind«-Mitmachparcours ist im Bereich der universalen Prävention angesiedelt. In einem interaktiven Parcours, der jeweils mit einer gesamten Schulklasse an der Schule durchgeführt wird, werden der Konsum von Tabak und Alkohol sowie der Umgang mit Risiko gemeinsam besprochen.

Das »Free your Mind«-Gruppenprogramm für junge Raucher/innen ist eine Maßnahme der selektiven Prävention. Es soll eine Unterstützung für junge Menschen bieten, die den Tabakkonsum reduzieren oder beenden wollen.

Gadgets: Um die Kampagne in der Zielgruppe bekannt zu machen, wurden eine Reihe von Gadgets entworfen: T-Shirts, Aufkleber, Buttons, Schlüsselanhänger, Mützen u.a. Diese werden bei den verschiedenen projektbezogenen Veranstaltungen an die Teilnehmer/innen verteilt, können aber auch per Internet bestellt werden.



Der »Free your Mind«– Mitmachparcours richtet sich an Schüler/innen der dritten Klassen der Mittelschulen sowie der ersten und zweiten Klassen der Ober-, Berufs- und Fachschulen. Der Parcours wird an der Schule abgehalten und dauert in etwa einen gesamten Vormittag. Er besteht aus einer Reihe sogenannter »Stationen«, in welchen neben dem Tabakkonsum auch der Konsum von Alkohol und der Umgang mit Risiko gemeinsam mit den Referent/inn/en diskutiert werden.

Zielsetzungen

Informationsvermittlung über die Wirkungen, Gefahren und Gesundheitsfolgen des Tabak- und Alkoholkonsums

Bewusstseinsbildung über die Zusammenhänge zwischen persönlichen Gefühlen, Risikoverhaltensweisen und dem Tabak- und Alkoholkonsum

Stärkung protektiver Faktoren – Bewusstheit über die eigenen Ressourcen

Ablauf und Moderation

Der Parcours wird von Referent/inn/en aus verschiedenen Arbeitsfeldern (Prävention, Basismedizin, Jugendarbeit, Schulpsychologie u. Ä.) angeleitet. Zur besseren Einbettung in den Schulalltag sind Vor- und Nachbereitung seitens der Schule vorgesehen.

Der Parcours wird in Zusammenarbeit mit den Schülern landesweit angeboten.



Das »Free your Mind«– Gruppenprogramm richtet sich an junge Menschen im Alter von 15 bis 20 Jahren und soll den Teilnehmer/inne/n helfen, ihren Tabakkonsum zu reduzieren oder ganz zu beenden. Der Kurs kann mit einer Gruppengröße von 8 – 10 Personen in unterschiedlichen Settings stattfinden: an der Schule wie auch in anderen Kontexten (Jugendtreffs bzw. -zentren, Schülerheime u. Ä.). Die Voraussetzung für eine Teilnahme sind Freiwilligkeit und die Bereitschaft, sich mit dem eigenen Tabakkonsum ernsthaft auseinanderzusetzen.

Zielsetzungen

Bewusstseinsbildung über persönliche Gründe und Motive des Tabakkonsums

Erhöhung der Veränderungsbereitschaft hinsichtlich einer Tabakreduktion oder Tabakabstinenz

Strategien, um die Tabakreduktion bzw. Tabakabstinenz erreichen zu können

Ablauf und Moderation

Es finden insgesamt sechs wöchentliche Treffen zu je 90 Minuten statt.

Die Kursleiter/innen, welche die einzelnen Kursmodule moderieren, kommen aus verschiedenen Arbeitsfeldern der Prävention, der Beratung sowie der Jugendarbeit.

Evaluation

Die Entwicklung und die Durchführung des Gruppenprogramms wurden von Beginn an wissenschaftlich begleitetevaluiert. Die jeweiligen Dokumente können von der Website www.free-your-mind.it heruntergeladen werden.



Das Gruppenprogramm

Weitere Informationen zur Durchführung und Anmeldung

Forum Prävention

Talfergasse 4
39100 Bozen
Tel. 0471 324 801
Fax 0471 940 220
info@forum-p.it
www.forum-p.it

Ein Projekt des Forum Prävention in Zusammenarbeit mit:



Finanziert und unterstützt von der:

