



**RAUSCH UND  
RISIKO**  
**Themenrundgang  
für Jugendliche  
und junge  
Erwachsene**

**akzent** prävention und  
suchttherapie

«Mir gefiel, dass wir konkrete Situationen durchgespielt haben.»

Ahmed, 15 Jahre

«Ich fand cool, dass uns nichts verboten wurde sondern gezeigt, wie Risiken verringert werden und was zu tun ist, wenn etwas schief läuft.»

Maya, 18 Jahre

«Interessant aufbereitet und die Jugendlichen dort abgeholt, wo sie stehen: So geht zeitgemässe Prävention.»

J. Wittwer, Lehrperson

«Spannend fand ich das Thema Gruppendruck und was er mit uns Menschen macht.»

Nina, 14 Jahre

«Das Thema ist sehr aus dem Leben gegriffen.»

Timo, 16 Jahre

«Über Rausch und Risiko habe ich mir vorher nie Gedanken gemacht. Ich nehme einiges mit und will auch mal mit meinen Kolleginnen darüber sprechen.»

Alexandra, 18 Jahre

# Liebe Lehrpersonen

Der Themenrundgang in der Stadt Luzern bietet Ihrer Klasse eine lebensnahe und altersgemässe Auseinandersetzung mit den Themen Rausch und Risiko.

Grenzen ausloten, mit Suchtmitteln oder anderen Rauscherfahrungen zu experimentieren, gehört bei vielen Jugendlichen dazu. Aber: Es kann auch schief gehen. Deshalb ist es wichtig, zu wissen, wie und wo man persönlich Grenzen definiert, wie Gefahren reduziert werden können oder was zu tun ist, wenn es kritisch wird.

An verschiedenen Stationen, moderiert von einer Fachperson, regen Fragen, Videos, Fallbeispiele und Begegnungen die Klasse zum Austausch und zur Auseinandersetzung an.

Eine Nachbereitung durch die Lehrperson vertieft die Eigenauseinandersetzung und festigt das Wissen bei den Jugendlichen. Dafür stellen wir Ihnen vielfältige Materialien zur Verfügung.



# Inhalt

## Die Teilnehmenden erhalten Wissen und werden angeregt, ihr Verhalten zu reflektieren.

Der Themenrundgang liefert Hintergrundinformationen und ermöglicht Jugendlichen und jungen Erwachsenen, sich eine Meinung zu bilden und eine Haltung zu entwickeln. Dadurch wird ihre Eigenverantwortung gestärkt.

Der Austausch unter Gleichaltrigen stärkt ihre Sozialkompetenz und animiert sie, auch zukünftig über diese Themen zu sprechen. Diskutiert werden Fragen wie:

- Wie stehe ich zum Risiko? Was schätze ich als riskant ein? Was nicht?
- Wie entstehen potenzielle Risikosituationen?
- Weshalb zeigen Menschen in Gruppen eine höhere Risikobereitschaft, als wenn sie alleine sind?
- Ist eine persönliche Entwicklung möglich, ohne die Komfortzone zu verlassen?
- Warum berauschen sich Menschen?
- An wen wende ich mich in herausfordernden Situationen?



# Durchführung

Die Inhalte werden klassenweise und altersgerecht vermittelt.

**INHALT** In der Sek. I (8. Klasse) stehen die Themen Gruppendynamik und Risikoverhalten im Zentrum, in der Sek. II Grenzerfahrung und Risikomanagement.

- ZIELE**
- Auseinandersetzung mit dem Thema Rausch und Risiko
  - Persönliche Risikobereitschaft abschätzen lernen
  - Sensibilisierung zu möglichen Risikosituationen
  - Wissen vermitteln zum Vorgehen in Notsituationen
  - Auseinandersetzung mit dem Phänomen des Gruppendrucks
  - Reflektion für sich und in der Gruppe anregen

**ORT** Ufshötti, Luzern

**DAUER** 2,5 Stunden (ohne An-/Rückreise)

**KOSTEN** CHF 150.-

Akzent Prävention und  
Suchttherapie  
Seidenhofstrasse 10  
6003 Luzern

Telefon 041 420 11 15

[info@akzent-luzern.ch](mailto:info@akzent-luzern.ch)  
[akzent-luzern.ch](http://akzent-luzern.ch)

Mit grosszügiger Unter-  
stützung von

- Sophie und Karl  
Binding Stiftung
- Josef Müller  
Stiftung Muri