



AKTIONSWOCHE
ALKOHOL
www.aktionswoche-alkohol.de

ALKOHOL?
WENIGER IST
BESSER!

Dokumentation

Die Idee der Aktionswoche Alkohol

Alkohol schadet mehr, als viele Menschen denken. Die Aktionswoche Alkohol informiert alle, die Alkohol trinken, über die Risiken – ohne erhobenen Zeigefinger. Und sie regt an, über den eigenen Konsum nachzudenken: Wie viel trinke ich eigentlich? Warum trinke ich Alkohol? Könnte ich für meine Gesundheit weniger trinken oder auf Alkohol verzichten?

Nüchtern betrachtet ist Alkohol ein Zellgift. Es kann bereits in geringen Mengen schädlich sein. Wenn zu häufig und zu viel Alkohol getrunken wird, dann schädigt er Organe, kann Krebs auslösen oder zum Schlaganfall führen. Und nicht zuletzt greift Alkohol Zellen im Gehirn an. Regelmäßiger Alkoholkonsum führt zur Gewöhnung und die Gefahr steigt, abhängig zu werden. Unter den psychischen und sozialen Folgen leiden die Angehörigen oft am stärksten. Mehr über Alkohol und seine Folgen erfährt man unter: www.aktionswoche-alkohol.de, Rubrik „Hintergrund“.

Aus all diesen Gründen lautete die Botschaft der 5. Aktionswoche Alkohol: „Weniger ist besser!“ Da im Jahr 2015 die Prävention am Arbeitsplatz und die Verkehrssicherheit stärker ins Blickfeld gerückt sind, kamen zwei Botschaften hinzu: „Alkohol? Nicht am Arbeitsplatz“ und „Alkohol? Nicht im Straßenverkehr“.

Mehr als 1.200 Veranstaltungen

Auch die 5. Aktionswoche Alkohol vom 13. bis 21. Juni 2015 lebte vom Engagement tausender Freiwilliger. Sie sind es, die in Fußgängerzonen Menschen ansprechen, Selbsttests verteilen und über risikoarmen Konsum

informieren. 68 Prozent der Veranstalter – häufig Selbsthilfegruppen gemeinsam mit Suchtberatungsstellen – bauten einen Informationsstand auf. 38 Prozent boten Mitmachaktionen an. So sah man von Aachen bis Zeven an Ständen und bei Veranstaltungen Menschen mit Rauschbrillen über einen Parcours torkeln, einen Alkoholquiz lösen, alkoholfreie Cocktails schlürfen und einen Selbsttest zur Überprüfung des eigenen Alkoholkonsums studieren.



Mit einer Rauschbrille sieht man doppelt – nicht unbedingt besser.
Quelle: ANregiomed Klinikum Ansbach

Über 1.200 Veranstaltungen in über 500 Orten waren für die Aktionswoche 2015 angemeldet. Stattgefunden haben weit mehr, denn viele Veranstalter haben sich einmalig registriert und mehrere Aktionen organisiert. Der Einfallsreichtum war wie immer groß. Beispielsweise baute die Caritas Mosel-Eifel-Hunsrück eine Mauer gegen Sucht. Das Netz für Prävention zeigte den Fußgängern in Würzburg auf einer riesigen Bodenzeitung provokante Aussagen zum Alkohol. Die Fachstelle Sucht in Singen stapelte 20 Kisten Bier, 20 Flaschen Wein und 5 Liter Spirituosen. So machte sie sichtbar, was jede und jeder Deutsche durchschnittlich pro Jahr trinkt. Es gab Hotlines, Kochkurse, Lesungen, Theaterstücke und in vielen Städten liefen Filme zum Thema.



Die „Suchtmauer“ Quelle: Caritasverband Mosel-Eifel-Hunsrück

„Alkohol? Nicht am Arbeitsplatz!“

Alkoholprävention im Betrieb – das war erneut ein großes Thema der Aktionswoche Alkohol 2015. So wandten sich 44 Prozent der Veranstaltungen an Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Betrieben. Die Caritas Suchtprävention im Kreis Olpe bot den örtlichen

Betrieben an, allen Mitarbeiter/-innen an jedem Tag der Aktionswoche eine E-Mail zum Thema Alkohol zuzusenden. 18 Betriebe, einschließlich aller Verwaltungen des Kreises, nahmen die Idee an. Etwa 7.300 Mitarbeitende bekamen eine Mail oder lasen sie am Schwarzen Brett. Auch andere Arbeitgeber schickten täglich Mails an alle Mitarbeitenden. Zahlreiche Firmen und Verwaltungen organisierten weitere Veranstaltungen.



Die Z-Card stieß auf reges Interesse

Quelle: Niedersächsischen Ministerium für Wirtschaft, Arbeit und Verkehr

Erstmals beteiligte sich der Arbeitskreis Gesundheitsfördernde Hochschulen mit 10 Universitäten und Fachhochschulen unter dem Motto: „Studieren mit klarem Kopf“. Dass ein klarer Kopf auch in Ausbildung und Schule gefragt ist, machten Projekte und Gespräche mit jungen Menschen klar. Im Kreuzgang des Bonner Münsters stellte die Fachstelle für Suchtprävention „update“ Kunstobjekte aus, die in Begegnungen von Schülerinnen und Schülern mit suchtkranken Erwachsenen entstanden sind. Rap Songs, Theater und Mitmachstationen wurden auf dem Königsplatz in Kassel angeboten: Das Projekt „Hart am Limit“ (HaLT) regte Jugendliche und ihre Eltern an, über Grenzen des Alkoholkonsums zu reden. Jugendliche der TABU-Arbeitsgruppe im Jugendrechtshaus Cottbus organisierten einen Stand auf dem Stadtfest und sprachen mit Bürgerinnen und Bürgern. Zuvor hatten sie ein Jahr lang mit vielen Aktionen Jugendliche über das Tabu-Thema Alkohol informiert und – in Absprache mit Polizei und Ordnungsamt – mehrfach Testkäufe in Verkaufsstellen durchgeführt.



Das HaLT-Projekt in der Kassler Innenstadt Quelle: Stadt Kassel



Aktionswoche Alkohol grenzenlos

Auch außerhalb Deutschlands wurde der Blick auf die Gefahren des Alkoholkonsums gelenkt. Und das ist gut so. Denn Europa ist weltweit Spitzenreiter im Alkoholkonsum.

Bereits zum dritten Mal fand in der Schweiz die Dialogwoche Alkohol statt, diesmal zur Frage: Wie viel ist zu viel? 230 Akteure der Alkoholprävention sowie Akteure aus Kultur, Sport, Sozialarbeit, Polizei und Bildung luden zu insgesamt 240 Veranstaltungen ein. Wer nicht direkt ins Gespräch kam, dem bot sich im Netz ein viersprachiges Online-Quiz zu Alkohol. www.alcohol-facts.ch

In Liechtenstein erschienen vom 13. bis 21. Juni täglich Fachartikel in den Tageszeitungen. Sie informierten über die Wirkung und die Risiken von Alkoholkonsum, räumten mit bekannten Mythen auf und luden zu Selbsttests im Internet ein. www.duseschtwia.li

Für 2017 haben weitere europäische Länder ihre Teilnahme angekündigt.

Materialien

Die Aktionswoche Alkohol hat ein neues Logo: Eine Hand über einem Glas, dazu das bekannte Motto „Alkohol? Weniger ist besser“! Das kam gut an. Rund 80 Prozent der Veranstalter gefällt das neue Logo gut bis sehr gut. Es prägte das Design der Z-Cards, Haftnotizblöcke und Buttons und war 2015 auch Plakatmotiv.

Die ohnehin stets sehr intensive Nachfrage nach Materialien war so groß wie nie zuvor. Der Versand lief reibungslos. Bewährt hat sich das Bestellformular im Internet.

Der Renner waren die Z-Cards. 600.000 Stück wurden geordert. Klein wie eine Scheckkarte, aufgefaltet größer als ein Briefbogen mit einem Selbsttest: 6 Fragen zum eigenen Alkoholkonsum, Informationen über problematischen Konsum und Hinweise auf risikoarmen Konsum. Auch eine Restauflage der Z-Card 2013 war schnell vergriffen. Sie beantwortet 10 häufig gestellte Fragen zum Alkoholkonsum, etwa „Hilft Alkohol gegen Stress?“.



13. JUNI – 21. JUNI

AKTIONSWOCHE
ALKOHOL 2015



Auf 16.000 Plakaten warben die Veranstalter für die Aktionswoche und ihre eigenen Veranstaltungen. Sie selbst konnten sich mit einem Button als Aktive ausweisen. Groß war die Auflage der begehrten Haftnotizblöcke. 85.000 Mal erinnern nun 50 Notizzettel pro Block im Alltag daran, dass weniger Alkohol besser ist. Sie liefern die dauerhafte Infoadresse gleich mit: www.aktionswoche-alkohol.de

Äußerst beliebt waren auch vertiefende Informationen. So bestellten die Veranstalter rund 142.000 Exemplare der Factsheets „Alkohol und gesundheitliche Risiken“, „Alkohol: Mythen und Meinungen“ und „Alkohol am Arbeitsplatz“. Sie liefern Fakten und Zahlen aus wissenschaftlich belegten Quellen.

Leicht verständlich und anschaulich gestaltet informierten die Faltblätter „Alkohol und Gesundheit – Weniger ist besser!“, „Alkohol am Arbeitsplatz“ und „Alkohol & Straßenverkehr“. Insgesamt wurden rund 100.000 Exemplare versandt.

Die 52 Seiten starke Broschüre „Alles O.K. mit Alkohol?“ wendet sich an alle, deren Alkoholkonsum riskant ist. Der Leitfaden regt an, sich mit dem eigenen Alkoholkonsum auseinanderzusetzen und erläutert Schritt für Schritt, wie es möglich ist, ihn zu verringern. Die Broschüre „Alkohol am Arbeitsplatz – Eine Praxishilfe für Führungskräfte“ erläutert auf 40 Seiten, wie Führungskräfte riskanten Alkoholkonsum erkennen und damit in der betrieblichen Praxis umgehen können. Die DHS und die Barmer GEK haben beide Broschüren gemeinsam herausgegeben. Zusammen wurden 50.000 Stück bestellt.

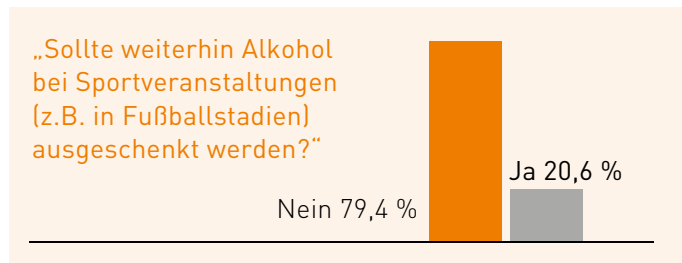
Nach der Aktionswoche ist vor der Aktionswoche. Z-Cards, Broschüren und Faltblätter können auch zwischen den Aktionswochen Alkohol für Aktionen weiterhin bei der DHS bestellt werden unter www.dhs.de (Rubrik Informationsmaterialien).

Aktionswoche im World Wide Web

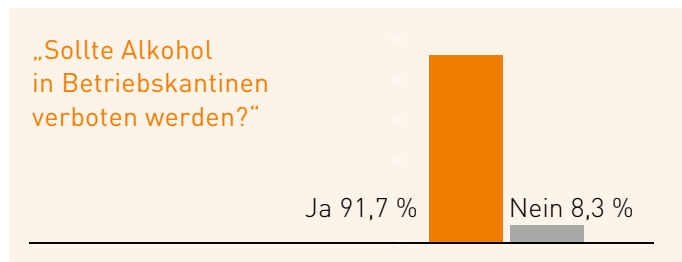
Für die Aktionswoche Alkohol 2015 wurden alle Web-Texte überarbeitet. Sie sind jetzt noch verständlicher und teilweise kürzer. Leserinnen und Leser finden hier Informationen zu allen Fragen rund um Alkohol und zahlreiche Tipps zum Umgang mit Alkoholproblemen. Über 150.000 Interessierte besuchten die Webseite. Insgesamt wurden rund 370.000 Einzelseiten aufgerufen.

Mit neuem Logo, Direktnavigation zu den wichtigsten Themen sowie einer Nachrichtenspalte wurde die Seite noch nutzerfreundlicher. Die Rückmeldung der Veranstalter war entsprechend: 82 Prozent finden die Seite übersichtlich bis sehr übersichtlich.

Prominent platziert war die Rubrik „Kurz nachgefragt“. Die meisten klickten bei der Frage:



Noch eindeutiger war das Votum bei der Frage:



Die Homepage der Aktionswoche Alkohol (www.aktionswoche-alkohol.de)

Doppelt so viele Facebook-Fans

Die Facebook-Seite hat seit 2013 kräftig zugelegt und bietet eine gute Ergänzung zur Homepage der Aktionswoche Alkohol: In Echtzeit werden Neuigkeiten verbreitet, geteilt und kommentiert. 760 Facebook-Fans sagen zur Aktionswoche Alkohol „Gefällt mir“. Das sind fast doppelt so viele wie nach der Aktionswoche 2013. Seit November 2014 stiegen die Zahlen stetig. Jeder DHS-Newsletter, jeder Link, den Veranstalter auf ihre Seiten gesetzt hatten, brachte neue Fans.

Die vielen verschiedenen Beiträge der Aktionswoche Alkohol auf Facebook wurden von Januar 2015 bis heute insgesamt weit über 350.000 Mal angezeigt.

Besonders erfolgreich war das Video „Nachtschlüssel“. Es wurde in den ersten acht Wochen nach der Veröffentlichung national und international weit über 46.000 Mal aufgerufen und fast 1.000 Mal geteilt oder mit „Gefällt mir“ markiert. Auch Broschüren, Materialien, Umfragen und Infos zur Aktionswoche fanden großen Anklang und wurden bei Facebook gerne und umgehend weiter verbreitet.



Die Facebook-Seite der Aktionswoche Alkohol (<https://de-de.facebook.com/aktionswochealkohol>)

Infoscreens

Das Video „Nachtschlüssel“ lief während der Aktionswoche auch auf öffentlichen Infoscreens in 19 Städten, darunter Berlin, Düsseldorf, Frankfurt am Main, Hamburg, Köln, München, Nürnberg. Er wurde in 256 U-Bahnstationen insgesamt 52.000 Mal gezeigt, zur Rush-Hour am Nachmittag und am Abend.



Aus dem Video „Nachtschlüssel“

Medien

Die DHS hat 81 Screenshots von Webseiten gesammelt – von Landesstellen für Suchtfragen, Präventionsstellen, Suchtberatungen, Selbsthilfeorganisationen, Hochschulen und mehr. Sie alle haben auf die Aktionswoche Alkohol mit Artikeln und dem Logo hingewiesen und direkt mit www.aktionswoche-alkohol.de verlinkt.

Europaweit twitterte Eurocare (European Alcohol Policy Alliance) einen Hinweis auf die Aktionswoche Alkohol 2015. Deutschlandweit berichteten das Deutsche Ärzteblatt, die Ärztezeitung, die Pharmazeutische Zeitung, die Mitgliederzeitschrift der Barmer GEK und der Deutsche Präventionstag. Landesweit erreichten die Landesstellen für Suchtfragen Artikel in großen Zeitungen sowie Beiträge und Interviews vor allem im öffentlich-rechtlichen Rundfunk BR, MDR, NDR und WDR.

Anlässlich der Aktionswoche wandten sich zwei neue Kooperationspartner an die Öffentlichkeit: Das Robert

Koch-Institut (RKI) veröffentlichte Zahlen und Trends zum Alkoholkonsum Jugendlicher in Deutschland. Die Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde (DGPPN) forderte gemeinsam mit der DHS Ärzte zu Kurzinterventionen und die Politik zu Steuererhöhungen für Alkohol auf.

Lokal berichtete die Presse über Infostände und Aktionen. In Lehrte regte die Fachstelle für Sucht- und Suchtprävention einen Lokalreporter an, den Rauschparcours auszuprobieren – und darüber ausführlich zu berichten. Nicht zuletzt wo Suchthilfe und Selbsthilfe gemeinsam Infostände organisiert hatten, kam die Presse gerne. So etwa in Wolfsburg, Dorsten und Schwäbisch Gmünd.



Quelle: Augsburgener Allgemeine



Quelle: Westfalienpost
Olpe, 21.05.2015



Quelle: Anzeiger Lehrte, 18.06.2015

Präventionspreis des DHS Fördervereins

Viele Kinder und Jugendliche verbringen einen Großteil ihrer Freizeit im Verein. Doch die Vereinswelt kann auch schädlich sein – vor allem, wenn der Umgang mit Alkohol allzu selbstverständlich in das Vereinsleben integriert ist. Der Berliner Sportverein Rot-Weiß Viktoria Mitte will es besser machen und hat seit der Gründung im Jahr 2008 den Schutz von Kindern und Jugendlichen in der Satzung verankert. Ganz ausdrücklich gibt es bei allen Veranstaltungen mit Kindern und Jugendlichen keinen Alkohol. Ob Training, Wettbewerbe, Vereinsfeiern – ohne Ausnahmen. Und das kommt gut an: Nicht nur die 2.500 Mitglieder des Sportvereins sind überzeugt vom Sinn ihrer Jugendschutzbestimmungen. Auch Gastmannschaften, Eltern und andere Besucher werden an allen Sportstätten zu Trainingszeiten und während Festen auf die bestehende Regelung angesprochen und geben eine positive Rückmeldung an die Verantwortlichen.

Für dieses Engagement wurde der Sportverein mit dem Präventionspreis des DHS Fördervereins ausgezeichnet. Das Preisgeld von 1.500 Euro wird in Roll-Ups und Banner investiert, die darauf aufmerksam machen, dass der Sportplatz für Kinder und Jugendliche eine alkoholfreie Zone ist. Und das regt auch die Erwachsenen an, den eigenen Konsum zu überdenken.

„Wir freuen uns sehr, einen solch konsequenten und im besten Sinne kompromisslosen Umgang mit Alkohol im Verein honorieren zu können“, sagte Wolfgang Rometsch, 1. Vorsitzender des Fördervereins der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen.



Rita Hornung (Mitte) vom DHS Förderverein überreichte den Scheck über 1500 Euro. Jugendleiter Elias Bouziane und Nathalie Sachau, Leiterin der Geschäftsstelle vom SV Rot-Weiß Victoria Mitte, werden es für Prävention einsetzen.

Kooperationspartner

In Kooperation mit den Gesundheitsministerien der Länder, Landesstellen für Suchtfragen, Landeszentralen für Gesundheit und regionalen Netzwerken der Suchthilfe und Suchtprävention.

Unterstützer

BARMER GEK

BARMER GEK
www.barmer-gek.de



Deutsche Rentenversicherung
Bund
www.driv-bund.de



Deutsche Gesetzliche
Unfallversicherung (DGUV)
www.dguv.de



Deutscher Verkehrssicher-
heitsrat (DVR)
www.dvr.de



Der DHS Förderverein
www.dhs-foerderverein.de



Bundesverband für stationäre
Suchtkrankenhilfe e. V.
www.suchthilfe.de

Diakonie 
Deutschland

Diakonie Deutschland –
Evangelischer Bundesverband
www.diakonie.de

STIFTUNG
BSW

Stiftung Bahn-Sozialwerk
(BSW)
www.bsw24.de



Medienhaus Lensing
www.lensingdruck.de



Z-CARD® Limited
www.zcard.de

Schirmherrschaft



Die Drogenbeauftragte
der Bundesregierung

Marlene Mortler
www.drogenbeauftragte.de

Konzept, Koordination, Materialentwicklung, Öffentlichkeitsarbeit



Deutsche Hauptstelle für
Suchtfragen e.V. (DHS)
www.dhs.de

Text: Gerlinde Geffers
Redaktion:
Dr. Raphael Gaßmann,
Christina Rummel