

NEWS

KEINE
MACHT DEN
DROGEN

aktuelle Informationen des
gemeinnützigen Fördervereins
KEINE MACHT DEN DROGEN

LETTER

www.kmdd.de

EDITORIAL



Immer wieder schreiben oder rufen uns besorgte Eltern, Erzieher und Übungsleiter oder Trainer an. Sie fühlen sich hilflos und überfordert, wenn es um das Thema Drogen geht. Häufigste Fragen dabei sind: Wie gefährlich sind Drogen wirklich? Wie erkenne ich, ob jemand Drogen nimmt und wie kann ich vorbeugen?

Oftmals scheuen sich Eltern bei familiären Suchtproblemen den Weg zu öffentlichen Beratungsstellen. Sie fürchten sich vor dem Gerede der anderen Leute, dass beispielsweise ein eventuell vorhandenes Suchtproblem ihres Kindes als Versagen in der Erziehung ausgelegt wird. Mit unserem „interaktiven Leitfaden zur Sucht- und Drogenprävention für Erwachsene“ möchten wir u. a. Eltern einen Weg ebnen, um sich umfassend über Sucht- und Drogenprävention zu informieren. Wir wollen Eltern und Multiplikatoren in der Jugendarbeit fit machen, ihnen die richtigen Argumente geben, damit sie ihren Kindern den besseren Weg aufzeigen können.

Apropos fit machen. Fit sein, heißt aktiv sein! Ob in der Schule, im Verein, in der Freizeit und im Urlaub – Abenteuer, Sport, Spiel und Spaß gehören einfach zusammen. Die Möglichkeiten heutzutage sind fast unbegrenzt. Klettern, Kanufahren, abends Grillen und unterm freien Sternenhimmel glücklich einschlafen – dieses unvergleichliche Erlebnis können jetzt Kinder und Jugendliche im ADVENTURE CAMP erleben. Einfach mitmachen bei unserem KEINE MACHT DEN DROGEN Gewinnspiel auf Seite 3! Viel Spaß wünscht

K. Diering

Kai Diering
Geschäftsführung
KEINE MACHT DEN DROGEN
Gemeinnütziger Förderverein e.V.

Aktiv werden und gemeinsam vorbeugen!

KEINE MACHT DEN DROGEN entwickelt einen Präventionsleitfaden – Ziel ist es, Erwachsenen und Multiplikatoren in der Jugendarbeit eine umfassende Hilfestellung für die Aufbereitung des wichtigen Themas Sucht- und Drogenprävention in Schulen, Vereinen und Betrieben in die Hand zu geben.

Mit einem „interaktiven Leitfaden zur Sucht- und Drogenprävention für Erwachsene“ möchte KEINE MACHT DEN DROGEN Antworten geben auf die grundlegenden Fragen: Was sind eigentlich Drogen? Wie gefährlich sind sie wirklich und was sind die Ursachen für Suchtverhalten? Diese Multimedia-Anwendung wird gemeinsam mit dem Kommissariat für verhaltensorientierte Prävention und Opferschutz (K 314) des Polizeipräsidiums München mit fachlicher Unterstützung der Präventionsstelle des Referats für Gesundheit und Umwelt der Stadt München und KEINE MACHT DEN DROGEN umgesetzt. Zielgruppen sind Eltern, Lehrer, Erzieher, Trainer, Ausbilder und alle in der Jugendarbeit Tätigen.

Sucht- und Gewaltprävention des Polizeipräsidiums München

Die Durchführung zielgruppenorientierter Maßnahmen der Sucht- und Gewaltprävention des Polizeipräsidiums München führte schon 1970 zur Institutionalisierung so genannter Jugendbeamten in den Münchener Polizeidienststellen. Die Aufgabe dieser Jugendbeamten besteht u. a. darin, unterstützende und ergänzende Aufklärungsarbeit z. B. in Schulen zu leisten. Ziel ist es, ein mögliches Abgleiten Minderjähriger in Kriminalität und Drogensucht zu verhindern.

Während sich die Präventionsarbeit der Polizei früher auf Drogenkunde, die Darstellung der polizeilichen Ermittlungstätigkeit und die Abschreckung von Drogenkonsum beschränkte, arbeiten die Jugendbeamten heutzutage partnerschaftlich mit Fachkräften aus anderen sozialen Bereichen zusammen. Dabei steht die Vermittlung von Lebenskompetenzen, wie Selbstvertrauensbildung sowie die Förderung der Kommunikations- und Konfliktfähigkeit im Mittelpunkt. Als eine sinnvolle Möglichkeit, mit den Jugendlichen in Dialog zu treten, stellt sich die Durchführung von Sportveranstaltungen in den jeweiligen Stadtteilen dar. Zur Koordinierung und Intensivierung dieser Maßnahmen wurde das Kommissariat für verhaltensorientierte Prävention und Opferschutz (K 314) eingerichtet. Seit 2003 unterstützen sich das Kommissariat und KEINE MACHT DEN DROGEN gegenseitig bei ihrer Präventionsarbeit.



Von links nach rechts: Nico Wite, Kriminaloberkommissar K 314, Prof. Knut Föckler, Vorsitzender des Fördervereins KEINE MACHT DEN DROGEN und Dieter Mutz, Kriminalhauptkommissar K 314 bei einer gemeinsamen Pressekonferenz in München

Aufklärung von Eltern und Ausbildung von Multiplikatoren

Eine wesentliche Aufgabe des Kommissariats 314 ist die Aus- und Fortbildung von Multiplikatoren. Dazu zählen in erster Linie natürlich die eigenen Jugendbeamten, aber auch alle Erwachsenen, die in irgendeiner Form mit Kindern und Jugendlichen zu tun haben, insbesondere Eltern, Lehrer, Erzieher, Trainer und Ausbilder. Hierzu werden z. B. Elternabende durchgeführt oder Fortbildungsangebote für Lehrer und Ausbilder in München gestaltet.

Das Konzept beinhaltet Erziehungstipps aus dem pädagogisch-psychologischen Bereich und Informationen aus wissenschaftlich-medizinischer Sicht. Thematisiert werden die legalen und illegalen Drogen und deren Bedeutung in der Gesellschaft, wie auch die nicht stoffgebundenen Süchte (u. a. Essstörungen, Computer- und Spielsucht). Anhand von alltäglichen Beispielen werden Entstehungsmuster von Suchtverhalten und deren Auswirkungen in der familiären Gemeinschaft, in Schule und Beruf dargestellt sowie Lösungsvorschläge (z. B. positive Erziehungspraktiken) aufgezeigt.

...Fortsetzung nächste Seite

Interaktiver Leitfaden zur Sucht- und Drogenprävention

Im Rahmen dieser langjährigen Aktivitäten des Kommissariats 314 zum Thema Sucht- und Drogenprävention, konnten hier in individuellen Beratungsgesprächen mit Eltern, bei Seminaren in Schulen und bei der Ausbildung in Unternehmen vielfältige Erfahrungen gesammelt werden. Dieses Wissen soll als Multimedia-Anwendung in Form einer CD-ROM der breiten Öffentlichkeit zur Verfügung gestellt werden. Gemeinsam mit dem verantwortlichen Kriminaloberkommissar, Herrn Nico Wite, und dem Leiter der Präventionsstelle des Referats für Gesundheit und Umwelt der Stadt München, Herrn Dipl. Psych. Axel Seifert, wurden Inhalte, Unterrichtshilfen und Seminarvorlagen erarbeitet, die veranschaulichen: Wo beginnt Prävention? Wo kann Prävention ansetzen und wie kann Prävention praktisch umgesetzt werden? Eltern, Lehrer, Ausbilder, Trainer und alle in der Jugendarbeit Tätigen erhalten mit

dieser CD-ROM eine umfassende Hilfestellung bei der Aufbereitung des wichtigen Themas Sucht- und Drogenprävention.

>>> Nico Wite, Kriminaloberkommissar K 314:



„Ich sehe im vorliegenden Projekt des „interaktiven Leitfadens zur Sucht- und Drogenprävention für Erwachsene“ eine ausgezeichnete und willkommene Ergänzung zu unserer bisherigen Präventionsarbeit. Er stellt eine umfassende Hilfestellung für die Multiplikationsarbeit in Schulen, Vereinen und Betrieben sowie anderen sozialen Einrichtungen dar. Aus meiner persönlichen Erfahrung weiß ich – und in unseren Anti-Gewalt-Kursen „zammgraut“ und „aufschaut“ hat sich dieses bestätigt

– Präventionsarbeit heißt, auf die Jugendlichen eingehen: Was bewegt sie? Wie reden, fühlen und denken sie? Weniger zuhören und mehr eigenes Handeln entsprechen den Bedürfnissen der Jugendlichen! Dann entwickeln sie eine größere Begeisterung für die Sache. Und wie das umgesetzt werden kann, wollen wir mit der CD-ROM aufzeigen.“ Kriminaloberkommissar Nico Wite beschäftigt sich seit über sieben Jahren im Rahmen seiner polizeilichen Arbeit mit Sucht- und Drogenprävention. Seit Gründung des Kommissariats 314 für Prävention und Opferschutz ist er Ansprechpartner für Sucht- und Drogenprävention im Bereich des Polizeipräsidiums München und verantwortlich für die Multiplikatorenausbildung und Fortbildung der Münchener Jugendbeamten.

Helfen Sie uns bei der Realisierung dieses Präventionsprojekts. Bisher konnten wir 20.000 Euro an Spenden sammeln. Unterstützen auch Sie uns mit einer Spende!

KEINE MACHT DEN DROGEN

Aktionen

aktuelles

duellen fußballerischen Fähigkeiten einer jeden Teilnehmerin.“, so Namensgeber und Initiator Ludwig Trifellner zur Philosophie der Akademie. Der ehemalige Torhüter des FC Bayern München und Talentsichter für Profi-Vereine wie dem Hamburger SV ist Inhaber der A-Trainer-Lizenz des Deutschen Fußball-Bundes und wird mit seiner herausragenden Fußballkompetenz für die qualitativ hochwertige Vermittlung des Gesamtkonzepts sorgen.

In Zusammenarbeit mit der Markenführungsagentur ProSC Branding Solutions wurde dieses Konzept speziell auf die Bedürfnisse der Nachwuchsförderung im Fußball ausgerichtet. Neuartig bei diesem Modell ist, dass man sich nicht nur auf das Fußballtraining beschränkt, sondern aufeinander aufbauende Module mit variierenden, den Fußball ergänzenden Inhalten für eine ganzheitliche Nachwuchsförderung anbietet. Dass dabei der Fußball nicht ausschließlich im Mittelpunkt steht, unterstreicht die Partnerschaft mit KEINE MACHT DEN DROGEN. Bei gezielten Events im Rahmen der verschiedenen Camps und an

Schulen werden Themen wie beispielsweise „Sport gegen Gewalt & Drogen!“ angesprochen, und dabei den Kindern und Jugendlichen konkrete Möglichkeiten einer sinnvollen sportlichen Freizeitgestaltung in ihrem Umfeld aufgezeigt.

Anmeldemöglichkeiten und weitere Informationen erhalten Interessierte unter www.trifellner-fussball-akademie.de oder Tel. 089/72 44 88 60



Fußballcamp für Mädchen

Spätestens seit dem Gewinn der Fußball-Weltmeisterschaft durch die deutsche Frauen-Nationalmannschaft im letzten Jahr ist Fußball keine reine Männerdomäne mehr. Vielmehr ist die Zahl der Mädchen stark angestiegen, die einmal so berühmt werden möchten wie die Nationalspielerinnen.

Mit der Gründung der Trifellner Fußball Akademie kann das eine oder andere Mädchen diesem Traum ein Stück näher kommen, denn zu den einzelnen Modulen der Akademie zählt u. a. ein Fußballcamp speziell für Mädchen. Dieses wird in Kooperation mit dem FFC Wacker München, einem reinen Frauenfußballclub und Aushängeschild für Nachwuchs- und Jugendarbeit in Deutschland, in die Praxis umgesetzt. Sowohl Anfängerinnen als auch Vereinsspielerinnen im Alter zwischen 6 und 16 Jahren haben durch die Teilnahme eine ausgezeichnete Chance, erste Erfahrungen im Fußball zu sammeln bzw. die eigenen fußballerischen Fähigkeiten weiter zu verbessern.



„Das Ziel des Trifellner Fußballcamps für Mädchen ist, den Spaß am Fußball zu fördern sowie die Teilnehmerinnen ganzheitlich zum Leistungssport hinzuführen. Oberste Priorität besitzt dabei die optimale Förderung der indivi-

Abenteuercamps nach kanadischem Vorbild



Erstmals können Jugendliche zwischen 11 und 15 Jahren Abenteuer pur wie in einem kanadischem Feriencamp in Deutschland erleben! CAMP ADVENTURE, das als Kooperationsprojekt verschiedener norddeutscher Vereine startete, bietet diese einzigartigen Jugendfreizeiten an. Das Angebot der Camps, die in einem Waldgebiet bei Neuburg an der Donau stattfinden, umfasst nicht nur Abenteuersport wie Kanufahren, Outdoor Training und Klettern, sondern auch Kreatives wie Schauspiel oder Basteln und abends Grillen am Lagerfeuer. Im Vordergrund steht natürlich bei allen Aktivitäten „Spaß pur in der freien Natur!“

Camp-Direktor Jan Vieth sammelte seine Erfahrungen über mehrere Sommer hinweg als Betreuer und Ausbilder in amerikanischen, australischen und kanadischen Camps. „In unserem Camp bringen wir unterschiedlichste Jugendliche durch sportliche Herausforderungen zusammen und bieten jedem Einzelnen in der Gruppe ein unglaubliches Erlebnis. Grenzen überwinden und erkennen, Abenteuer erleben, Spaß mit anderen, das alles gibt einen viel größeren Kick als Alkohol und sämtliche anderen Drogen. Denn wer schon einmal am Seil einen Naturfelsen bezwungen hat oder bei unserem 24 Stunden Hike nachts unter den Sternen schläft, weiß: es gibt nichts Besseres!“

Trikots4kids

Mit der Initiative „Trikots4kids“ möchte die Serviceagentur Krautwurst die Ausstattungssituation speziell im Nachwuchsbereich verbessern. Dabei sollen vor allem kleinere Sportvereine und Grundschulen mit eingeschränkten finanziellen Mitteln von dieser Aktion profitieren. Ziel ist es, die Begeisterung und Freude der Kinder am Sport zu wecken. Denn schließlich macht z. B. das Fußballspielen in einem schönen Trikot viel mehr Spaß!

Speziell Schülerabteilungen bzw. Grundschulklassen können einen Bambini-Trikotsatz zu äußerst günstigen Konditionen beziehen. Voraussetzung hierfür ist, dass sich der Verein bzw. die Schule verpflichtet, eine Veranstaltung in der Nachwuchsarbeit (z. B. Jugendturnier, Schulmeisterschaft, Schülercamp etc.) unter dem Motto KEINE MACHT DEN DROGEN durchzuführen. Für die Umsetzung dieser Aktionen stellt KEINE MACHT DEN DROGEN Organisationsleitfaden, Info- und Streumaterialien sowie leihweise Banner und Fahnen für die Vereine und Schulen zur Verfügung. Gemeinsam mit der Serviceagentur Krautwurst möchte KEINE MACHT DEN DROGEN mit der Aktion „Trikots4kids“ den Grundgedanken der Drogen- und Gewaltprävention verstärkt im Umfeld „Sportverein und Schule“ etablieren und den Spaß am Sport fördern. Interessierte Vereine und Schulen wenden sich bitte für weitere Informationen bzw. die Bestellung eines Trikotsatzes an www.trikots4kids.de oder an die kostenlose Hotline 0800/1 65 64 46.

KEINE MACHT DEN DROGEN

Aktionen

CAMP ADVENTURE steht für ein Gruppenerlebnis der besonderen Art und will jedem die Möglichkeit geben, dieses voll auszukosten. Natürlich besitzt neben dem Spaß auch die Sicherheit aller Teilnehmer höchste Priorität. Hierfür sorgen die fundiert ausgebildeten internationalen Betreuer, die eine mehrjährige Erfahrung mitbringen.

CAMP ADVENTURE steht für Abenteuer, Sport und Spaß! Also macht mit bei unserem Gewinnspiel und erlebt zusammen mit CAMP ADVENTURE und KEINE MACHT DEN DROGEN ein Stück Kanada mitten in Deutschland. Formuliert einen Slogan und beendet den Satz mit: „Adventure is...!“ und sendet ihn auf einer Postkarte an KEINE MACHT DEN DROGEN, Königstraße 23, 80539 München. Einsendeschluss ist der 31. März 2004.

Unter den besten Ideen werden die folgenden Preise verlost:

- 10 CAMP ADVENTURE Reisegutscheine im Wert von 50 EUR
- 2 CAMP ADVENTURE Fleecejacken
- 2 CAMP ADVENTURE Pullis
- 10 CAMP ADVENTURE Schlüsselbänder

Reisetermine:
06.07. - 20.07.2004
20.07. - 03.08.2004

Übrigens: Für Jugendliche zwischen 14 und 17 Jahren besteht die Möglichkeit, an einem rein englischsprachigen „Leadership Camp“ teilzunehmen. Und für ganz Abenteuerlustige bietet CAMP ADVENTURE im August eine vierwöchige Tour über den Yukon River in Kanada!

Mehr Infos zu allen Veranstaltungen finden Sie unter www.campadventure.de

Drogenprävention von Schülern für Schüler

Spannende Interaktion statt langweilige Belehrung, das ist das Ziel der von Schülern des Amos-Comenius-Gymnasiums in Bonn-Bad Godesberg mit entwickelten CD-ROM

Verfügung, die es Kindern und Jugendlichen auf spielerische Art und Weise ermöglicht, sich aktiv mit der Frage auseinander zu setzen: „Wie kann ich lernen, Nein zu Drogen zu sagen?“



„Drogenprävention interaktiv“. Drogenkonsum und Drogenschmuggel stehen im Mittelpunkt des Geschehens. Schülerinnen und Schüler klären einen Kriminalfall auf, der im Jugendmilieu spielt. Als Helfer eines Ermittlers sind sie dafür verantwortlich, Informationen zu beschaffen, um den Fall Schritt für Schritt zu lösen.

Mit dieser CD-ROM stellt KEINE MACHT DEN DROGEN eine spannende Multimedia-Anwendung zum Thema Drogenprävention zur

Und der Erfolg gibt uns Recht! Nachdem die erste Auflage in 2003 schnell vergriffen war, wird jetzt eine zweite produziert. Als weiteren Vertriebspartner – neben dem Sparkassen-Schulservice – konnten wir die Deutsche Angestellten Krankenkasse (DAK) für die Region Südbayern gewinnen. Sie wird die CD-ROM hier in ihre Aktion „Startklar – alles für den Erfolg“ einbinden. Weitere Informationen zur CD-ROM sowie Bestellmöglichkeiten finden Sie unter www.kmdd.de

Wieso, weshalb, WARUM? Wer nicht fragt, bleibt dumm!

„Co-Abhängigkeit...“

...bedeutet, Alkohol und Drogen beeinflussen nicht nur das Leben des Abhängigen, sondern ohne es zu wollen, werden dem Süchtigen nahestehende Personen – meist deren Familienangehörige und engste Freunde – zu Mit-Abhängigen der Sucht (lateinischer Ursprung con: mit). Sie leiden ebenfalls, weil sie miterleben müssen, wie der Suchtkranke sich und seine Gesundheit ruiniert. Das bedeutet, wenn man von Sucht und Abhängigkeit spricht, muss zwangsläufig der Begriff der Co-Abhängigkeit eine wichtige Rolle spielen. Eltern, Ehepartner und Kinder sowie engste Freunde reiben sich im Kampf gegen die Sucht auf. Sie wollen helfen, werden aber immer wieder enttäuscht. Denn meist sind all ihre Versuche, den Abhängigen von seinem Suchtmittel abzubringen zum Scheitern verurteilt. Auch ihnen kann dann, wie dem Süchtigen selbst, nur noch eine Beratung und Unterstützung von außen helfen.

In Deutschland leben etwa 2,5 Millionen Alkoholiker, die behandlungsbedürftig sind. Das bedeutet, dass in etwa jeder zehnten Familie ein Alkoholiker lebt und dass zwischen fünf und acht Millionen Ehepartner, Kinder oder Verwandte von der Trinksucht dieser Menschen betroffen sind. Rechnet man zudem mit rund 300.000 Konsumenten harter Drogen und 800.000 Medikamentensüchtigen, so haben noch einmal rund zwei bis drei Millionen Menschen mit einer Suchtkrankheit zu tun.

Viele Angehörige merken lange Zeit nicht, dass etwas nicht stimmt. Oft verschließen sie aber auch bewusst ihre Augen vor den auffälligen Verhaltensweisen und merkwürdigen Wesensänderungen. Vor allem fürchten sie sich vor dem Gerede der anderen Leute, decken den Suchtkranken nach außen und werden so regelrecht zu dessen Komplizen. Um ihm zu helfen und ihm unangenehme Situationen zu ersparen, gehen die Angehörigen auf die Launen des Abhängigen ein, passen ihr Leben dem Süchtigen an und stellen eigene Interessen zurück. Die Sorge um den Suchtkranken beherrscht schließlich das ganze Denken der Angehörigen. Mit ihrer gut gemeinten Hilfe erreichen sie aber genau das Gegenteil: sie bringen den Abhängigen nicht

Ich darf über die Suchtkrankheit mit anderen sprechen. Sucht ist eine Krankheit und kein persönlicher Makel.

Ich kann den Abhängigen nicht ändern und lasse ihn in Ruhe. Ich besorge ihm höchstens Informationen über Therapie- und Beratungsmöglichkeiten.

Ich muss nicht so stark sein, dass ich ohne fremde Hilfe klar komme.

von den Drogen los, sondern unterstützen vielmehr durch ihr „loyales“ Verhalten die Sucht und verlängern damit die Krankheit. Letztendlich geht es aber darum, den Suchtkranken mit der Realität seines Verhaltens und den negativen Konsequenzen zu konfrontieren. Er selbst muss dafür die Verantwortung übernehmen und von seiner Abhängigkeit loskommen wollen – und dies bedeutet für die Co-Abhängigen „Hilfe durch Nichthilfe“.

Hilfe bei Co-Abhängigkeit

- Scheue dich nicht, bei Suchtproblemen in deiner Familie dir vertraute Personen (z. B. Vertrauenslehrer, Schulpsychologen etc.) anzusprechen oder Beratungsstellen um Hilfe zu bitten. Denn oft ist es einfacher, sich an Außenstehende als an Verwandte zu wenden.
- „Hilfe durch Nichthilfe“ heißt nicht, den Suchtkranken im Stich zu lassen. Aber erst wenn der Leidensdruck beim Süchtigen groß genug ist, kann dies dazu führen, dass er selbst etwas ändern will. Denn den Schlüssel zur Abstinenz hat nur der Betroffene selbst in der Hand.
- Werde dir darüber klar, dass Sucht eine Krankheit ist, durch die der Abhängige oftmals die Kontrolle über sich verliert. Du bist weder Schuld an der Sucht, noch trägst du die Verantwortung dafür, was die süchtige Person macht.

LESER
FÜR
LESER

Unter „Wieso, weshalb, WARUM? Wer nicht fragt, bleibt dumm!“ werden wir in den folgenden Ausgaben des Newsletters weitere Aspekte zum Thema „Sucht und Drogen“ darstellen. Bei Fragen zum Thema schreibt einfach an KEINE MACHT DEN DROGEN, Königinstraße 23, 80539 München, oder per E-Mail an info@kmdd.de!

WAS KÖNNEN
SIE TUN?

Helfen Sie mit!

Schon mit relativ geringen Beträgen kann viel erreicht werden: Mit nur **50 €** können wir eine **Schulklasse** mit umfangreichem Aufklärungs- und Informationsmaterial sowie unserer CD-ROM „Drogenprävention interaktiv“ ausstatten.

Oder für **100 €** erhält eine **Sportmannschaft** einen Elfer-Satz unserer begehrten **KEINE MACHT DEN DROGEN**-T-Shirts und Aufnäher sowie natürlich ausführliche Aufklärungsmaterialien.

Spendenkonto Nr. 640 666 666 0
Bay. Hypo- und Vereinsbank
BLZ 700 202 70

Verwendungszweck:
Schulklasse oder Sportmannschaft

Spenden sind steuerlich absetzbar.

Weitere Informationen erhalten Sie bei:

KEINE MACHT DEN DROGEN
Gemeinnütziger Förderverein e. V.
Königinstraße 23
80539 München
Tel.: (089) 29 19 33-5
Fax: (089) 29 19 33-99
E-Mail: info@kmdd.de
Internet: www.kmdd.de

Impressum

1. Ausgabe 2004
Herausgeber:
KEINE MACHT DEN DROGEN
Gemeinnütziger Förderverein e. V.

Redaktion:
Kai Diering
Eva Klockau
Stefanie Mitesser
Katja Nill
Thomas Wallewein

Gestaltung:
abold GmbH, München
Auflage: 15.000