



aktuelle Informationen des
gemeinnützigen Fördervereins
KEINE MACHT DEN DROGEN

LETTER

www.kmdd.de

EDITORIAL



Alters- und körperangemessene Bewegung gilt als eine der wichtigsten Grundvoraussetzungen für eine positive gesundheitliche Entwicklung von Kindern und Jugendlichen, im besten Fall beugt sich auch späterem Suchtverhalten vor (s. a. letzte Seite).

Entgegen vieler Schlagzeilen, sind die Heranwachsenden heute nicht „fauler“ als vor zwanzig Jahren. Aktuelle Studien zeigen: „... dass Kinder noch immer die Bewegung im Freien favorisieren“ (Sporthochschule Köln) und „Bis zum Alter von zwölf Jahren bewegen sich Kinder gern.“, so der Karlsruher Sportprofessor Klaus Bös.

Dieser „Lust“ an der Bewegung wird leider meist zu früh ein Ende gesetzt, da sich das Angebot – gerade auch im Hinblick auf den Schulsport – immer noch zu wenig an den Bewegungsspielen und Sportarten orientiert, die Kinder freiwillig betreiben und die ihnen auch Spaß machen. Über ein interessantes und spannenderes Bewegungsangebot können hier Anreize geschaffen werden, dass Kinder und Jugendliche neugierig und in ihrer Freizeit sportlich aktiver werden. Bei dieser Aufgabe möchte KEINE MACHT DEN DROGEN die Schulen und Vereine zukünftig noch mehr unterstützen. Wir wollen der Langeweile bei Kindern und Jugendlichen keinen Platz geben!

Ihr



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

Aktive Freizeitgestaltung kontra Langeweile

Das Einstiegsalter beim Konsum von Alkohol und illegalen Drogen sinkt seit Jahren kontinuierlich. Bei der Frage nach dem Warum zeigt sich eine einfache, dafür aber umso erschreckendere Ursache: Langeweile!

Egal ob Mädchen oder Junge, die erste Zigarette wird heutzutage mit knapp 12 Jahren geraucht, der erste Alkoholvollrausch folgt ein Jahr später und im Alter von 16 wird der erste Joint probiert. Die Erfahrungen aus Gesprächen mit den Heranwachsenden zeigen dabei hauptsächlich eine ganz banale Ursache: Langeweile!

Passend dazu stellte eine Karlsruher Studie fest, dass Schülerinnen und Schüler im Alter von acht bis 14 Jahren sich täglich gerade mal eine Stunde im Rahmen ihrer Alltagsmotorik bewegen, und davon maximal nur 15 Minuten sportlich intensiv! So gewöhnen sich Kinder in unserer heutigen Gesellschaft schnell an eine passive Freizeitgestaltung. „Action“ gibt es nur noch vorm Fernseher oder Computer. Wird ihnen hierüber nichts Neues vorgesetzt, sind sie schnell gelangweilt. Und diese Langeweile geht dann oftmals Hand in Hand mit dem Konsum von Alkohol und Drogen.

Eine aktive Freizeitgestaltung ist gefordert

Suchtvorbeugung heißt für KEINE MACHT DEN DROGEN Aufklärung und Information über die Gefährlichkeit von Drogen verbunden mit der Vermittlung von Lebenskompetenzen. Sie greift aber zu kurz, wenn sie nicht gleichzeitig Kindern und Jugendlichen Möglichkeiten einer aktiven Freizeitgestaltung in Sport, Musik und vielem mehr aufzeigt und bietet. Denn hier lernen Kinder, Realität selbst zu begreifen, haben sie eigene Erfolgserlebnisse und können sich zu einer selbstbewussten und starken Persönlichkeit entfalten.

Gerade auch im Hinblick auf die Ausgestaltung von sinnvollen Freizeitaktivitäten für Kinder und Jugendliche engagiert sich der Förderverein KEINE MACHT DEN DROGEN in den verschiedensten Aktionen. Wir rufen Projekte ins Leben, unterstützen und beraten Schulen, Vereine und private Initiativen bei der Durchführung von

Präventionsveranstaltungen. So zum Beispiel mit unseren Aktionen „**Benefizlauf**“ und „**Benefizbox**“, die als „Hilfe zur Selbsthilfe“ Finanzierungsquellen für wichtige Präventionsprojekte bieten, oder mit unserer „**Pausenbox**“, mit der wir ab 2005 Kindergärten und Schulen kostengünstig eine vielfältige Auswahl an Spiel- und Sportgeräten für eine aktive Pausengestaltung zur Verfügung stellen werden.

Präventionsarbeit muss stärker vernetzt werden

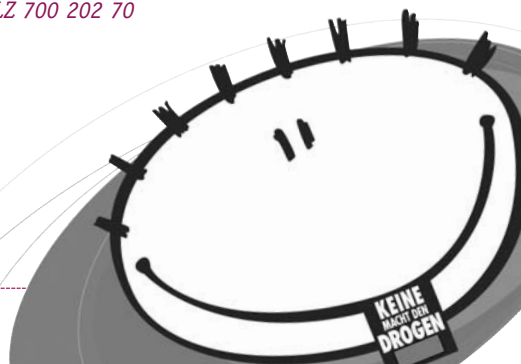
Um aber dem Ziel näher zu kommen, möglichst allen Kindern und Jugendlichen ein Umfeld bieten zu können, das Spiel, Spaß und Gesundheit miteinander verbindet, müssen die vielfältigen Präventionskonzepte und -programme noch stärker mit einander verknüpft werden. Wichtig ist hier eine noch engere Zusammenarbeit zwischen Schulen und (Sport)Vereinen – beispielsweise im Rahmen von Ganztagschulen.

Aber auch jeder Einzelne sollte Verantwortung übernehmen und sich in seinem Wirkungskreis engagieren. Erzeugen Sie Bewegung und wecken Sie Kreativität. Haben Sie gemeinsam mit Ihren Kindern Spaß. Helfen Sie mit und lassen Sie uns gemeinsam daran arbeiten, das so wichtige soziale Umfeld von Kindern drogenfrei zu halten.

Helfen Sie uns mit Ihrer Spende und unterstützen Sie unsere Präventionsarbeit.

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

Infos: www.benefizlauf.de, www.benefizbox.de, www.pausenbox.de

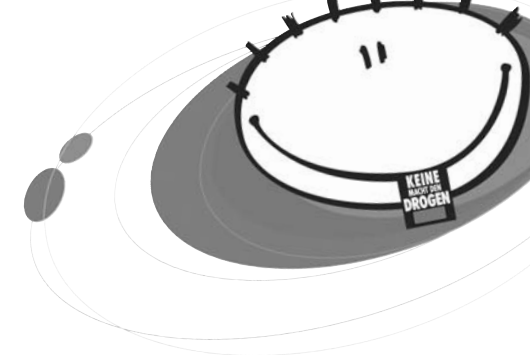


KEINE MACHT DEN DROGEN

KEINE MACHT DEN DROGEN

Aktionen

Aktuelles



Extracool statt extrabreit

KEINE MACHT DEN DROGEN will Kindern und Jugendlichen zeigen: Was macht dich fit und was fördert dich im Leben? Mit anderen Worten: Um Spaß zu haben, brauchst du keine Drogen. Nein, ganz im Gegenteil: sie können Dir sogar den Spaß verderben. Mit den drei quirligen Zeichentrickfiguren **Junior, Jaz und Jane** des JUNIOR-Kanals und mit freundlicher Unterstützung der EM.TV AG startet der Förderverein KEINE MACHT DEN DROGEN jetzt eine Anzeigenkampagne in Printmedien. Darin zeigen Junior, Jaz und Jane den Kids mit klaren Slogans wie „**Extracool statt extrabreit**“ oder „**Fantasy statt Ecstasy**“, dass es durchaus „cool“ ist, Nein zu Alkohol und Drogen zu sagen.

land über die Abo-TV-Plattform Premiere ausgestrahlt wird. Diese für den Kanal so charakteristischen Programmelemente bestehen aus 30-sekündigen Spots, die zwischen den einzelnen Serien und Spielfilmen eingesetzt werden, sozusagen als Bindeglied fungieren. Hauptdarsteller dieser kurzen Sketche sind die drei Zeichentrickfiguren Junior, Jaz und Jane. Der 13-jährige Junior ist ein Sportcrack, für den **Langeweile ein Fremdwort ist**. Stets an seiner Seite sind sein gleichaltriger Freund Jaz, ein begeisterter Rapper, und seine jüngere clevere Schwester Jane, die ganz genau weiß, wie sie sich gegen die Jungs durchsetzen kann. Mit viel Situationskomik und Wortwitz erzählen die drei Junior-Stars lustige und spannende Geschichten aus dem Alltag drei- bis 13-jähriger Kids.

„Benefizbox – Leere Toner voller Aktion!“

Allein in Deutschland enden von den über **100 Millionen** leeren Toner- und Tintenkartuschen für Drucker, Faxgeräte und Kopierer fast 80 % im Restmüll. Doch Tonerkartuschen und Tintenpatronen sind kein Abfall! Technisch ist es schon seit langem möglich, diese wieder zu befüllen und erneut zu verwenden. Aber eben nur dann, wenn sie gesammelt werden und nicht einfach achtlos im Müll verschwinden. KEINE MACHT DEN DROGEN ruft jetzt zum Sammeln auf und stellt **kostenlose Sammelboxen** zur Verfügung!

Mit dem Sammeln leisten Sie nicht nur einen großen Beitrag zum Umweltschutz. Ihr Engagement im Rahmen unserer Initiative „**Leere Toner voller Aktion**“ unterstützt zudem aktiv unsere Drogenpräventionsarbeit an Schulen. Denn von jeder gesammelten Kartusche fließt dem gemeinnützigen Förderverein KEINE MACHT DEN DROGEN ein Betrag zu, der speziell für Schulprojekte eingesetzt wird. Das ist nicht nur für die Umwelt gut, sondern auch für die Zukunft unserer Kinder und Jugendlichen. **Unterstützen Sie dieses Ziel durch Ihre Teilnahme!**

Weitere Infos unter www.benefizbox.de



„Pausenbox - Spiel und Spaß für zwischendurch!“



Bewegungsmangel ist bei vielen Kindern und Jugendlichen die Ursache für Übergewicht, Koordinationsschwierigkeiten und Haltungsschäden. Eine verstärkte Integration von **Bewegungsangeboten** in den Kindergarten- bzw. Schulalltag kann für eine positive gesunde Entwicklung der Kinder sorgen und den vermehrt festgestellten Defiziten im körperlichen und sozialen Bereich entgegen wirken.

Und genau das ist das Ziel unserer Initiative „**Spiel und Spaß für zwischendurch**“.

KEINE MACHT DEN DROGEN will mehr Bewegung in den überwiegend sitzenden (Schul)Alltag unserer Kinder und Jugendlichen bringen. Denn eine **aktive Pausengestaltung** fördert nicht nur die Schulfreude, sie trägt auch zu einer entspannten Lernatmosphäre bei und leistet einen wichtigen Beitrag in der Erziehung zur Gemeinschaftsfähigkeit. Schülerinnen und Schüler, die ihre Bewegungsbedürfnisse in der Pause befriedigen können, sind im nachfolgenden Unterricht konzentrierter, ausgeglichener und motivierter.

Die KEINE MACHT DEN DROGEN Pausenboxen wurden zusammen mit erfahrenen Praktikern entwickelt und mit vielfältigen Sportgeräten von unserem Partner ERHARD-SPORT bestückt. Es gibt sie in **2 Ausführungen**: Einmal für Kinder im Kindergarten- und Grundschulalter **bis 8 Jahre** und für Schulen mit Kindern und Jugendlichen **ab 8 Jahren**. Lieferbar sind die KEINE MACHT DEN DROGEN Pausenboxen in den beiden Ausführungen ab Januar 2005.

Weitere Infos ab Dezember unter www.pausenbox.de

Olympiasiegerin Anke Kühn unterstützt KEINE MACHT DEN DROGEN

Bei den Spielen in Athen wurde Anke Kühn **Hockey-Olympiasiegerin**. Ende Oktober erhielt sie neben Tennisstar Roger Federer und Spitzenschwimmer Pieter van den Hoogenband in Lausanne den „European SportStar Award 2004“ verliehen. Ein Preis, der an alle Athleten geht, die sich im Zeichen des olympischen Gedankens besonders verdient gemacht haben. Und ab sofort unterstützt die angehende Grundschullehrerin den Förderverein KEINE MACHT DEN DROGEN als Botschafterin. Passend zu unserem Slogan „**Wir wollen dir zeigen: Was macht dich fit und was fördert dich im Leben.**“ wird Anke Kühn an Schulen im direkten Kontakt Schülerinnen und Schülern über die Gefahren von Alkohol- und Drogenmissbrauch aufklären.



Anke Kühn: „Mir macht es einfach unheimlich viel Spaß mit Kindern zusammenzuarbeiten, ihnen zu zeigen, dass Sport, Spiel und Spaß zusammengehören. Und dass Alkohol und Drogen hier nichts zu suchen haben, ist doch klar!“

Weitere Infos unter www.anke-kuehn.de

„Geburtstagsspende“ zugunsten KEINE MACHT DEN DROGEN

Am 4. September 2004 feierten im Ehrengastbereich des Münchner Olympiastadions **Fedor Radmann** zusammen mit **Ehefrau Michaela** in ihren 60. beziehungsweise 33. Geburtstag hinein. Über 150 geladene Gäste, darunter Gratulanten aus Sport, Politik und Kultur wie Franz Beckenbauer und Günter Netzer, Innenminister Otto Schily und die bayerische Kultusministerin Monika Hohlmeier sowie der Künstler André Heller würdigten besonders die Leistungen Fedor Radmanns als Berater des Organisationskomitees der Fußball-Weltmeisterschaft 2006 und als Beauftragter für Kunst und Kultur.



Im Rahmen ihrer gemeinsamen Geburtstagsfeier freute sich das Paar vor allem über Spenden zugunsten des Fördervereins KEINE MACHT DEN DROGEN. So konnte am Ende ein Spendenbetrag von über 7.500 Euro für Präventionsprojekte gesammelt werden. **Wir danken allen Spendern und besonders dem Ehepaar Radmann ganz herzlich für ihre großartige Unterstützung!**

Kompetenzcenter fussballschulen.com



Der Markt an Fußballschulen und „privaten“ Fußballcamps weist in den letzten zehn Jahren enorme Wachstumsraten auf. In Deutschland allein gibt es bereits über 150 davon und der Boom ist weiterhin ungebrochen. Als Kompetenzcenter für Fußballschulen, möchte **fussballschulen.com** das Angebot bündeln sowie mit dazu beitragen, die Qualität in den Fußballschulen weiter auszubauen. So ist es jetzt für Interessierte einfacher mit wenigen „Klicks“ das passende „Wunsch-Fußballcamp“ zu finden. Darüber hinaus wird im „CampBedarf“ alles angeboten, was zur Durchführung von Fußballcamps benötigt wird.

Ergänzend zum Programm „rund um den Fußball“ wird der Förderverein KEINE MACHT DEN DROGEN – als Kooperationspartner von fussballschulen.com – Informations- und Aufklärungsmaterialien zur Verfügung stellen, um das Thema „Drogen- und Gewaltprävention“ verstärkt auch in den Fußballschulen zu kommunizieren.

Weitere Infos unter www.fussballschulen.com



Projekt PrInt – Prävention und Integration

Ziel des Projekts „Prävention und Integration“ (kurz PrInt), das vom Landkreis Lüneburg initiiert wurde und durch das Albert-Schweitzer-Familienwerk e. V. koordiniert wird, ist: „... durch lokale Präventions- und Integrationskonzepte eine gezielte Verbesserung der Entwicklungsmöglichkeiten gefährdeter junger Menschen und damit ihre gesellschaftliche Integration zu erreichen.“

Durch großes persönliches Engagement und einer gezielten **Vernetzung von Schul- und Vereinssportaktivitäten** wurde hier über das Medium „Sport“ ein für Kinder und Jugendliche attraktives Freizeitangebot geschaffen. Als Weiterentwicklung aus dem Mitternachts-sport hervorgegangen, gründete das Projekt 2003 eine offene und für Kinder und Jugendliche kostenlose Basketball AG. Und weil diese bei den Jugendlichen so gut ankam, entstand ein Jahr später aus dem „Basketballteam 2004“ eine eigene Basketballabteilung des ortsansässigen Sportvereins.



Unterstützt wurde das Projekt „**Basketballteam 2004**“ dabei finanziell von der Aktion Mensch

„5.000xZukunft“ und materiell durch den Förderverein KEINE MACHT DEN DROGEN. Mittlerweile erhält das Projekt PrInt Anfragen vieler Schulen. So wird bereits jetzt eine **weitere Basketball AG** für eine Ganztagschule angeboten und in 2005 soll ein Basketballprojekt für Mädchen angeboten werden.

Weitere Infos zum Projekt erhalten Sie unter Tel.: 05852 / 951311

KEINE MACHT DEN DROGEN

Wieso, weshalb, WARUM?

Sportliche Bewegung ...

... ist eine wichtige Grundvoraussetzung, um eine positive gesundheitliche Entwicklung bei Kindern und Jugendlichen zu gewährleisten. So reguliert Bewegung einerseits die **Nahrungsaufnahme** und den Kalorienverbrauch, andererseits trägt sie aber auch zum Abbau von **Stress**, inneren Spannungen und Aggressionen bei. Eine **alters- und körperangemessene Bewegung** wirkt dementsprechend den verstärkt festgestellten Defiziten im körperlichen Bereich (z. B. Übergewicht, Koordinations-schwierigkeiten und Haltungsschäden) und im sozialen Bereich (z. B. Gemeinschafts-fähigkeit) entgegen und **beugt dadurch späte-rem Suchtverhalten vor**. Sie wird als der „Motor“ für die gesamte körperliche, psychische und soziale Entwicklung der Heranwachsenden angesehen.

Aktuelle Studien zeigen, „dass Kinder noch immer die Bewegung im Freien favorisieren“ (Sporthochschule Köln). „Bis zum Alter von zwölf Jahren bewegen sich Kinder gern. Wir brauchen daher in dieser entwicklungs-sensiblen Phase bes-seren Unterricht,“ so der Karlsruher Sportprofes-sor Klaus Bös. Und der Sportwissenschaftler



Werner Schmidt (Essen) meint: „Erst ab etwa acht Stunden (sportlicher) Bewegung pro Woche kann von nachhaltigen Auswirkungen der Bewegung auf die jugendliche Gesundheit gesprochen werden.“

Neue Konzepte der Gesundheitsförderung setzen aus diesen Gründen auf die Akzeptanz des kindlichen Bewegungsdrangs, auf eine lebendige Förderung von Aktivität und handeln-der Tätigkeit mit zugleich altersange-messener psychi-scher Herausforde-rung von Kreativität und Selbstbeaup-tung. Denn bewegte Kinder begreifen schneller, sind konzentrierter und entspannter.

Als Konsequenz aus diesen Erkenntnissen ergibt sich für **Kindergärten, Schulen, und (Sport)Vereine**, aber auch für die familiäre Freizeitgestaltung, dass sie sich an Bewegungs-spielen und Sportarten orientieren sollten, die Kinder freiwillig betreiben. **Ziel ist es:** den Her-anwachsenden nicht nur organisierte Bewegungs-spiele anzubieten, bei denen der Leistungsgedan-ke im Vordergrund steht, sondern ihnen ein nachhaltiges und abenteuerliches Freispiel zu ermöglichen, das bewegt und vor allem Spaß macht!



Der **Bewegungsmangel** hängt zusammen mit:

- den wenigen räumlichen Möglichkeiten des freien und offenen Spielens;
- den veränderten häuslichen Lebensbedingungen mit einer starken Konzentration des Familien-lebens auf die Wohnung (Fernsehen, Computer etc.) sowie der Motorisierung der Familien-haushalte;
- der teilweise übervorsichtigen und ängstlichen Haltung der Eltern, die Kindern nicht den Freiraum für die selbständige Erkundung der Umwelt lassen.

Das **Ernährungsverhalten** hängt zusammen:

- mit der Umstellung des Lebensrhythmus der Familien. Nur noch etwa in der Hälfte der Haushalte wird regelmäßig gekocht und gemeinsam gegessen;
- mit der unregelmäßigen, nicht auf den Biorhythmus der Kinder abgestimmten Nahrungsaufnahme und einer unausgewogenen Kombination der Nahrungsbestandteile.

LESER
FÜR
LESER

Unter „Wieso, weshalb, WARUM?“ werden wir in den folgenden Aus-gaben 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 **Sport-mannschaft** einen Elfer-Satz unserer begehrten KEINE MACHT DEN DROGEN-T-Shirts und Aufnäher sowie natürlich ausführliche Aufklä-rungsmaterialien.

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

4. Ausgabe 2004

Herausgeber:
KEINE MACHT DEN DROGEN
Gemeinnütziger Förderverein e. V.

Redaktion:
Claudia Boye
Kai Diering
Eva Klockau
Thomas Wallewein

Gestaltung:
abold GmbH, München

Auflage: 20.000