

**Die Partner der Landesinitiative
„Leben ohne Qualm“ in NRW sind:**

AOK Rheinland, AOK Westfalen-Lippe,
BKK-Landesverband NRW, Bundesknappschaft,
Deutsche Krebshilfe, Gemeindeunfallversi-
cherungsverband Westfalen-Lippe, IKK-Landes-
verband Nordrhein, Vereinte IKK/IKK- West-
falen-Lippe, Kassenärztliche Vereinigungen
Nordrhein und Westfalen-Lippe, Landwirt-
schaftliche Krankenkasse Nordrhein-Westfalen,
Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Sozia-
les NRW, Ministerium für Schule NRW, Rheini-
scher Gemeindeunfallversicherungsverband,
VdAK / AEV Nordrhein und Westfalen-Lippe.
Weitere Partner: Ärztekammern Nordrhein
und Westfalen-Lippe, Deutscher Städtetag
NRW, Landesinstitut für den öffentlichen
Gesundheitsdienst NRW, Landkreistag NRW.

Impressum:

Diese Broschüre wurde herausgegeben von
ginko
Landeskoordinierungsstelle für
Suchtvorbeugung NRW
Kaiserstr. 90
45468 Mülheim an der Ruhr
Fon: 0208/30069-31
Fax: 0208/30069-49
E-Mail: info@ginko-ev.de

Weitere Infos
im Internet:
www.loq.de

Gestaltung:

bild-werk, Agentur für
Kommunikation GmbH, Dortmund

Fotos:

bild-werk/G.P. Müller



Aufhör'n



Stecken lassen



Nase voll



Schnauze voll

Rauchfreie Schule

Ein Programm in fünf Schritten

Landesinitiative in NRW



Landesinitiative: „Leben ohne Qualm“ in NRW

Schulische Maßnahmen zur Tabakprävention gelten als besonders geeignet, um gesundheitlichen Risiken und Suchtgefährdungen durch den Tabakkonsum vorzubeugen. So ist das mit dem neuen Schulgesetz eingeführte Rauchverbot an Schulen eine wichtige Maßnahme, um das Rauchverhalten der Schüler/innen und Lehrkräfte zu beeinflussen.



Erfahrungen zeigen allerdings, dass ein Verbot erst dann nachhaltig wirksam ist, wenn es in ein Gesamtkonzept von Präventionsmaßnahmen eingebunden ist. Die Schule ist sowohl für Kinder und Jugendliche als auch für Lehrkräfte und andere Beschäftigte ein bedeutsamer Lern-, Arbeits- und Erfahrungsort. Die Schule ist neben dem Elternhaus aber auch ein Ort, an dem Kindern und Jugendlichen der Konsum von Tabakprodukten bzw. der Umgang damit vorgelebt wird.



Vier Millionen Menschen in Nordrhein-Westfalen rauchen. Der Tabakkonsum birgt neben den bekannten Gesundheitsrisiken ein Suchtpotenzial, das lange Zeit unterschätzt wurde. Wer früh mit dem Rauchen anfängt, entwickelt leichter eine Abhängigkeit und ist zudem gefährdeter, auch andere Suchtstoffe wie Alkohol und Cannabis zu konsumieren. Bereits im Kindesalter wird das spätere Verhalten gegenüber dem Tabakkonsum beeinflusst. Der Griff zur ersten Zigarette wird von sozialen Normen, dem Verhalten von Vorbildern und vor allem durch „Gruppendruck“ geprägt und gefördert.

Mit der vorliegenden Broschüre möchte die Landesinitiative „Leben ohne Qualm“ Schulen dabei unterstützen, wirksame Strategien für eine rauchfreie Schule zu entwickeln.



Tabakprävention: Schulen werden unterstützt

Die Umsetzung einzelner Projekte und Maßnahmen zur Förderung des Nichtrauchens sind ein guter Anfang auf dem Weg zur Rauchfreiheit an Schulen. Aus fachlicher Sicht empfiehlt es sich, die verschiedenen Elemente so aufeinander abzustimmen, dass ein sinnvolles „Gesamtkonzept“ entsteht. Eine modellhafte Befragung von weiterführenden Schulen zeigte, dass viele Schulen bereit sind, das Nichtrauchen von Schüler/innen und Lehrkräften stärker zu fördern. Die Umsetzung von Konzepten stellt für viele Schulen eine große Herausforderung dar: Engagement, Überzeugungsarbeit und Geduld sind gefragt.



Das Programm in fünf Schritten der Landesinitiative „Leben ohne Qualm“ bietet Unterstützung bei der Entwicklung und Umsetzung eines individuellen schulischen Tabakpräventionskonzeptes durch abgestimmte Informations- und Beratungsangebote.

Jugendliche: Erwachsene sind Vorbilder



Warum rauchen Jugendliche eigentlich? Rauchen kann für junge Menschen wichtige Signal-Funktionen haben:

- Hey, ich bin erwachsen!
- Ich gehöre zu einer bestimmten Gruppe!
- Ich habe meinen eigenen Lebensstil: Ich rauche!
- Ich bin „cool“ und lässig und habe meine Stimmungen im Griff!
- Ich bin schlank und attraktiv! (Gilt besonders bei Mädchen).

Das Tabakrauchen wird vielen Kindern und Jugendlichen im schulischen Umfeld vorgelebt. Dabei übt die Gruppe der Gleichaltrigen einen bedeutenden Einfluss aus.

- Bereits in der 5. Schulklasse beginnen Kinder erste Zigaretten zu rauchen.
- Mehr als jede/r zehnte Schüler/in in der 7. Klasse und ein Drittel aller Schüler/innen in der 9. Klasse rauchen regelmäßig.
- Rauchende Mitschüler/innen, Freunde, Eltern, Geschwister oder Lehrer/innen erhöhen die Wahrscheinlichkeit, dass Jugendliche ebenfalls mit dem Rauchen beginnen.

Rauchfrei: Klare Regeln sind glaubwürdig

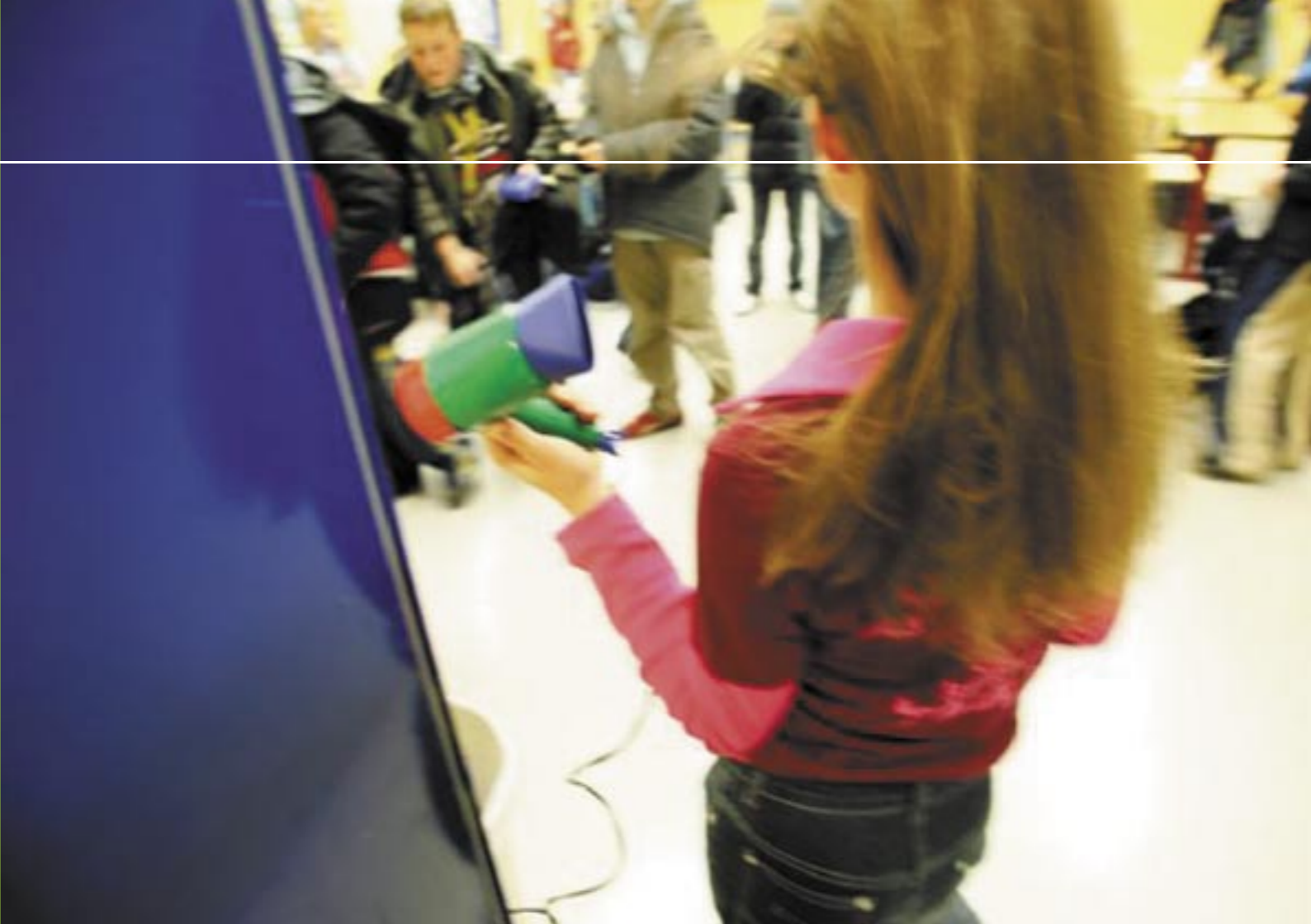


Auf dem Weg zur rauchfreien Schule sind klare Regeln notwendig. Ein schulisches Konzept zur Tabakprävention ist glaubwürdig, wenn die Regeln konsequent umgesetzt werden.

Denn Untersuchungen haben gezeigt:

- Schüler/innen der Sekundarstufe I rauchen weniger, wenn es auf dem Schulgelände klare Rauchverbote gibt und diese konsequent umgesetzt werden.
- In Schulen, in denen klare Regeln zum Rauchen existieren und durchgesetzt werden, gewinnen Lehrer/innen an Glaubwürdigkeit. Die Lehrer/innen – Schüler/innen – Kommunikation verbessert sich.
- Schulen, die Programme zur Rauchfreiheit umsetzen, tun etwas für die Gesundheitsförderung, für ihr gutes Image, und sie werden ihrer Vorbildfunktion gerecht.

Stecken lassen



Das Schulgesetz: Schule als rauchfreie Zone

Seit 01. August 2005 ist das Rauchen (ebenso wie der Alkohol-Konsum) an Schulen in Nordrhein-Westfalen verboten.

Nach dem neuen Schulgesetz gilt das Rauchverbot an Schulen für Schüler/innen, Lehrkräfte, Eltern und das gesamte Schulpersonal. Die Schulkonferenz kann jedoch Ausnahmen festlegen.

Auszug aus dem Schulgesetz (SchulG NRW)
§54 Schulgesundheit
(5) Auf dem Schulgrundstück sind im Zusammenhang mit schulischen Veranstaltungen der Verkauf, der Ausschank und der Genuss alkoholischer Getränke sowie das Rauchen untersagt. ... Über Ausnahmen entscheidet die Schulkonferenz. ...

Auszug aus dem Jugendschutzgesetz (JuSchG):
§10 Rauchen in der Öffentlichkeit, Tabakwaren
(1) In Gaststätten, Verkaufsstellen oder sonst in der Öffentlichkeit dürfen Tabakwaren an Kinder oder Jugendliche unter 16 Jahren weder abgegeben noch darf ihnen das Rauchen gestattet werden.

Nichtraucherschutz:
§5 der „Arbeitsstättenverordnung“ (ArbStättV) schützt Nichtraucher/innen vor gesundheitsschädlichem Passivrauchen.



Das Ziel: Ein ausgewogenes Konzept

Verbote allein genügen nicht. Die Erfahrungen zeigen, dass sich das Rauchen am effektivsten durch ein abgestimmtes und ausgewogenes Bündel von Maßnahmen reduzieren lässt, die in einem Schulkonzept festgehalten werden.

Die „ideale“ Schule in Hinblick auf die Tabakprävention sieht so aus:

- Es werden regelmäßig unterschiedliche Projekte zum Thema Rauchen für verschiedene Klassenstufen durchgeführt.
- In allen Gremien sowie in den Klassen der Schule wird das Thema „Rauchen“ regelmäßig behandelt.
- Die Schülerinnen und Schüler einer Schule sind aktiv an den Projekten beteiligt. Sie haben an der Aushandlung der Regeln für Verstöße gegen das Rauchverbot mitgewirkt und befürworten daher die Maßnahmen.
- Eltern sind informiert und unterstützen die Projekte.

Selbst wenn es die „ideale“ Schule (noch) nicht gibt – Ziel ist es, fehlende Elemente zu ergänzen und verschiedene Maßnahmen sinnvoll aufeinander zu beziehen.

Das Schulkonzept: Inhalte und Ziele

Es wird empfohlen, in ein Schulkonzept zur Tabakprävention folgende Elemente aufzunehmen:

- Regeln für die Rauchfreiheit und zum Umgang mit Verstößen gegen diese Regeln
- Beteiligung an Impulskampagnen und Wettbewerben zum Nichtrauchen für die Klassen 5 bis 9
- Durchführung von Maßnahmen zur Förderung der allgemeinen Lebenskompetenzen der Schüler/innen
- Umsetzung von Maßnahmen und Projekten, die auf die Region und ihre Schule besonders zugeschnitten sind, in Zusammenarbeit mit den Fachkräften aus der Suchtvorbeugung (Prophylaxefachkräften)
- Nutzung des Fachunterrichtes, um das Rauchen auf unterschiedliche Art und Weise zum Thema zu machen
- Informationen über Angebote und Hilfen, um sich das Rauchen abzugewöhnen

Ziele dieser Maßnahmen sind:

- den Einstieg in das Rauchen möglichst zu verhindern oder so weit wie möglich zu verzögern und
- bei denen, die bereits rauchen, den gesundheitlichen Schaden zu begrenzen und den Ausstieg zu erleichtern.



Nase voll



Der Weg: Fünf Schritte führen zum Erfolg

Die Landesinitiative unterscheidet – ungeachtet des generellen Rauchverbots durch das neue Schulgesetz – fünf Schritte oder Phasen, die für den erfolgreichen Weg zur rauchfreien Schule notwendig sind.

[Grundlage für das Phasenmodell bildet das wissenschaftlich anerkannte TTM-Modell (Transtheoretisches Modell der Veränderung). Es erklärt die Veränderungsbereitschaft von Personen und wurde (modellhaft) auf Institutionen übertragen.]



Aufhör'n

1. Orientieren: Es besteht noch keine explizite Absicht, ein Schulkonzept zur Tabakprävention an der Schule umzusetzen. Es gibt aber Interesse an Informationen zur „rauchfreien Schule“ und zur Förderung des Nichtrauchens.

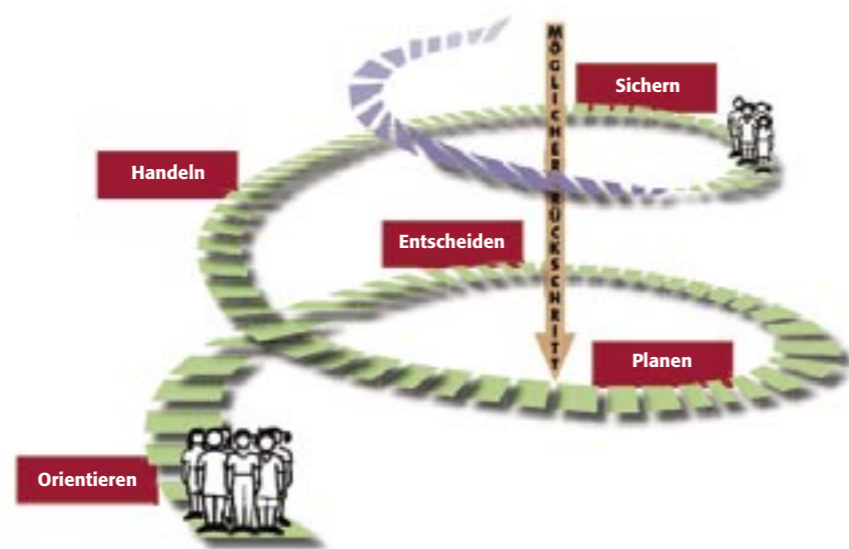
2. Entscheiden: In einem zweiten Schritt wird an der Schule darüber nachgedacht, etwas zu verändern. Vor- und Nachteile werden diskutiert. In der Schulkonferenz wird eine klare Entscheidung getroffen.

3. Planen: In dieser Phase sind die schulischen Akteure entschlossen zu handeln und planen die Entwicklung eines Schulkonzeptes zur Tabakprävention. Die Schulkonferenz beschließt das Konzept.

4. Handeln: Die schulischen Akteure handeln und beginnen durch Regeln, Projekte und verschiedene Angebote den Schulalltag rauchfrei zu gestalten. Kooperationspartner werden gesucht.

5. Sichern: An der Schule existiert ein Rauchverbot, und es wurden und werden Programme und Projekte zur Tabakprävention durchgeführt. Es wird überlegt, wie die Erfolge zu sichern sind.

Stadien der Veränderung



In vielen Schulen in NRW wurden erste Schritte in diesem Prozess bereits gemacht, andere befinden sich mitten in der Umsetzung. Die Landesinitiative möchte Sie unterstützen, den jeweils nächsten Schritt zu tun.

Schritt 1

Orientieren: Bestandsaufnahme als Grundlage

Um eine Grundlage für ein Schulkonzept zur Tabakprävention zu schaffen, empfiehlt die Landesinitiative, mit einer „Bestandsaufnahme“ zu beginnen.

Die Bestandsaufnahme gibt Aufschluss über die aktuelle Situation zum Rauchen an der Schule sowie über die Bereitschaft der Lehrkräfte, Eltern und Schüler/innen, weitere Schritte in Richtung rauchfreie Schule zu gehen.

Für diese Bestandsaufnahme hat die Landesinitiative „Leben ohne Qualm“ ein Befragungskonzept entwickelt und erprobt. Es liefert Informationen über die aktuelle Situation an der Schule. Die Fragen motivieren überdies dazu, sich mit dem Thema Nichtrauchen weiter auseinander zu setzen.

Die Auswertung der Befragung gibt Ihnen unter anderem Aufschluss darüber

- wie viele Personen an Ihrer Schule rauchen
- welche Maßnahmen an Ihrer Schule bereits durchgeführt werden
- wie zufrieden Lehrer/innen, Eltern und Schüler/innen mit den bestehenden Regelungen sind
- ob Veränderungsbedarf besteht
- wie groß die Bereitschaft der jeweiligen Gruppe ist, an einer Veränderung mitzuwirken.



Die Ergebnisse der Bestandsaufnahme zeigen, welche Schritte an Ihrer Schule bereits gemacht wurden und wie die weiteren Schritte zu gestalten sind. Sie können Grundlage für Entscheidungen und Planungen sein. Sie können auch Aufschluss darüber geben, wo Ihre Schule im Vergleich zu anderen steht.

Schritt 2

Entscheiden: Die Schulkonferenz ist gefragt

Die Erfahrung zeigt, dass es wichtig ist, in der Schulkonferenz eine Entscheidung zu treffen, die von möglichst vielen mitgetragen werden kann.

Diese Entscheidung sollte heißen: Es wird ein Konzept für die eigene Schule erarbeitet, das alle wesentlichen Elemente enthält, um an der Schule das Nichtrauchen zu fördern. Dafür wird eine Projektgruppe eingerichtet, die Schulkonferenz entscheidet über deren Mitglieder. Bei der Überzeugungsarbeit sind gute Argumente und ein sorgfältiges Abwägen der Vor- und Nachteile einer konsequenten Umsetzung der rauchfreien Schule hilfreich.

Die Landesinitiative hat Materialien zusammengestellt, die Argumentationshilfen und Hintergrundinformationen beinhalten.



In den Materialien finden Sie Hinweise

- warum Schule ein geeigneter Ort für Tabakprävention ist
- wie Rauchverbote an Schulen in anderen Bundesländern gehandhabt werden
- was die Veränderungsbereitschaft an der Schule fördert
- welche strukturellen Bedingungen an der Schule das Nichtrauchen fördern
- welche aktuellen Forschungsergebnisse zum Thema Rauchen und Nichtrauchen vorliegen.





Schritt 3

Planen: Ein ausgewogenes Konzept erstellen

Aufgabe der eingerichteten Projektgruppe (vgl. Schritt 2) ist es, ein „ausgewogenes“ Gesamtkonzept zur Tabakprävention zu entwickeln und umzusetzen: Ein ausgewogenes Konzept enthält sowohl verhältnisbezogene als auch verhaltensbezogene Maßnahmen. Verhältnisbezogene Maßnahmen sind beispielsweise klare Rauchverbote oder die

Abschaffung von Zigarettenautomaten im Schulumfeld. Verhaltensbezogene Maßnahmen haben das Ziel, eine rauchfreie Lebensweise der einzelnen Person zu unterstützen, zum Beispiel indem die Kompetenz im sozialen Miteinander gestärkt wird („Nein-Sagen-Können“) oder durch Angebote zur Raucherentwöhnung.

Die Planung sollte die (zeitlichen und personellen) Ressourcen an der Schule und bei möglichen Kooperationspartnern (zum Beispiel den Prophylaxe-Fachkräften oder den Fachkräften des Gesundheitsamtes) realistisch einschätzen. Das Konzept wird von der Schulkonferenz verabschiedet.

In den Materialien der Landesinitiative finden Sie Anregungen zu Regelwerken, zu alternativen Pausen-Angeboten, zum Umgang mit Raucherecken und zu Wettbewerben und Kampagnen. Sie finden im weiteren Materialien und Hinweise zur Förderung allgemeiner Lebenskompetenzen, zu Schwerpunktprojekten, Unterrichtseinheiten und Entwöhnungsangeboten:

- Projektbeschreibungen von „good practice“-Projekten und Konzepten
- Beispielmaterialien der verbreitetsten Konzepte
- Zusammenfassungen und Bewertungen von Konzepten und Projekten
- Umsetzungsempfehlungen
- Arbeitsmaterialien.



Schritt 4

Handeln: Die einzelnen Elemente umsetzen



Die Landesinitiative empfiehlt, mit der Umsetzung klarer Regeln zur Rauchfreiheit zu beginnen.

Diese Regeln müssen allen bekannt sein. Sie sind Bestandteil des Schulkonzeptes zur Tabakprävention und sind von der Schulkonferenz diskutiert und angenommen worden. Es hat sich bewährt, bei Regelverstößen sofort klar und konsequent zu reagieren. Erfahrungsgemäß ist es am wirkungsvollsten, in dieser Phase besonders die Lehrkräfte einzusetzen, die Erfahrungen in der Frühintervention haben.

Ziele sind:

- deutlich zu machen, dass die Regeln einzuhalten sind und
- zu motivieren, das Rauchverhalten zu überprüfen und möglichst zu verändern.

Lebenskompetenz-Programme, Wettbewerbe und andere Maßnahmen werden gemeinsam mit den Kooperationspartnern vor Ort umgesetzt, beziehungsweise die Schule baut sich ein Netz solcher Partner auf.



Die Landesinitiative bietet Unterstützung bei der Netzwirkbildung vor Ort und vermittelt Kontakte zu:

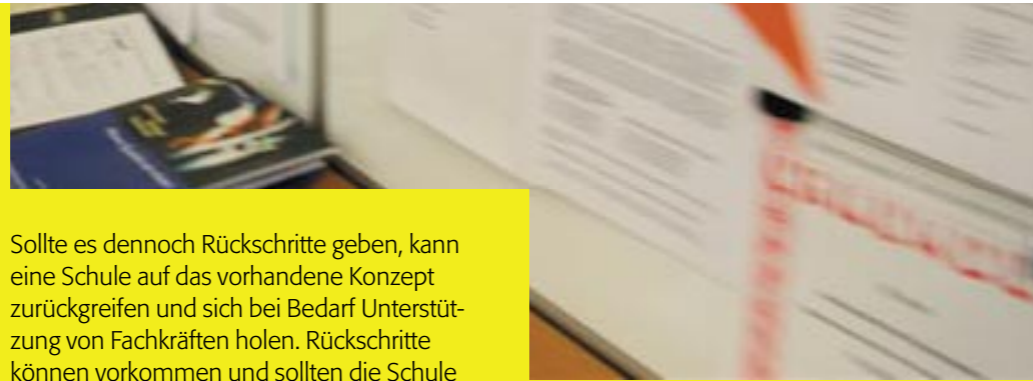
- den Partnern der Landesinitiative (zum Beispiel den Krankenkassen)
- den Prophylaxe-Fachkräften vor Ort
- den Mitgliedern der kommunalen Gesundheitskonferenzen
- einem Team von externen Beratern.



Schritt 5 Sichern: Den Erfolg zur Regel machen

Ist eine Schule bei diesem Schritt angekommen, hat sie wichtige Veränderungen initiiert und umgesetzt. Die Schule hat eine klare Strategie entwickelt, wie der Schulalltag rauchfrei gestaltet und das Nichtrauchen gefördert wird.

Um diese Erfolge zu sichern, werden wichtige Teile des Konzeptes in der Schule zur Regel gemacht. Programme und Projekte zum Nichtrauchen sollten ebenso fester Bestandteil des Schulalltags sein wie eine konsequente Haltung zur Rauchfreiheit. Damit die Erfolge nachhaltig gesichert werden, ist es wichtig, das Bewusstsein für ein gesundes, rauchfreies Leben wach zu halten. Dann wird es bald selbstverständlich sein, dass an Ihrer Schule nicht geraucht wird.



Sollte es dennoch Rückschritte geben, kann eine Schule auf das vorhandene Konzept zurückgreifen und sich bei Bedarf Unterstützung von Fachkräften holen. Rückschritte können vorkommen und sollten die Schule nicht entmutigen!

Eine Schule sollte ihre Nichtraucher-Initiativen auch zum Bestandteil eines umfassenderen Konzeptes zur Gesundheitsförderung werden lassen. Das signalisiert nach außen, welche Qualitäten die Schule hat und stärkt das Image. Hierzu wird das Landesprogramm „OPUS NRW – Netzwerk Bildung und Gesundheit“ empfohlen (www.opus-nrw.de); Kontaktadresse: Georg Israel, FB 06-04 Opus-Geschäftsführung, 33095 Paderborn, israel@evb.upb.de).



Die Hilfen: Materialien und Beratung

Die Landesinitiative „Leben ohne Qualm“ unterstützt Schulen bei den einzelnen Schritten auf dem Weg zur rauchfreien Schule mit Materialien und Beratung (schwerpunktmäßig in zehn Modellregionen in Nordrhein-Westfalen). Materialien und Beratungen sind jeweils individuell auf die jeweilige Schule und den anstehenden Umsetzungsschritt abgestimmt. Sie erhalten die Materialien über die Prophylaxe-Fachkraft in ihrer Region.

Info-Mappen im Ordner:

- Mustermaterialien zu den verbreitetsten Konzepten
- Arbeitsmaterialien und Grundlageninformationen
- Zusammenfassungen und Bewertungen
- Empfehlungen für die Umsetzung
- Plakate, Aufkleber, Flyer

Mitarbeit der Prophylaxe-Fachkräfte bei der Initiierung und Durchführung von Projekten.

Beratung zu allen Umsetzungsschritten über e-mail auf www.loq.de zu den Themen:

- Schritt 1 Orientieren**
- Empfehlung der Landesinitiative
 - Schulbefragung

- Schritt 2 Entscheiden**
- Wissenschaftliche Grundlagen
 - Schulgesetz

- Schritt 3 Planen**
- Umsetzungsprozess
 - Elemente eines Schulkonzeptes

- Schritt 4 Handeln**
- Projekte vor Ort
 - Krisensituationen

- Schritt 5 Sichern**
- Schulprogramm

Vermittlung von Referenten

