

Wettbewerb für rauchfreie Schulklassen 2011/12

Das Experiment Nichtraucher wird im Schuljahr 2011/12 zum 12. Mal durchgeführt. Ziele:

- Das Thema "Nichtrauchen" für die SchülerInnen und die Schule attraktiv machen.
- Den Einstieg in das Rauchen verhindern oder verzögern.
- SchülerInnen, die bereits mit dem Rauchen experimentieren, stellen den Zigarettenkonsum ein, sodass sie nicht zu regelmässigen RaucherInnen werden.
- Durchführung begleitender gesundheitsfördernder Massnahmen in der Klasse.

Zusatzaktionen für Schulklassen aus dem Kanton Zürich

Wer kann bei den Zusatzaktionen mitmachen? Alle 6. – 9. Schulklassen des Kantons Zürich (Mittel- und Sekundarschulen), die am Wettbewerb teilnehmen (www.experimentnichtrauchen.ch).

Zusatzaktion 1: Für Lehrpersonen von Abbrecherklassen

Im Kanton Zürich haben im letzten Jahr rund 40 Prozent der teilnehmenden Klassen den Wettbewerb abgebrochen. Das Positive daran: Die SchülerInnen, die Rauchwaren konsumierten, waren ehrlich. Andererseits: Bereits ab der vierten gerauchten Zigarette steigt die Wahrscheinlichkeit einer späteren Nikotinabhängigkeit sprunghaft an. Je früher Jugendliche das Rauchen ausprobieren, desto wahrscheinlicher werden sie zu regelmässigen Raucherinnen oder Rauchern. Daher möchte Züri Rauchfrei interessierte Lehrpersonen unterstützen, solche SchülerInnen anzusprechen und evtl. zu begleiten. Zu diesem Zweck wird ein **Beratungsleitfaden** entwickelt und mit Lehrpersonen erprobt.

Zusatzaktion 2: Für Eltern der Schule

Was können Eltern – auch rauchende – beitragen, dass Ihre Kinder nicht mit dem Rauchen beginnen?

1. 30-minütiger **Input** und Fragen beantworten zum Thema am Elternabend durch eine Fachperson
2. **Flyer** zum Umgang mit dem Rauchen in der Familie. Download unter: www.rauchfreieschule.ch, Ergänzende Angebote, Information für Eltern.

Zusatzaktion 3: Zusatzwettbewerbe

Wiederholte Teilnahme

8. und 9. Klassen, die sich zum zweiten oder dritten Mal anmelden, den Wettbewerb erfolgreich abschliessen und sich **bis 13. April 2012** bei Züri Rauchfrei dafür anmelden (info@zurismokefree.ch), können einen Preis gewinnen. Diese Zusatzaktion wird von der Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich unterstützt. **Preise:** 10 Reisegutscheine in der Höhe von je Fr. 300.-.

Neuer Kreativ-Wettbewerb: Weniger rauchen, mehr Spass

Schulklassen, die kreative Arbeiten zum Nichtraucher einreichen, haben ebenfalls eine zusätzliche Gewinnchance. Gesucht werden diesmal mindestens **fünf Argumente** für den Slogan „Weniger rauchen, mehr Spass“. Die Argumente sollen im Klassenverband erarbeitet und durch Bilder, Geschichten, mit Plakaten, Cartoons oder als Songtext veranschaulicht werden. Einsenden der Arbeiten **bis 13. April 2012** (Datum Poststempel) an: Züri Rauchfrei, Zähringerstrasse 32, 8001 Zürich.

Preise: 5 Reisegutscheine in der Höhe von je Fr. 300.-

Angebote für rauchende SchülerInnen

Wenn SchülerInnen Ihrer Klasse rauchen, bietet sich für diese Klassen oder Jugendlichen das Kennenlernen von jugendspezifischen **Rauchstopphilfen** an:

- „Schluss mit der Zigarette. Kleine Ausstiegshilfe“, Broschüre. Gratis zu bestellen siehe unten.
- Das neue Internet-Rauchstoppprogramm für Jugendliche www.feelok.ch/weiter/rauchstopp.
- Neu: Informationsveranstaltung für Schulen, die Rauchstopphilfen anbieten möchten und Lehrerinfo zu Rauchstopphilfen für Jugendliche. Beide unter: www.rauchfreieschule.ch, Rauchstopp für Junge
- „Aufhören nach Mass“, Rauchstopp-Kurs für Jugendliche. Anmeldung von mindestens fünf SchülerInnen über www.fittoquit.ch oder 044 262 69 66.

Diese Aktionen werden von den regionalen Suchtpräventionsstellen des Kantons Zürich unterstützt.

Kontakt für alle Angebote: Ute Herrmann, 044 262 69 66; herrmann@zurismokefree.ch