

„Be Smart – Don't Start“ wird gefördert durch:



Deutsche
Krebshilfe e.V.



Europäische
Kommission



**Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung**



Deutsche
Herzstiftung



DEUTSCHE
LUNGENSTIFTUNG E.V.



AOK-Bundesverband



Landeszentrale
für Gesundheitsförderung
in Rheinland-Pfalz e.V.



Ministerium für Arbeit,
Soziales, Familie und Gesundheit
Ministerium für Bildung,
Frauen und Jugend



AOK Rheinland-Pfalz
AOK Baden-Württemberg



Baden-Württemberg
REGIERUNGSPRÄSIDIUM STUTTGART
LANDESGESUNDHEITSSAMT



Thüringer Ministerium für
Soziales, Familie und Gesundheit



Landesvereinigung für
Gesundheitsförderung
Thüringen e.V.



Freistaat Sachsen

Sächsische Landesvereinigung
für Gesundheitsförderung e.V.

Sächsisches Staatsministerium für Kultus
Sächsisches Staatsministerium für Soziales



Landeszentrale für Gesundheit
in Bayern e.V.



Bayerisches Staatsministerium für Umwelt,
Gesundheit und Verbraucherschutz

Der Wettbewerb wird in Bayern in Absprache
mit dem Bayerischen Staatsministerium
für Unterricht und Kultus durchgeführt.

Kontaktadressen

An dem Wettbewerb nehmen Schulklassen aus ganz Deutschland teil.
Auf diesem Falblatt finden Sie die Kontaktadresse Ihres Bundeslandes.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an:

Bundesweite Ansprechpartner

Wettbewerbszentrale
Institut für Therapie- und Gesundheits-
forschung (IFT-Nord)
Sabine Jastrob, Dr. Gudrun Wiborg,
Dr. Barbara Isensee, PD Dr. Reiner Hanewinkel
Düsternbrooker Weg 2
24105 Kiel
Tel.: 0431-570 29 70
Fax: 0431-570 29 25
E-Mail: besmart@ift-nord.de

Deutsche Krebshilfe e.V.
Dr. Eva Kalbheim
Buschstr. 32
53113 Bonn
Tel.: 0228-72 99 02 70
Fax: 0228-72 99 01 1
E-Mail: kalbheim@krebshilfe.de

Baden-Württemberg

Regierungspräsidium Stuttgart
Landesgesundheitsamt – Ref. 94
Wiederholdstr. 15
70174 Stuttgart
Tel.: 0711-184 93 75
Fax: 0711-184 93 25
E-Mail: abteilung9@rps.bwl.de

Bayern

Landeszentrale für Gesundheit in
Bayern e.V. (LZG)
Elke Hoffmann
Landwehrstr. 60-62
80336 München
Tel.: 089-54 40 73 13
Fax: 089-54 40 73 46
E-Mail: lzg.bayern@t-online.de

Rheinland-Pfalz

Landeszentrale für Gesundheitsförderung
in Rheinland-Pfalz e.V.
Büro für Suchtprävention
Sandra Brüning
Karmeliterplatz 3
55116 Mainz
Tel.: 06131-20 69 24
Fax: 06131-20 69 69
E-Mail: sbruening@lzg-rlp.de

Saarland

Ministerium für Bildung, Kultur und
Wissenschaft
Annerose Wannemacher
Hohenzollernstr. 60
66117 Saarbrücken
Tel.: 0681-501 74 67
Fax: 0681-501 75 00
E-Mail: A.Wannemacher@bildung.saarland.de

Sachsen

Sächsische Landesvereinigung für
Gesundheitsförderung e.V.
Kerstin Schnepel, Harry Müller
Helgolandstr. 19
01097 Dresden
Tel.: 0351-563 55 23
Fax: 0351-563 55 24
E-Mail: schnepel@slfg.de / mueller@slfg.de

Thüringen

AGETHUR
Landesvereinigung für Gesundheitsförderung
Thüringen e.V.
Christel Kettner, Birgit Peter
Carl-August-Allee 1
99423 Weimar
Tel.: 03643-592 23
Fax: 03643-50 18 99
E-Mail: info@agethur.de

UNSERE UMWELT - RAUCHFREI

Be Smart –
Don't Start 06107



Der internationale Wettbewerb
für Schulklassen



Informationen
für Eltern

Sehr geehrte Eltern,

in der Zeit vom 13. November 2006 bis zum 27. April 2007 nimmt die Klasse Ihres Kindes an dem internationalen Wettbewerb „Be Smart – Don't Start“ teil. Dieser Wettbewerb wird von der Europäischen Kommission, der Deutschen Krebshilfe und zahlreichen weiteren öffentlichen Institutionen gefördert und in 22 europäischen Staaten durchgeführt. Im Schuljahr 2005/2006 beteiligten sich 12.425 Klassen aus dem gesamten Bundesgebiet an dem Wettbewerb.

Die Ziele des Wettbewerbs

Das Hauptziel von „Be Smart – Don't Start“ ist die Verzögerung bzw. Verhinderung des Einstiegs in das Rauchen bei Schülerinnen und Schülern. Wir möchten nichtrauchende Schülerinnen und Schüler dazu motivieren, auch weiterhin Nichtraucher zu bleiben.

Außerdem sollen Schülerinnen und Schüler, die schon mit dem Rauchen experimentieren, motiviert werden, wieder damit aufzuhören, damit sie nicht zu regelmäßigen Rauchern werden.

Der Ablauf des Wettbewerbs

Die Klassen, die an dem Wettbewerb teilnehmen, entschließen sich, in der Zeit von November 2006 bis Ende April 2007 eine Nichtraucherklasse zu sein.

Dabei gelten folgende Regeln:

- Mindestens 90% der Schülerinnen und Schüler einer Klasse entscheiden sich für die Teilnahme an dem Wettbewerb.
- Die Schülerinnen und Schüler geben einmal wöchentlich an, ob sie geraucht haben oder nicht.
- Einmal monatlich sendet die Klasse eine Rückmeldung an die Wettbewerbszentrale in Kiel, um zu bestätigen, dass sie noch im Rennen ist.
- Die Klassen, die bis zum Ende an dem Wettbewerb teilnehmen, können in einer Lotterie Sach- und Geldpreise gewinnen. Als Hauptpreis wird eine Klassenreise ausgelost.
- Jede erfolgreich teilnehmende Klasse erhält ein Klassenzertifikat.
- Die Preisziehungen bzw. Preisübergaben finden in den Bundesländern um den Welt-Nichtrauchertag am 31. Mai 2007 statt.

Die Stärken des Wettbewerbs

Untersuchungen zu „Be Smart – Don't Start“ zeigen,

- dass der Wettbewerb auf große Zustimmung seitens der Schülerinnen und Schüler sowie der Lehrkräfte stößt,
- dass der Wettbewerb den Einstieg in das Rauchen wirksam verzögern kann. So liegt der Raucheranteil in Klassen, die sich am Wettbewerb beteiligt haben, auch noch ein halbes Jahr nach Wettbewerbsende um 5 Prozentpunkte niedriger als in Klassen, die nicht an „Be Smart – Don't Start“ teilgenommen haben.

Was können Sie tun?

Sie können Ihr Kind auf vielfältige Weise bei dem Wettbewerb unterstützen, z.B.

1. indem Sie Ihrem Kind zeigen, dass Sie seine Entscheidung nicht zu rauchen ernst nehmen und anerkennen: Nichtrauchen ist der gesündere Lebensstil.
2. durch die Mitarbeit an Projekten zum Thema Gesundheitsförderung und Nichtrauchen in der Schule.
3. durch die Suche nach möglichen regionalen Sponsoren (evtl. in Zusammenarbeit mit anderen Elternteilen), die Preise für die Schule oder Klasse Ihres Kindes stiften würden.

Unsere Umwelt – rauchfrei

So lautet das Motto des Wettbewerbs im Schuljahr 2006/2007. In der Öffentlichkeit wird in letzter Zeit vermehrt über Rauchfreiheit gesprochen – über rauchfreie Schulen, rauchfreie Gastronomie, rauchfreie öffentliche Gebäude. In vielen Bundesländern wurden bereits Regelungen zur rauchfreien Schule beschlossen. Noch wichtiger als reine Verbote auszusprechen ist es, durch entsprechende Präventionsarbeit Schülerinnen und Schülern die Attraktivität des Nichtrauchens zu vermitteln. Ein Programm, das hierbei sinnvoll sein kann, ist der Wettbewerb „Be Smart – Don't Start“.

Insbesondere die Gefahren durch das Passivrauchen machen es sinnvoll und notwendig, speziell Kindern eine möglichst rauchfreie Umwelt zu schaffen. Daher möchten wir unter dem Motto „Unsere Umwelt – rauchfrei“ die Klassen in diesem Jahr mit verschiedenen Ideen und Aktionen motivieren, sich für eine rauchfreie Umwelt – in Schule, Familie, Freundeskreis oder Sportverein – einzusetzen.

Auch Sie als Eltern können beim Thema „Unsere Umwelt – rauchfrei“ einen großen Beitrag leisten. Sprechen Sie Ihr Kind einfach darauf an. Auch wenn Sie selbst rauchen, können Sie etwas tun. Ein paar Anregungen finden Sie im Folgenden. Gerne können Sie weitere Informationen auch bei uns erfragen.

Sie rauchen selbst?

Bitte beachten Sie: Es ist nicht unser Ziel, rauchende Eltern an den Pranger zu stellen. Viele wissen aus eigener Erfahrung, wie schwierig es ist, sich das Rauchen abzugewöhnen. Selbst wenn man dies möchte, bedarf es manchmal vieler Anläufe, bis es klappt. Auch wenn Sie rauchen, können Sie schon dadurch Ihr Kind unterstützen, dass Sie ihm als Gesprächspartner zur Verfügung stehen und auch offen darüber sprechen, wie schwer Ihnen das Aufhören fällt. Auch helfen klare Regelungen und eine eindeutige Haltung von Eltern dabei, dass Kinder seltener mit dem Rauchen anfangen – unabhängig davon, ob die Eltern selbst rauchen oder nicht.

So können Sie Ihr Kind vor dem Passivrauchen schützen

Heute ist klar belegt, dass das Passivrauchen für Erwachsene und insbesondere für Kinder sehr schädlich ist.

Wussten Sie z.B., dass Kinder, die dem Passivrauchen ausgesetzt sind,

- deutlich häufiger an Kopfschmerzen und Konzentrationsmangel leiden,
- wesentlich häufiger an Bronchitis, chronischer Mittelohrentzündung und Asthma erkranken?

Auch wenn Sie selber noch nicht mit dem Rauchen aufhören können oder möchten, können Sie Ihr Kind vor dem Passivrauchen schützen:

- Rauchen Sie nicht in Anwesenheit Ihres Kindes.
- Rauchen Sie nicht in der Wohnung, am besten nur auf dem Balkon oder im Garten.
- Sollten Sie in der Wohnung rauchen, tun Sie dies nur in Räumen, die den Kindern nicht zugänglich sind.
- Bitten Sie Besucher, wegen Ihres Kindes nicht zu rauchen.
- Besuchen Sie möglichst rauchfreie Gaststätten oder andere Lokalitäten.
- Rauchen Sie nicht im Auto.

Wenn Sie rauchfrei werden möchten, senden wir Ihnen gerne Informationen über unser Programm zum Rauchstopp „Just be smokefree“ für Jugendliche und junge Erwachsene zu (www.justbesmokefree.de).

Des Weiteren stehen Ihnen bundesweit folgende Beratungstelefone zur Verfügung:

- Deutsches Krebsforschungszentrum:
(0 62 21) 42 42 00
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung:
(0 18 05) 31 31 31 (12 Cent pro Minute)

Bei Fragen zu „Be Smart – Don't Start“ wenden Sie sich an das IFT-Nord oder die Ansprechpartner in Ihrem Bundesland. Weitere Informationen zum Wettbewerb finden Sie auch im Internet unter www.besmart.info.



| 10 JAHRE BE SMART |



„Be Smart – Don't Start“ wird nicht aus Mitteln der Tabakindustrie gefördert.

UNSERE UMWELT – RAUCHFREI