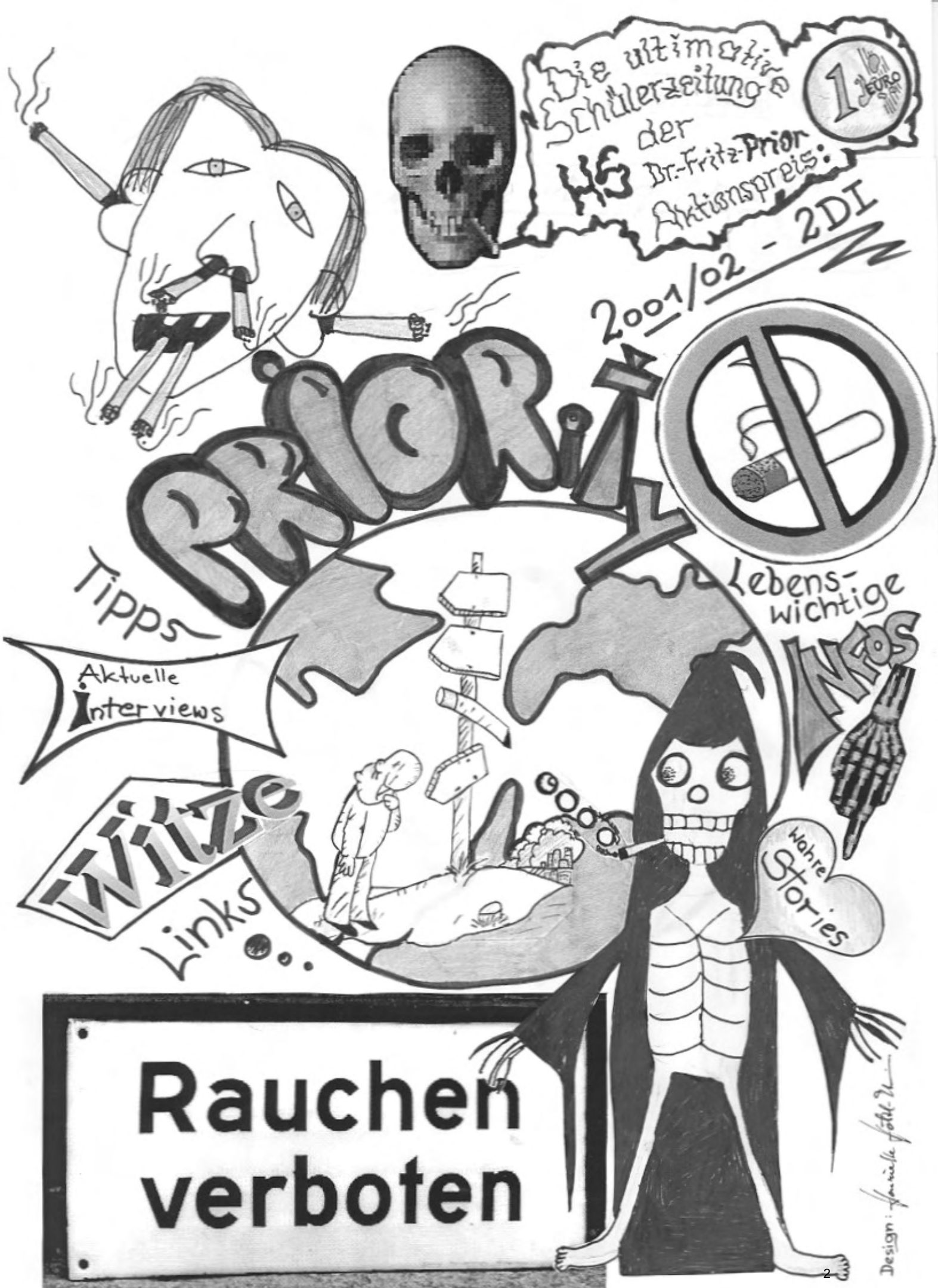




**Rauchen
verboten**

Design: Familie Földi-N.

Wohin, wenn du Hilfe brauchst?

Beratungsstelle für Alkohol- und
Drogengefährdete
Kaiser Josef-Straße 13/III
6020 Innsbruck

Links zum Thema Rauchen:

Beratungszentrum für Nichtraucher und
Raucher
Haller Straße 3
6020 Innsbruck

www.rauchfrei.de
www.sorgentelefon.ch
www.kontaktco.at
www.Alpha2000.at/nichtraucher

Caritasverband der Diözese Innsbruck
Ing. Etzel-Straße 1
6020 Innsbruck

Caritasverband der Diözese Innsbruck
Mentlgasse 20
6020 Innsbruck

Drogenberatungsstelle Jugendzentrum
Dreiheiligenstraße
6020 Innsbruck



Zum Nachdenken

- Ist dir das Geld, das du für Zigaretten ausgibst, nicht zu schade?
- Was würdest du tun, wenn dich deine Kollegen zum Rauchen überreden wollen?
- Rauchst du nur um cool zu sein oder kannst du nicht mehr aufhören?
- Bist du wirklich ehrlich zu dir oder machst du dir was vor?
- Wieso willst du unbedingt rauchen, obwohl du über die Gefahren genau Bescheid weißt?

Armin

Leitartikel

Wir haben jetzt die zweite Ausgabe der Schülerzeitung der HS Dr.-Fritz-Prior herausgebracht. Unser Ziel ist es, euch wieder über ein spezielles Thema zu informieren. In dieser Zeitung geht es diesmal um das Thema Rauchen. Wir haben uns dieses Thema ausgesucht, da an unserer Schule der Zigarettenkonsum bombastisch ist und es nur wenige Ausnahmen – sprich Nichtraucher - gibt. Uns bleibt nur die Hoffnung, dass ihr euch gründlich überlegt, ob ihr mit dem Rauchen anfangen wollt. Wir informieren euch über die Risiken, Nebenwirkungen, Schäden usw. und wenn ihr uns nicht glaubt, fragt euren Arzt oder Apotheker. Wir hoffen, euch diese Ausgabe der PRIORITY noch informativer und schöner gestaltet zu haben.

Anna-Maria



Was ist Sucht?

Sucht ist eine **Krankheit**, die Auswirkung auf Körper und Geist hat. Es gibt leichte und schwere Ausprägungen von Sucht.

Merkmale sind:

- Der überwältigende Wunsch oder das Bedürfnis, den Drogenmissbrauch fortzusetzen, man muss sich die Suchtmittel unter allen Umständen besorgen.
- Man möchte die Dosis erhöhen.
- Eine psychische und/oder eine körperliche Abhängigkeit von der Wirkung der „Droge“.
- Eine zerstörerische Wirkung auf den einzelnen und die Gesellschaft.
- Der Süchtige hat die Kontrolle über seinen diesbezüglichen Konsum verloren.
- Es wird viel Zeit dafür verwendet, das Suchtverhalten auszuführen.
- Wichtige Freizeitaktivitäten werden aufgegeben oder eingeschränkt.

Die oben genannten Merkmale treten bei unterschiedlichen Süchten in verschiedener Mischung auf. Eine Sucht entsteht nicht von heute auf morgen. Die Zeitspanne kann variieren.

Genuss heißt, ein Mittel oder ein Verhalten mit Gespür für das richtige Maß zu konsumieren/auszuführen. Die Sucht liegt dann vor, wenn das Mittel oder Verhalten Lebensmittelpunkt ist und die oben genannten Kriterien erfüllt sind: Ich kann ohne Alkohol/Zigaretten nicht mehr leben. Ich denke an nichts anderes.

Sucht ist ein Phänomen, das Angst macht. Die Tatsache, dass es Suchtmittel gibt, macht niemanden süchtig, aber es macht einen Unterschied, wie leicht erhältlich die Mittel sind, wie teuer sie sind, wie sie wirken, wie rasch sie abhängig machen und wie oft man sie konsumiert. Wer gelangweilt, frustriert, grantig oder traurig ist, wird nach einem Ausweg suchen. Doch Drogen, Alkohol und Nikotin haben keine positive Wirkung, sie schaden nur deinem Körper.



Sanja Mijucic

Information über Nikotin

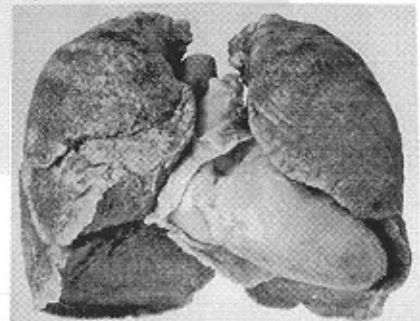
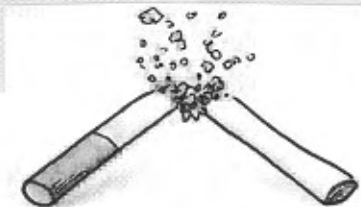
Nikotin ist der Hauptwirkstoff von Tabak und wird meist in Form von getrockneten, fermentierten Tabakblättern konsumiert.

Nikotin ist eines der stärksten, bekanntesten Gifte und macht in hohem Maße psychisch abhängig.

Die körperliche Abhängigkeit ist sehr gering und äußert sich meistens mit einem leichtem Unwohlsein am Morgen, das nach der ersten Zigarette wieder verschwindet.

Reines Nikotin kann, wenn es geschluckt wird, innerhalb von Minuten töten.

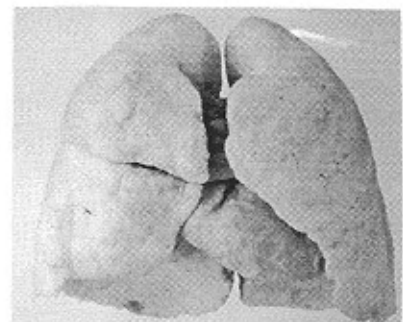
Armin



Raucherlunge

RAUCHEN UND GESUNDHEIT IM MUND

Verfärbung der Zähne,
Beeinträchtigung des Geruchs- und Geschmacksinns,
Schlechte Wundheilung,
Parodontitis (Entzündung des Zahnfleischsaumes),
Gingivitis (Zahnfleischentzündung),
Veränderung der oralen Keimflora,
Kariesneigung und
Mundhöhlenkrebs sind nur einige mögliche Folgen des Rauchens.



Nichtraucherlunge

Aus der Österreichischen Ärztezeitung Nr.11/10, Juni 1999
von Sanja

Rauchstopp lohnt!

1 Tag	Herzinfarktrisiko sinkt
3 Tage	Atmung bessert sich
3 Monate	Lungenkapazität erhöht sich bis zu 30%
1 Jahr	Risiko der Herzkranzgefäßerkrankungen halbiert sich
2 Jahre	Herzinfarktrisiko wie bei Nichtrauchern
5 Jahre	Schlaganfallrisiko wie bei Nichtrauchern
10 Jahre	Lungenkrebsrisiko wie bei Nichtrauchern
15 Jahre	Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie bei Nichtrauchern

aus dem Stadtblatt Nr. 25 von SANJA

RAUCHEN IST NICHT GERADE GESUND

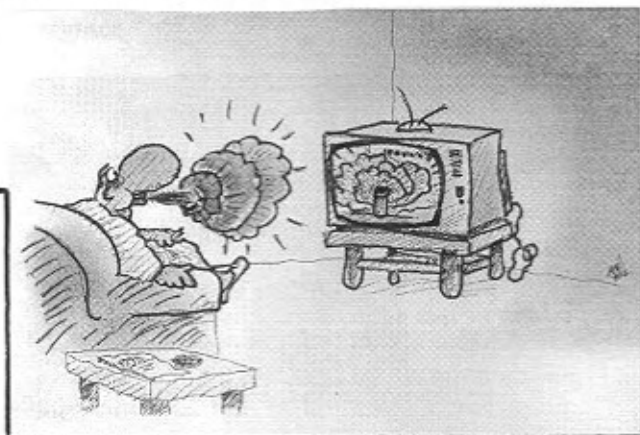
Für Menschen, die bereits Atemschwierigkeiten haben, können die Folgen verheerend sein.

Tabakrauch kann für Nicht-Raucher sehr unangenehm sein. Die Augen brennen, der Hals kratzt und Übelkeit kann ausgelöst werden. Außerdem riechen Kleider und Haare unangenehm.

In Großbritannien werden jährlich 17.000 Kinder unter 5 Jahren wegen des Passivrauchens in die Klinik eingeliefert.

Ich finde, dass in der Nähe von Kindern nicht geraucht werden sollte, denn sie können Asthma, Atemwegserkrankungen oder Krebs bekommen.

Flora 2a



Teste dich selbst! Wie suchtfährdet bist du?

FRAGEBOGEN

(erstellt von Marco Wenzl)

1.) Wie alt bist du?

- 15 ☐ <10 Jahre
10 ☐ 11-13 Jahre
5 ☐ 13>Jahre

2.) Wie viele Zigaretten rauchst du am Tag?

- 5 ☐ weniger als eine Schachtel
10 ☐ 1-2 Schachteln
15 ☐ mehr als zwei Schachteln

3.) Rauchen deine Eltern?

- 5 ☐ Nein, keiner
10 ☐ Ja, ein Elternteil
15 ☐ Ja, beide Elternteile

4.) Rauchen deine Freunde?

- 1 ☐ Nein, keiner
5 ☐ Ja, weniger als die Hälfte
10 ☐ Ja, ca. die Hälfte
15 ☐ Ja, mehr als die Hälfte

5.) Wie lange rauchst du schon?

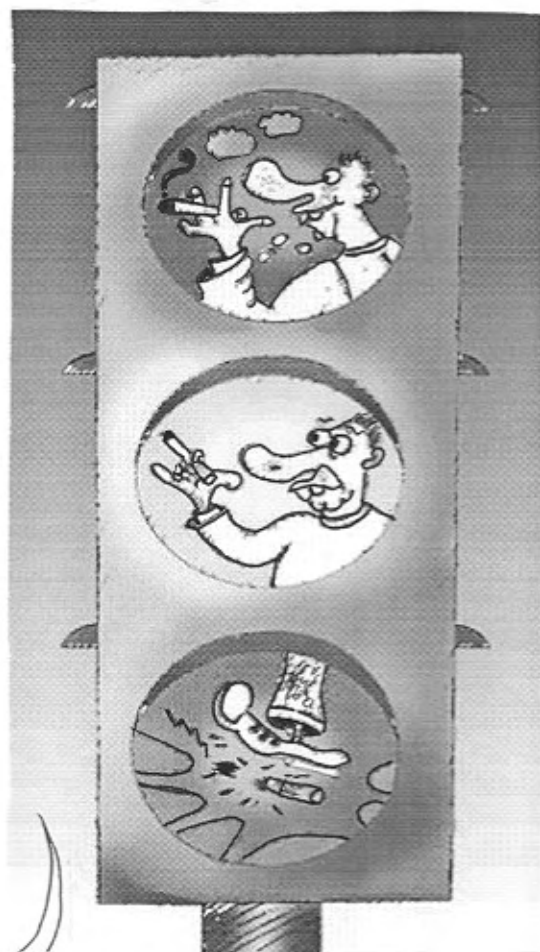
- 5 ☐ <1 Jahr
10 ☐ 1-2 Jahre
15 ☐ 2> Jahre

6.) Spürst du eine körperliche Beeinträchtigung?

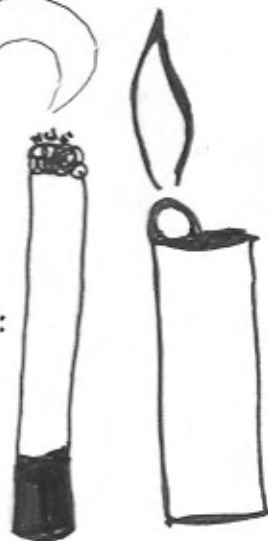
- 5 ☐ Nein, keine
10 ☐ Ja, schwach
15 ☐ Ja, stark

7.) Warum hast du angefangen?

- 5 ☐ Weil es cool ist
10 ☐ weil ich seelische Probleme habe
15 ☐ aus Gruppenzwang



Auswertung auf Seite:



Was man unternehmen kann, damit Jugendliche nicht zu früh rauchen!!

Ihr kennt sicher dieses Cafe neben der Schule, das „da Davide“ heißt. Das gehört meinem Vater. Dort kann man auch Zigaretten kaufen. Wie ihr sicher wisst, darf man erst ab 16 Jahren rauchen. Jeden Tag hatten meine Eltern Probleme, weil ständig Jugendliche unter 16 herein kamen und Zigaretten kaufen wollten. Jetzt machen sie das anders: Jeder Jugendliche, der bei uns Zigaretten kaufen, muss einen Ausweis zeigen, damit sich meine Eltern sicher sind, ob die Kinder wirklich 16 sind. Seither hat sich die Situation sehr gebessert. Ich finde, sie haben dieses Problem sehr gut gelöst.

ArbeitnehmerInnenschutzgesetz (ASchG) BGBl. Nr. 450 vom 17.6.1994, gültig ab 1.1.1995.

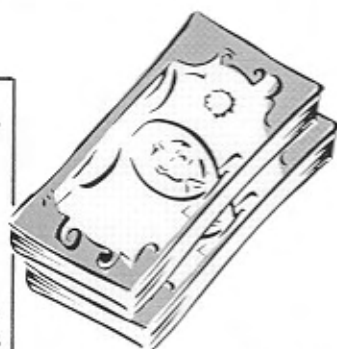
Nichtraucherschutz

§ 30. (1) Arbeitgeber haben dafür zu sorgen, dass Nichtraucher vor den Einwirkungen von Tabakrauch am Arbeitsplatz geschützt sind, soweit dies nach Art des Betriebes möglich ist.

(2) Wenn aus betrieblichen Gründen Raucher und Nichtraucher gemeinsam in einem Büroraum oder einem vergleichbaren Raum arbeiten müssen, der nur durch Betriebsangehörige genutzt wird, ist das Rauchen am Arbeitsplatz verboten, sofern die Nichtraucher nicht durch eine verstärkte Be- und Entlüftung des Raumes vor der Einwirkung von Tabakrauch geschützt werden können.

(3) Durch geeignete technische oder organisatorische Maßnahmen ist dafür zu sorgen, dass in den Aufenthaltsräumen und Bereitschaftsräumen Nichtraucher vor den Einwirkungen von Tabakrauch geschützt sind.

(4) In Sanitätsräumen und Umkleieräumen ist das Rauchen verboten.



Jennifer



Die Rechte der Nichtraucher

Arbeitgeber sind aufgefordert, die Gesetze zum Nichtraucherschutz einzuhalten.
Nichtraucher sind aufgefordert, sich für rauchfreie Arbeitsplätze einzusetzen.

WAS KANN ICH ZUR VORBEUGUNG TUN

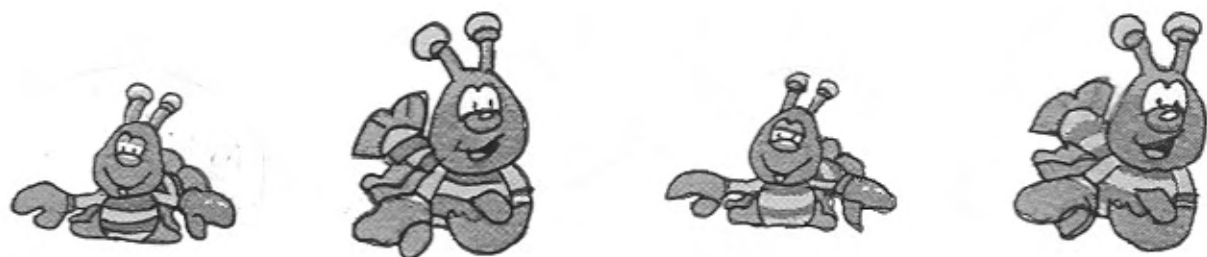
Prä-vention heißt: der Sucht zuvor- kommen. Was kann ich tun:

***Für mich:** um mich selbst kümmern; schauen was mir gut tut; Gefühle wahrnehmen und annehmen; mir Zeit für mich nehmen; mich über Erfolge freuen mich gern haben; mir Unterstützung holen.

***Für andere:** für andere da sein; andere ernst nehmen; mit anderen fair streiten; anderen vertrauen; andere akzeptieren und ihnen ihren Freiraum lassen; andere loben; offen sein für andere.

***Für die Gesellschaft:** mich als Teil der Gesellschaft sehen; in meinem Umfeld mitgestalten; den Mund aufmachen; Neues kennen lernen; aktiv sein.

Von Kontakt&co **Sucht**präventionsstelle Tirol



ARBEITEN UND RAUCHEN- VERTRÄGT SICH DAS?

Stört es Sie,
dass ich HUSTE,
wenn Sie RAUCHEN?

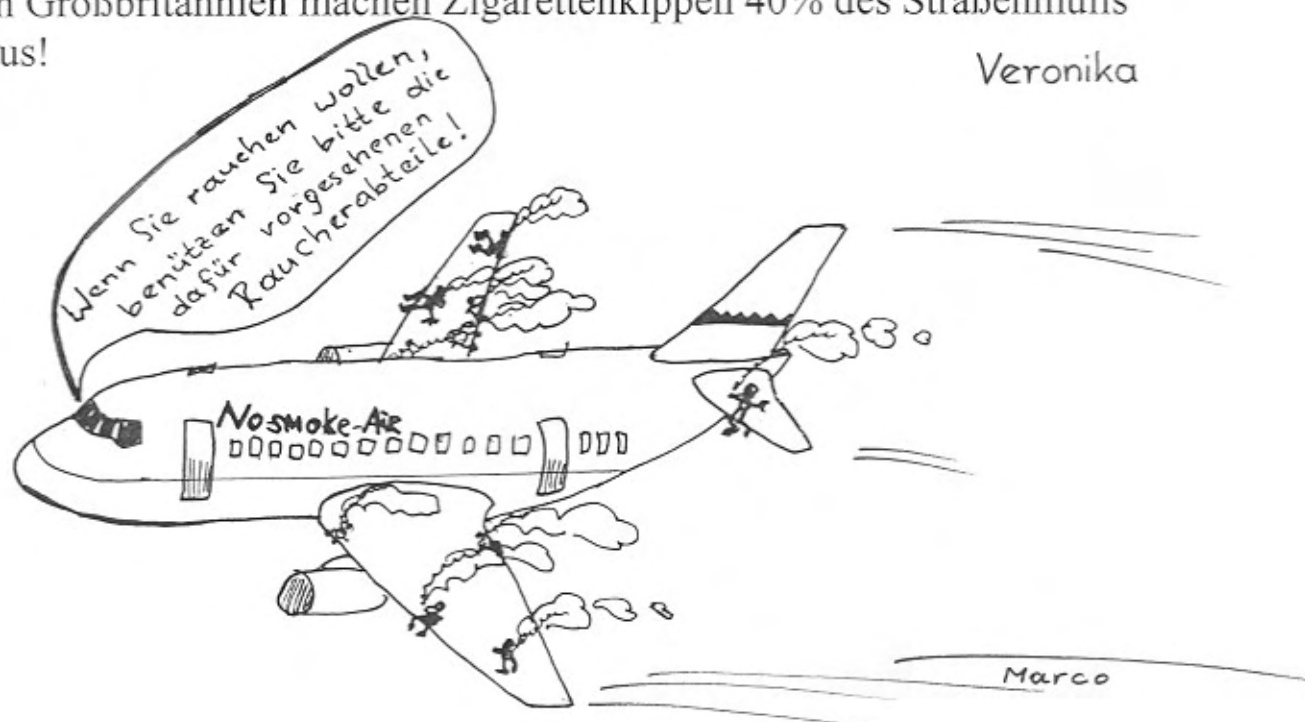
In den letzten Jahren wurde in vielen Zonen das Rauchen eingeschränkt oder verboten. Das ist auch besser so. Stellt euch vor, ihr geht in die Metzgerei und euch umgibt eine riesige Rauchwolke. In Großbritannien haben eine Reihe von Angestellten von ihren Arbeitgebern Entschädigungen bekommen, weil sie durch den Rauch der Kollegen am Arbeitsplatz krank geworden sind. Deshalb ist das Rauchen am Arbeitsplatz verboten, aber es gibt separate Räume für Raucher.

Es gibt noch einen anderen Vorteil des Rauchverbots: Die Brandgefahr verringert sich und damit sinken die Versicherungsbeiträge. Wände und Fußböden bleiben sauber, sodass Ausgaben für die Reinigung gespart werden können.

Wusstet ihr, dass sich **80%** der Bevölkerung *für* ein generelles Rauchverbot am Arbeitsplatz aussprechen?

In Großbritannien machen Zigarettenkippen 40% des Straßenmülls aus!

Veronika



Zigaretten – nein danke!

Aufhören – ja bitte!

Aber wie?

Zwei von drei Rauchern möchten vom Glimmstängel wegkommen.
35 Prozent der Raucher versuchen durchschnittlich fünfmal pro Jahr mit dem Rauchen aufzuhören. Jedoch nur 4,4 Prozent sind nach einem Jahr noch Nichtraucher.

Die Hälfte aller Raucher ist suchtkrank.

Warum ist es so schwierig, mit dem Rauchen aufzuhören? Christoph Wyser, Lungenspezialist in Luzern, führt aus: "Wenn ein gewohnheitsmäßiger Raucher das Zigarettenrauchen stoppt, treten ab dem ersten Tag Entzugsserscheinungen wie das Verlangen nach Zigaretten, eine depressive Verstimmung, Angst oder Konzentrationsschwierigkeiten auf. Diese akuten Entzugssymptome werden häufig als 'körperliche Abhängigkeit' umschrieben. Die psychische Abhängigkeit hält aber noch lange an. Das Greifen nach der Zigarettschachtel, das Anzünden und der erste genüssliche Zug sind für Raucher Verhaltensmuster, die sich fest eingeschliffen haben. Insbesondere in Stresssituationen laufen sie noch Monate später Gefahr, rückfällig zu werden."

Klarer Fall also: dem angehenden Nichtraucher fehlt in der Übergangszeit die Stimulation seines Belohnungszentrums. Hier setzt die medikamentöse Behandlung an.

Dies ist aber nur die eine Seite der Sucht. Zusätzlich hat sich der Raucher angewöhnt, das Rauchen mit bestimmten Situationen zu verknüpfen: die Tasse Kaffee am Morgen, das Warten an der Bushaltestelle etc. Diese Gewohnheiten müssen ebenfalls umgestellt werden. Die Medikamente sind keine Zaubermittel, die aus einem Raucher so ganz einfach einen Nichtraucher machen. Ohne eigenes Dazutun wird es kaum klappen!



Ihre Gesundheit
ist nicht die meine.
Meine Gesundheit
aber ist mir
mehr wert als
Ihre Rücksichtslosigkeit!

Armin

FUNDA

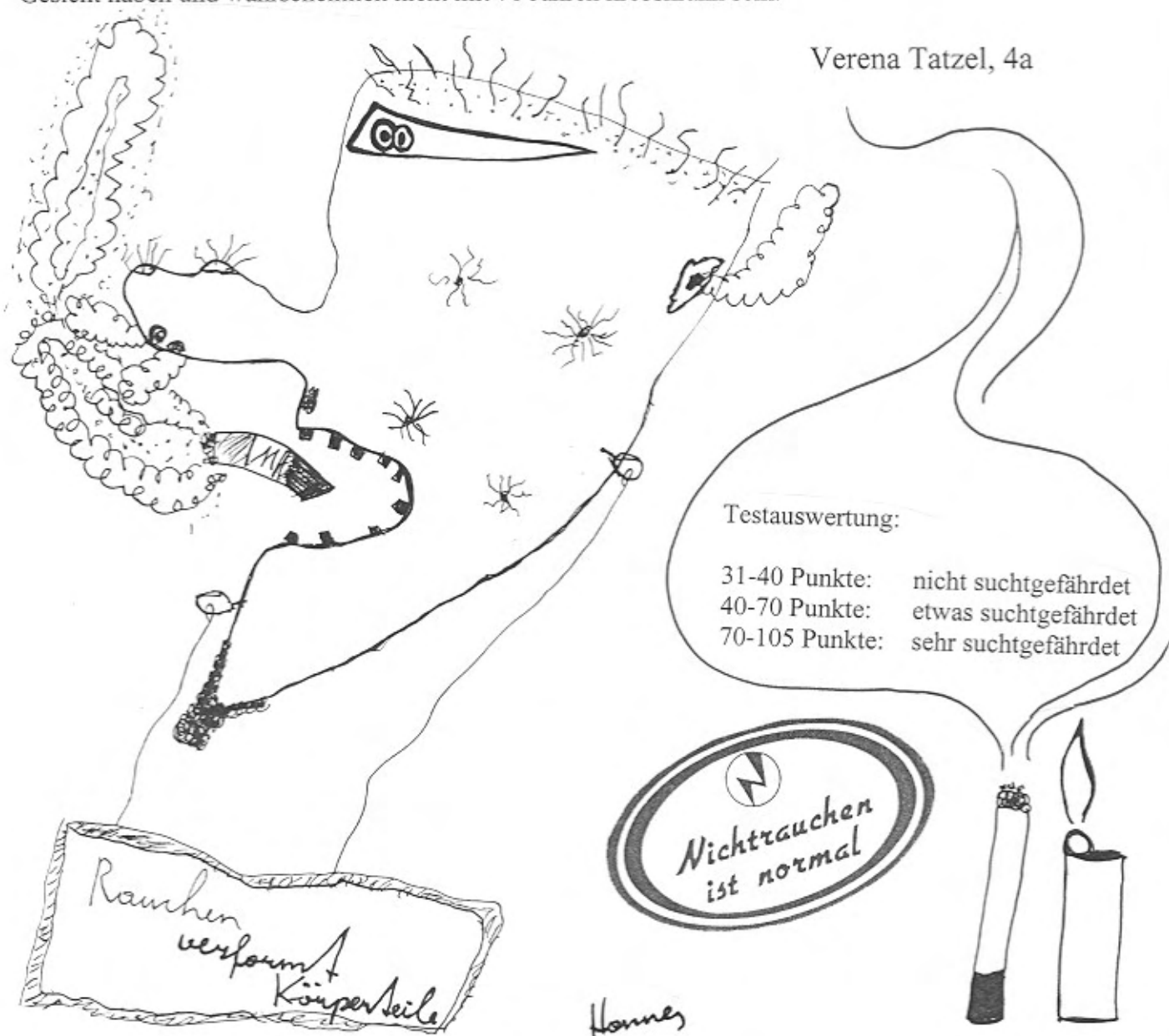
AUCH MEINE MEINUNG ZÄHLT!

Ich finde, Rauchen sollte man ab 16 Jahren erlauben. Wenn Kinder zu früh rauchen (z.B. mit 8 oder 9 Jahren), sollte man ihnen erklären, was das Rauchen für Folgen hat! Am besten ist, wenn die Lehrer eine Veranstaltung machen, wo krebserkrankte Leute in die Schule kommen (oder Ex-Drogensüchtige) und mit den Schülern über das Thema reden! Am wichtigsten ist, dass die Eltern den Kindern nicht VERBIETEN zu rauchen, denn dann ist es für die Kinder eine weitere Versuchung es zu probieren!

Ich glaube, es rauchen mehr Mädchen, weil man davon schlank wird oder es einfach nur „cool“ ist. Obwohl ich mit Rauchern befreundet bin, stört mich der Rauch, ich finde ihn unangenehm und eine Zumutung für Nichtraucher wie mich. Viele bezeichnen mich als uncool, weil ich nicht rauche.

Ich finde da eher die anderen uncool, weil sie so blöd sind und für dieses ZEUG ihr Geld rauswerfen und ich bin gespannt, wie sie mit 40 Jahren aussehen. Denn vom Rauchen bekommt man viel früher Falten. Ich werde im Gegensatz zu den anderen länger ein schönes Gesicht haben und wahrscheinlich nicht mit 70 Jahren krebserkrank sein.

Verena Tatzel, 4a



WAS SAGEN DIE SCHÜLER DAZU

>Mit welchem Alter soll man das Rauchen erlauben?

Man sollte das Rauchen ab 15 Jahren erlauben. (Iris 2a)

Ich finde, man sollte es erst ab 18 Jahren erlauben, weil man dann erwachsen ist und nicht mehr wächst. (Cornelia 2a)

Mit 16 sollten die Kinder zu rauchen anfangen. (Gülcan 4b)

18 oder 20 Jahre, finde ich, ist ein gutes Alter um mit dem Rauchen anzufangen. (Aynur 2b)

>Was soll geschehen, wenn Kinder zu früh rauchen?

Die Eltern sollten mit ihnen reden. (Gülcan 4b)

Sie sollten Hausarrest bekommen. (Armin 2a)

Kein Taschengeld mehr geben. (Ayse 2b)

>Gibt es überhaupt negative Auswirkungen oder sind die Warnungen der Ärzte Märchen?

Es sind keine Märchen von den Ärzten, denn es gibt viele Leute, die Lungenkrebs bekommen haben. (Gülcan 4b)

Ja sicher gibt es welche. (Martina 2b)

Ja klar. (Lydia 2b)

>Warum raucht man?

Es gibt viele Gründe, zum Beispiel zu Hause oder in der Clique. (Gülcan 4b)

Danach ist man viel befreiter! Wenn man Stress hat. Man bekommt Lust, wenn man jemanden beim Rauchen sieht. Man will cool sein. (Stefanie 4a)

>Wie viele Schüler rauchen in der Hauptschule?

Ich glaube, viele Schüler rauchen in der Hauptschule. (Gülcan 4b)

Ich glaube, ein Viertel der Schüler raucht. (Flora 2a)

Ich finde, dass 80% der Schüler rauchen. (Anna-Maria 2a)

>Mehr Mädchen oder Buben?

Meiner Meinung nach rauchen mehr Buben. (Gülcan 4b)

Mehr Mädchen. (Flora 2a)

Ich glaube es rauchen mehr Mädchen. (Anna-Maria 2a)

Viele Kinder und Jugendliche rauchen, weil sie es in ihrer Umgebung so sehen. Sie atmen den Rauch ein, und irgendwann hat der Körper Verlangen nach diesem Gift. So wird man ein Raucher. Ein normaler Raucher (nicht süchtig) ist man, wenn man aufhören kann. Ein Kettenraucher (süchtig) ist man, wenn man nicht mehr aufhören kann. Das gleiche ist es beim Alkohol.

Daniel



WAS HALTEN UNSERE LEHRER VOM RAUCHEN?

FRAGEN AN DIE NICHTRAUCHER

Was halten Sie vom Rauchen?

Herr Jünemann: Rauchen ist schädlich, aber jeder Mensch hat ein Laster ☺ (*ggg*)

Frau Fischer: Zu rauchen oder nicht, ist die Entscheidung eines jeden einzelnen.

Würden Sie mit dem Rauchen anfangen?

Herr Jünemann: Nein

Frau Fischer: Nein, ich habe nie geraucht und werde es auch nie tun!

Haben Sie Probleme mit Rauchern?

Herr Jünemann: Nein

Frau Fischer: Nein



Würden Sie an der Schule das Rauchen verbieten?

Herr Jünemann: Für Schüler ja. Für Lehrer nein (> Raucherraum)

Frau Fischer: Für Schüler ja, Lehrer müssen das selber entscheiden.

Finden Sie, die Lehrer sind ein schlechtes Vorbild für Jugendliche, wenn sie rauchen?

Herr Jünemann: Nein. Lehrer sind Menschen und Menschen sind nicht perfekt. Ein Lehrer muss nicht immer und überall ein Vorbild sein.

Frau Fischer: Zu aller erst sind es die Eltern, die hier Vorbild sein müssen und ihre Kinder über die Schädlichkeit des Rauches aufmerksam machen müssen.

Was sollte Ihrer Meinung nach passieren, wenn Jugendliche zu früh rauchen?

Herr Jünemann: Es sollte erst gar nicht soweit kommen. Kein Zigarettenverkauf an Jugendliche unter 16 Jahren.

Frau Fischer: Information, Eltern als Vorbilder, gute Gesundheitserziehung, Rauchen soll teurer werden (= Vorbeugung). Rauchen soll teurer werden, weil auch die Behandlung von Krebs und anderen Krankheiten die durch Rauchen verstärkt vorkommen, enorme Summen verschlingt.

Wenn Ihre Kinder anfangen würden zu rauchen, was würden Sie unternehmen?

Herr Jünemann: *Gespräch führen über die Schädlichkeit des Rauchens,
*Rauchverbot in der Wohnung (also auch im eigenen Zimmer),
*in meiner Gegenwart dürfen sie nicht rauchen > wenn doch:
Taschengeldkürzung.

Frau Fischer: Ich würde die Zigaretten nicht finanzieren! Sie dürfen nicht in meinem Haus, in meiner Umgebung (also auch nicht auf dem Balkon) oder in meiner Gegenwart rauchen.

WAS HALTEN UNSERE LEHRER VOM RAUCHEN?

FRAGEN AN DIE RAUCHER:

Was halten Sie vom Rauchen?

Herr Mair: Es ist ein Laster, von dem man nicht so schnell wieder los kommt. Es hat eigentlich keine positive Auswirkungen auf einen Menschen. Meist raucht man nur aus Gewohnheit oder Langeweile. Die Zigarette in der Hand zu halten, ist auch eine Beschäftigung.

Herr Kern: Leider bin ich selbst Raucher.

Wie lange rauchen Sie schon und wie viel ?

Herr Mair: Ich rauche schon seit 8 Jahren. Zur Zeit rauche ich ca. eine Packung am Tag.

Herr Kern: Ich rauche seit 20 Jahren ca. 15 Zigaretten am Tag.

Mit wie vielen Jahren haben Sie angefangen?

Herr Mair: Ich habe mit 15 angefangen zu rauchen.

Herr Kern: Ich habe mit ca. 25 Jahren angefangen.

Haben Sie gesundheitliche Probleme?

Herr Mair: Nein .

Herr Kern: Hin und wieder.

Haben Sie daran gedacht aufzuhören?

Herr Mair: Man denkt des öfteren daran aufzuhören, doch ich habe noch keinen ernsthaften Versuch gestartet.

Herr Kern: Ja.

Was haben Sie genommen um aufhören zu können?

Herr Kern: Nichts

Können Sie es nicht lassen oder wollen Sie nicht?

Herr Mair: Zur Zeit will ich es noch nicht. Ich glaube, es braucht dazu einen genauen Zeitpunkt und die 100%ige Einstellung dafür, es zu lassen.

Herr Kern: Wahrscheinlich beides.

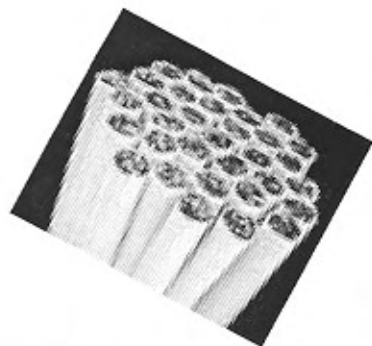
Haben Sie Probleme mit anderen Leuten(Nichtrauchern) bekommen?

Herr Mair: Keine gravierenden. Wenn jemand es nicht wünscht, dass ich rauche, kann ich auch verzichten (für eine gewisse Zeit).

Herr Kern: Eigentlich nicht.

Wie stehen Sie zu Ihren Vorbildwirkungen?

Herr Mair: Man kann nicht von jedem Lehrer erwarten, dass er nicht raucht. Aber in dieser Hinsicht kann ich als Raucher kein Vorbild sein. Das beste Mittel ist, einfach nicht anzufangen.



Tipps für Lesehungrige

Sterben kannst du immer noch von Anatol Feid und Natascha Wegner

Dieses Buch von Natascha W. und Anatol Feid ist wahr. Christian ist eine erfundene Figur, die aber die realen Probleme von Anatol Feid hat. Christian hat immer mit Junkies zu tun, aber einmal stößt er auf die Aids-infizierte und drogensüchtige Natascha Wegner. Sie sehen sich immer öfter und es entsteht eine große Beziehung zwischen den beiden. Natascha ist schwanger und will aufhören zu drücken...

Ich empfehle dieses Buch ab 12 Jahren und gebe einen Einser, weil es einfach spannend und abwechslungsreich ist.

Armin

Alles Lüge von Anatol Feid

Martina erzählt einem Drogenberater, wie es mit ihrer Schwester begonnen hatte, wie sie dazu kam, Drogen zu nehmen. Sie erzählt von ihrer Geschichte, wie sie alle belogen hatte und ihre Freundinnen nichts mehr mit ihr zu tun haben wollten.

Ich würde dieses Buch mit einem Gut bewerten.

Hanna

Die Einbahnstraße von Klaus Kordon

Andy, Herbert und Charly sind die besten Freunde. Sie hören gemeinsam Musik, gehen ins Schwimmbad oder sitzen bei Charly und lernen für die Schule. Doch eines Tages wird alles anders. Ein Haus weiter zieht ein blondes, blasses Mädchen mit ihren Eltern ein. Ihr Name: Inga Hoff. Bald stellt sich heraus, dass sie drogenabhängig ist. Da zieht sie auch noch Andy, Charlys und Herberts besten Freund, mit hinein. Eines Tages verschwinden Andy und Inga. „Was ist hier los?“, fragt Charly natürlich ganz verwirrt und er will der Sache auf den Grund gehen. Doch dann, nach einem Kinoabend mit seiner Schwester Carol, ist auch er verschwunden.

Spannende Lektüre ab 11 Jahren.



Flora

ELENA - Die Stille vor dem Sommer von Rosmarie Thümminger

Elena ist 14 Jahre alt und wird bald in der Pension ihrer Eltern arbeiten. Ihr ist das egal und sie will das auch irgendwie. Doch eine Reise nach Amsterdam und ein Gespräch mit Jenny, der Gastgeberin, ändert alles. Dort wird ihr bewusst, dass ihr Traum gar nicht die Übernahme der Pension ist, sondern weiter in die Schule zu gehen. Franz, ihr Bruder, fährt natürlich mit. Seine Freundin, die reiche schöne Susette, ist drogensüchtig und Franz muss ihr aus Amsterdam Stoff besorgen. Elena soll als unschuldiges Mädel vom Land die Suchtgiftpolizei fernhalten.

Ich finde dieses Buch sehr empfehlenswert.

Alexandra

Fix und Fertig von Wolfgang Gabel

In diesem Buch geht es um einen Jungen der eine Freundin hat, Klassenbester und alles von seinen Eltern bekommt, was er will. Doch mit seinem Leben ist er nicht zufrieden. Er hat ständig Kopfschmerzen und weil er diese nicht mehr ertragen kann, glaubt er, dass Tabletten, Haschisch und Heroin seine Probleme lösen könnten.

Täglich versucht er erneut Drogen zu bekommen, was oft ein harter Kampf ist.

Als seine Eltern die Sache einige Zeit später mitbekommen, schicken sie ihn auf eine Kur.

Dort versucht er so gut es geht von den Drogen loszukommen, mit Hilfe von vielen Freunden, die er kennen lernt, die das selbe Problem haben. Schlussendlich nützt die Kur auch und seine Eltern bekommen eine schriftliche Verständigung, dass ihr Sohn geheilt sei.

Doch zur Spritze greift er dennoch wieder.

Er denkt schon, den Krieg gegen die Drogen doch verloren zu haben. Schließlich will er ins Bundeswehrkrankenhaus, dass er sich richtig erholen kann. Das ist seine Chance. er darf bleiben, bis er ganz gesund ist.

Ich finde dieses Buch erst für 12-Jährige geeignet, weil der Anfang ein bisschen kompliziert ist. Aber es wird sehr gut erklärt, wie man von Alkohol, Drogen und Suchtproblemen wegkommen kann.

Daniel
Sebastian

Diese Bücher könnt ihr in unserer Bücherei
ausleihen!

3xkurz
gelacht:

HA "Mami, Mami", schreit klein Erna aus dem Bad, "der Fritz hat mich ganz voll gespritzt!" "Spritze doch zurück, klein Erna!"
HA "Aber Mami, wie denn? Ich bin doch ein Mädchen!"
HA Fragt der Ober: "Möchten sie die Pizza in vier oder acht Stücke geschnitten haben?" Der Gast: "Lieber nur in vier Stücke, ich habe keinen großen Hunger."
HA Gabi hat zu Haus dreißig Mark gefunden, gibt sie ihrem Vater und sagt: "Ich möchte zehn Prozent Finderlohn." "Kommt nicht in Frage, fünf Mark kriegst du und damit basta!" antwortet ihr Vater.

Wahre Geschichten vom Rauchen

Der Opa

Ich kann allen Rauchern nur einen Tipp geben: Hört auf mit dem Rauchen! Mein Opa rauchte 5 Schachteln am Tag. Er wachte sogar in der Nacht auf, um zu rauchen. Plötzlich geschah etwas Schreckliches: Er erkrankte. Am Anfang bekam er hin und wieder keine Luft, doch bald wurde es immer schlimmer. Schließlich, als sich seine Lage gebessert hatte, dachten wir, es wäre vorbei und alles wäre wieder in Ordnung. Doch wir täuschten uns, denn nach wenigen Tagen bekam er wieder Atemnot und er wurde wieder in das Krankenhaus gebracht. Monatlang bangten wir um ihn, doch es gab keine Hoffnung für ihn, er starb.

Die Klassenkameraden

In der Vierten Klasse Volksschule war das heißeste Thema bei uns das Rauchen. Die Jungs glaubten es wäre cool und die Mädchen sagten, es sei doof. Als wir einmal mit unserer Lehrerin den Wald gingen, spielten ich und meine drei Freundinnen Detektive. Dabei entdeckten wir plötzlich drei Jungen unserer Klasse. Es waren Christopher, Rene und Martin. Und die drei Jungs, die sich nie zum Thema Rauchen geäußert hatten, hielten jetzt Gauloise in der Hand. „So kann man sich in Menschen täuschen!“ dachte ich, rannte zu unserer Lehrerin und erzählte ihr alles. Sie lobte mich jeden Tag, dass ich ihr das gesagt habe. Ich hoffe, ihr macht einmal das gleiche.

Versteckte Zigaretten

Der zweite Opa, von dem ich euch erzähle, ist Nichtraucher. Er sagt immer Zigaretten stinken. Immer, wenn meine Mama zu ihm kommt, muss sie auf den Balkon gehen. Wenn sie dann aber am Abend in ihre Zigarettschachtel hineinschaut, fehlen 7 Zigaretten. Einmal suchte ich bei meinem Opa meine Süßigkeiten, die er immer versteckt. Als ich sie endlich gefunden hatte, fand ich noch was: die fehlenden Zigaretten meiner Mutter. Als ich meinen Opa fragte was das soll, sagte er: „Je weniger Zigaretten deine Mama hat, desto weniger raucht sie.“ Das stimmt auch. Meine Mama raucht jetzt weniger als vorher.

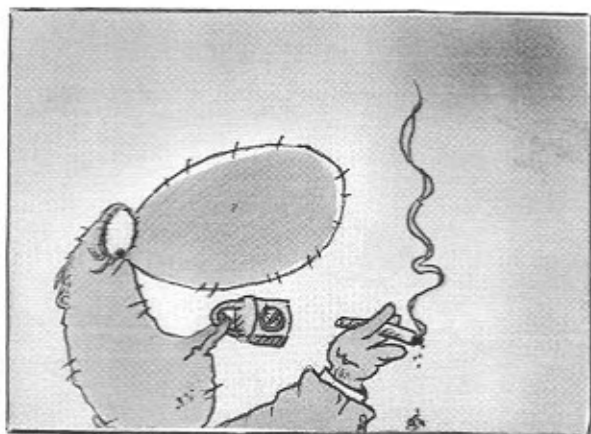
Jennifer

Ha hi ho. *priority*

Wieso drehen manche Raucher
ihre Zigaretten selbst?
Der Arzt hat ihnen Bewegung verordnet.



Siehst du die Gräber hinterm Klo?
Das waren die Raucher von Marlboro!
Siehst du die Gräber hinterm Strauch?
Das waren die Nichtraucher, die
starben auch!



Ein Fahrgast sitzt mit
einem frischgebackenen
Nichtraucher in einem
Zugabteil: „Sie haben
wohl gerade mit dem
Rauchen aufgehört,
oder?“ „Wie kommen
Sie denn darauf?“
„Weil Sie Ihre Kekse
im Aschenbecher
ausdrücken!“

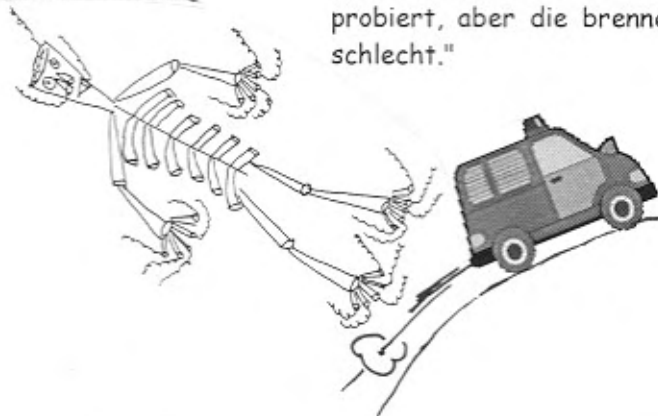
Lieber Eisbein auf dem Tisch, als Raucherbein unterm Tisch!!



"Herr Doktor, wie kann ich mir
das Rauchen abgewöhnen?"
fragt die Patientin. "Versuchen
sie es doch mal mit
Gummibärchen." "Schon
probiert, aber die brennen so
schlecht."

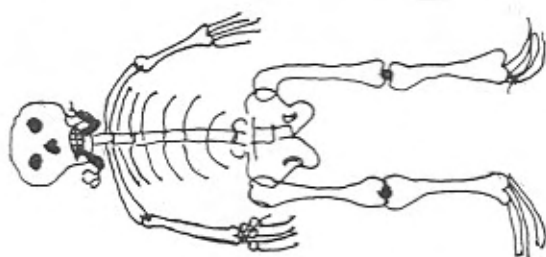


Alter Bauer zu jungem Bauern: „Rauchen deine
Kühe?“ Junger Bauer: „Nein, warum?“ Alter
Bauer: „Dann brennt dein Stall!“



SCHWARZER HUMOR

ICH BIN UNHEILBAR!



Hallo, mein Name ist Krebs Lungenkrebs. Ich halte mich überall in ungesunden Dingen wie z.B. Zigaretten oder Pfeifen auf. Wenn jemand eine Zigarette raucht, bin ich schon zur Stelle, um mit dem Rauch in seine Lunge zu gleiten. Dabei hoffe ich, dass diese Person eine schwarze oder kranke Lunge hat, damit ich es mir drinnen bequem machen kann. Meistens gehen diese Leute zum Arzt, um eine Medizin gegen mich zu finden. Gott sei Dank ist die Menschheit noch nicht so weit, um mich mit medizinischen Mitteln zu schlagen. Aber bald wird es so weit sein, dass ich meinen Wirt wechseln muss, um überleben zu können. Deshalb lasse ich es mir bei dieser Person gut gehen, bis sie stirbt.

Anonym

AUF DER SUCHE NACH EINEM OPFER

Ich bin ein kleiner blauer Lungenkrebs und bin gerade geboren worden! Meine Mutter hatte mir aufgetragen Menschen zu suchen und mich in ihre Lungen zu versenken. Eines Tages ging ich in eine Schule und ich versteckte mich in einer Toilette. Ich wartete auf mein erstes Opfer. Sogleich kam jemand herein, und ich hüpfte schnell in seine Lunge. Doch die war rein. Ich war traurig, weil ich noch keine schwarze Lunge gefunden hatte. Deshalb ging ich in die andere Toilette. Ein Mädchen kam herein und zündete eine Zigarette an. Ich roch sofort den Geruch und schlüpfte auch bei ihr hinein. Diese Lunge war schön schwarz, sie gefiel mir sehr und ich blieb bei ihr. Doch eines Tages lag das Mädchen im Krankenhaus wegen Lungenkrebs. Ich krabbelte aus ihr heraus und suchte mir ein anderes Opfer, und ich fand es auch. Aber wo ich auftauchte und mir einen Platz suchte, musste ich wieder gehen, denn alle Menschen lagen im Krankenhaus und starben an einer Krankheit, die sie Lungenkrebs nannten. Ich bin stolz darauf, dass man eine absolut tödliche Krankheit nach mir benannt hat. Schade ist nur, dass alle meine Wirte so schnell die Patschen aufstellen. Woran das liegt, weiß ich nicht recht. Hauptsache ich bin berühmt.

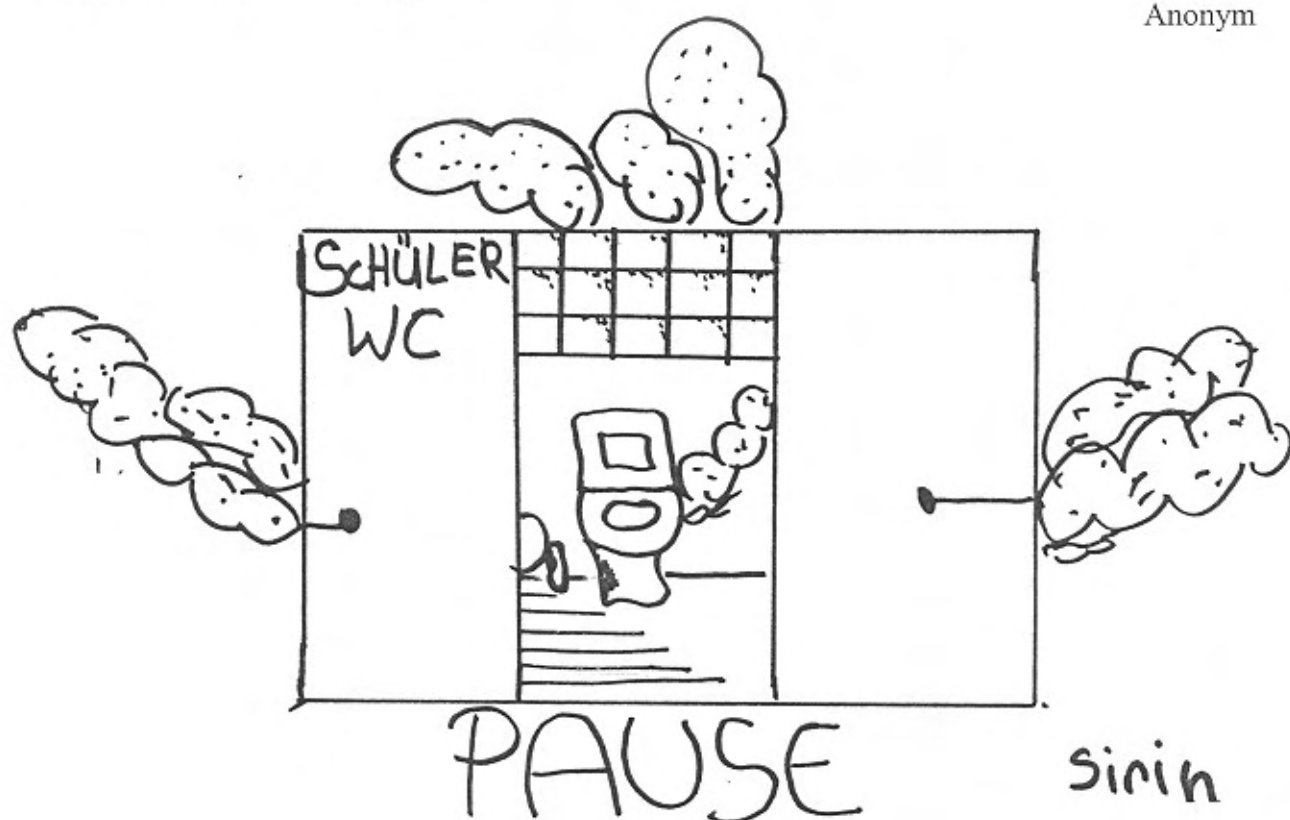
Ivana 3b

SCHWARZER HUMOR

NEUES VOM SCHÜLERKLO

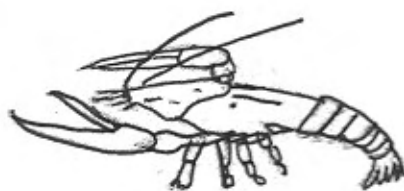
Ich bin ein kleiner rosaroter Krebs und liebe es in Lungen zu leben. Seit einigen Tagen sitze ich auf dem Klo der Dr.-Prior-Hauptschule und habe schon viele Bekanntschaften gemacht. Jeden Tag kommt eine Putzfrau mit ihrem Putzkästchen angerollt, um die Toiletten sauber zu machen. Neben dem Putzen raucht aber jede Angestellte mindestens fünf Zigaretten pro Klo. Die richtige Situation kommt! Ich springe auf eine etwas ältere Dame zu und wandere in ihre Lunge. Doch was ist das? Oh nein, wie schrecklich, sie ist eine Nichtraucherin! So schnell ich kann katapultiere ich mich mit dem Gaumenzäpfchen in die Freiheit. Mein Herz rast und ich bekomme nur schwer Luft. Als ich nach langem Überlegen das richtige Opfer gefunden habe, ist es so weit. Ich rutsche über die Lunge in den Hals und befördere mich dann in den Lungenbereich. Es ist wie im siebten Himmel, die Lunge ist geteert und rabenschwarz. Nach dem schönsten Jahr meines Lebens bekommt mein Opfer schwere Hustenanfälle, die zu Vibrationen in meiner Umgebung führen. Es wird immer stärker und stärker, doch plötzlich ist alles ruhig. Die Vibrationen sind verschwunden und ich höre keinen Ton mehr. Langsam krieche ich die Luftröhre entlang bis ich zum Mund komme. Mit aller Kraft reiße ich die Lippen auf und quetsche mich hinaus. Der Knabe ist mir doch glatt unter den Scheren weggestorben. Ich mache mich wieder auf die Suche nach einem passenden Wohnsitz, um dort mein Leben zu verbringen.

Anonym



SCHWARZER HUMOR

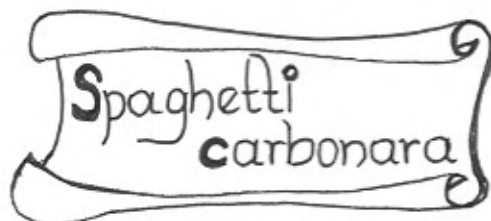
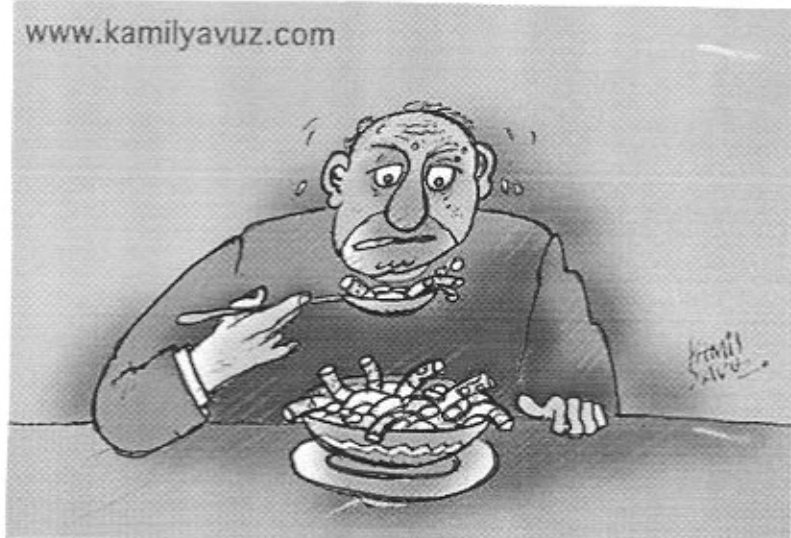
ICH, DER LUNGENKREBS



Ich bin ein kleiner frischgeschlüpfter Lungenkrebs. Meine Eltern haben mich gleich nach der Geburt rausgeschmissen. Ich bin am Boden zerstört. Wo soll ich denn nur hin? Noch dazu bin ich nackt, weil sie mir nicht einmal Kleider mitgegeben haben. Nicht einmal zu essen habe ich etwas. Ich werde qualvoll zu Grunde gehen, wenn ich nicht bald eine geteerte Lunge finde. Aber wo finde ich denn so was, ich habe ja überhaupt keine Ausbildung. Am besten, ich laufe diesem schwarzen Mann hinterher, der da des Wegs kommt. Er ist schwarz, dann wird er auch eine schwarze Lunge haben. Ich krabble hinein und gleich wieder raus. Der hat ja eine zarte rosa Lunge, das gibt es doch nicht. Ich brauche jemand anderen. Mal scharf nachdenken, wo gehen Raucher am liebsten hin? In die Trafik natürlich. Aber es ist Sonntag, da hat ja keine offen! Na, dann setze ich mich auf einen der Automaten und warte auf den ersten Dummen der sich eine Schachtel holen will. Der erste Kunde! Zwar passt mir seine Lunge nicht wirklich, aber für den ärgsten Hunger reicht es. Nach mindestens 10 Wirten entdeckte ich endlich die schrecklichste aller Lungen. Die kohlrabenschwärzeste Lunge, die ich je gesehen habe. Meine Gebete wurden erhört. Mann, bin ich froh, dass ich mit dem Rauchen aufgehört habe, so wie's hier aussieht....

Aber für mich ist das gut, sonst könnte ich nicht überleben. Nun ist das schon seit einer Woche mein Hauptwohnsitz und am liebsten würde ich hier mein ganzes Leben verbringen, bzw. sein ganzes Leben. Aber wer weiß, wie lange ich noch bleiben kann, denn mein Wirt sitzt gerade im Wartezimmer eines Arztes und wartet bis er dran kommt. Er hat sicher vor mich raus zu schmeißen, nur weil ich seine Toilette benutze. Ich habe doch die Miete pünktlich bezahlt oder? Doch plötzlich schüttelt er sich und stürzt zu Boden. Ich schätze ein Herzinfarkt. Oh, er liegt auf dem OP-Tisch. Ich bin doch noch zu jung zum Sterben. Sobald ich wieder einen klaren Gedanken fassen kann, krabble ich hinaus und finde gleich den nächsten Raucher, bei dem ich wohnen kann. Es ist der Oberarzt, was für ein SKANDAL!!!!

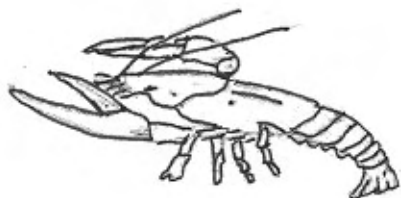
Sabine Waschnig 4b



- ▶ il carbone:
ital., die Kohle
- ▶ Namensdeutung:
 - Gericht der ital. Kohlenhändler oder
 - der gemahlene Pfeffer sieht wie Kohlenstaub aus.

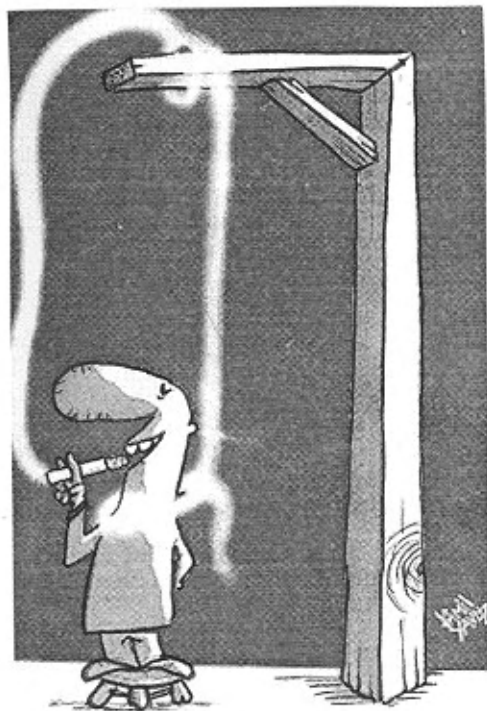
SCHWARZER HUMOR

DER LUNGENKREBS WILLI



Oh Mann! Ich warte jetzt schon eine geschlagene Stunde hier, denn meine Mutter hat gesagt, dass ich hier die meisten Raucher antreffe. Aber hier ist keine Menschenseele. Ich merke schon, wie mir der Magen knurrt. Es ist keiner hier, in den ich mich fressen kann. Mein Magen knurrt noch viel lauter und plötzlich steht ein Raucher vor mir. Ich schlüpfe schnell in seine Lunge und mir fällt auch gleich auf, dass alles ideal schwarz ist. „Juchhu!“, denke ich, endlich kann ich Mamis Wunsch auf dem Sterbegaumen erfüllen! Sie hatte meine Geschwister und mich aus dem Hals eines sterbenden Rauchers gerettet und sie selbst ist dabei umgekommen! Nun muss jeder seinen eigenen Weg gehen! Aber als erstes klammere ich mich im Hals fest, denn mein Vater hat mich ja nicht umsonst vor dem Raucherhusten gewarnt!

Die Wochen vergehen, und ich wachse heran. Aber eins ist mir unerklärlich: Ich kann das Gift und den Rauch in der Lunge des Mannes so schnell und so viel davon essen wie ich will, aber der Rauch wird immer mehr. Ich fühle mich wohl hier. Heute aber ist die Luft in der Kehle so stickig, dass nicht einmal ich mehr atmen kann. Also beschließe ich, ans Tageslicht zu gehen, um zu sehen was los ist. Doch als ich oben ankomme, bemerke ich, dass der Raucher gestorben ist und unter der Erde liegt. Es ist eine Menge Arbeit, mich nach oben durchzugraben, aber ich entkomme aus dem Sarg unter der festen Erde. An der frischen Luft beschließe ich, mir einen neuen Raucher zu suchen. Das kann ja nicht so schwer sein, denn auf der Welt gibt es ja genug von ihnen.



Christina 3b



WERBUNG WERBUNG WERBUNG



WERBUNG WERBUNG WERBUNG

