

Mir stinkt's.



**take  
control**

DER **WENIGER** RAUCHEN KURS

[www.takecontrol.at](http://www.takecontrol.at)

Ein Projekt des Instituts Suchtprävention.

Lehrlingen das Rauchen am Arbeitsplatz zu verbieten, ohne begleitende Maßnahmen anzubieten, gestaltet sich oft schwierig. Der Einfluss von Gleichaltrigen ist groß, der berufliche Alltag möglicherweise neu, ungewohnt und teilweise belastend. Die Herausforderung besteht darin, Jugendlichen zu helfen, dem sozialen Druck zu rauchen, zu widerstehen.

“take control” bietet eine altersgemäße Unterstützung für junge MitarbeiterInnen, um NichtraucherIn zu werden bzw. den Konsum signifikant zu reduzieren.

## → Die TeilnehmerInnen lernen...

- ▶ ihr Rauchverhalten zu beobachten, zu kontrollieren und im besten Fall zu beenden
- ▶ statt des Griffs zur Zigarette alternative Verhaltensweisen zu entwickeln
- ▶ sich in der Gruppe gegenseitig zu unterstützen und zu motivieren

## → Organisatorisches:

- ▶ Der Kurs dauert **4 Wochen**.
- ▶ Jede Woche findet ein 1,5-stündiges Treffen der TeilnehmerInnen statt.
- ▶ Diese Gruppe sollte aus mindestens 8 (höchstens 15) jugendlichen InteressentInnen (bis 25 Jahren) bestehen.
- ▶ **Vor Ort benötigt werden:** ein Kursraum, Flipchart und eine Kontaktperson

## → **Kosten:** 600 Euro plus Fahrtkosten und Ust.

Für dieses Angebot kann gemäß § 19c Berufsausbildungsgesetz (BAG) eine **Förderung im Ausmaß von 75%** beantragt werden. Nähere Informationen zu den Förderrichtlinien finden Sie unter [www.lehre-foerdern.at](http://www.lehre-foerdern.at).

## → **So funktioniert's:**

- ▶ Laden Sie im Internet unter [www.takecontrol.at](http://www.takecontrol.at) die Infomaterialien sowie das Anmeldeformular herunter.
- ▶ Sobald Sie mind. 8 InteressentInnen gefunden haben, senden Sie das ausgefüllte Anmeldeformular an das Institut Suchtprävention.
- ▶ Wir kontaktieren Sie für die Vereinbarung der Kurstermine und führen den Kurs in Ihrem Betrieb durch.

Für Fragen wenden Sie sich bitte direkt an:

Mag.<sup>a</sup> Tanja Schartner | 0732/778936-42 | [schartnert@praevention.at](mailto:schartnert@praevention.at)

Institut Suchtprävention, Hirschgasse 44, 4020 Linz