

Arbeitsblätter

RAUCHEN



Ausgabe 2024

*Unterrichtseinheiten rund
um das Thema Tabak*

Génération
SANS TABAC

Dieses Unterrichtsmaterial ist Teil der
nationalen Strategie *Génération Sans Tabac*
generationsanstabac.lu



**Fondation
Cancer**

Info · Aide · Recherche



| maviesanstabac.lu | missionnichtrauchen.lu

Vorwort

Liebe Lehrer,

um erwachsen zu wirken, um zur Clique dazuzugehören oder aus mangelndem Selbstbewusstsein: Es gibt viele Gründe, warum Jugendliche mit dem Rauchen oder Dampfen anfangen. Tabak ist hierzulande das gesellschaftlich sichtbarste Suchtmittel und die mit Abstand am weitesten verbreitete Form der Abhängigkeit. Zudem birgt das Rauchen in jungen Jahren ein hohes Gesundheitsrisiko.

Angesichts dieser Tatsache gilt es auch in den Schulen die Möglichkeiten zur Förderung des Nichtrauchens wahrzunehmen. Schulische Prävention und Gesundheitserziehung in den Schulen ist von wesentlicher Bedeutung weil Rauchen oft schon im Jugendalter beginnt: Etwa 90 Prozent der Raucher haben damit bereits als Teenager begonnen. Es ist für viele Jugendliche eine Herausforderung, rauchfrei zu bleiben bzw. zu werden. Eine große Rolle spielt hier der Gruppendruck – die Zigarette wird gebraucht, um „dazuzugehören“ und/oder als „cool“ zu gelten.

Die vorliegenden Arbeitsblätter sind als Übungen und Unterrichtseinheiten rund um das Thema Tabak konzipiert worden und richten sich an das Lehrpersonal, die Jugendliche im Alter von 12 bis 16 Jahren unterrichten. Diese Materialien bieten Orientierung im Umgang mit rauchenden Schülern und auf dem Weg zu einer wirkungsvollen Tabakprävention. Sie stellen Ihnen wertvolle Informationen und praktische Hilfen zur Verfügung. Unsere Empfehlung: Benutzen Sie die folgenden Arbeitsblätter möglichst umfassend. Aus Sicht von Suchtexperten ist es sinnvoll, Themen altersgerecht und langfristig zu behandeln, d. h. , dass das Thema Tabak über mehrere Wochen bzw. Monate immer wieder aufgegriffen und vertieft werden muss. Unsere Arbeitsmaterialien sind jedoch so aufgebaut, dass Sie auch einzelne Arbeitsblätter zu einem bestimmten Themengebiet auswählen und mit Ihrer Klasse behandeln können.

Das Quiz am Anfang bietet sich als lockeren Einstieg zum Thema Tabak an. So können Sie den Wissensstand Ihrer Schüler erfassen und sie dazu anregen, noch mehr über das Rauchen und dessen Folgen und Gefahren zu lernen.

Gibt es in Ihrer Klasse einzelne Schüler, die bereits rauchen, sollten Sie dies direkt ansprechen. Bei der Diskussion der verschiedenen Arbeitsblätter könnten Sie diese Schüler fragen, ob sie sich den Risiken des Rauchens bewusst sind. Außerdem könnten Sie sich bei diesen Schülern erkundigen, welches für sie Argumente wären, mit dem Rauchen aufzuhören. Sollten Sie als Lehrer selbst rauchen, können Sie dies aus Sicht des Verbrauchers thematisieren. Das kann Ihren Unterricht glaubwürdiger machen. Erzählen Sie zum Beispiel von Ihren gescheiterten Aufhörversuchen oder Ihren ambivalenten Gefühlen, was den Griff zur Zigarette betrifft. So können Sie, auch wenn Sie selbst rauchen, hinter den Präventionsmaßnahmen stehen und Ihre Schüler darin bestärken, nicht zu rauchen.

Als Lehrer sollten Sie Ihre Schüler auch darüber informieren, wo hierzulande Unterstützung beim Rauchstopp zur Verfügung steht. Diese Ausstiegsangebote sollten jedoch immer auf Freiwilligkeit beruhen.

Rauchstopp-Beratung der Fondation Cancer:

T 45 30 331

www.maviesanstabac.lu

Die Fondation Cancer wünscht Ihnen spannende Diskussionen und viel Erfolg bei Ihrem Vorhaben!

Suche im Internet

Für viele Aufgaben müssen Ihre Schüler selbst im Internet recherchieren. Einen guten Überblick zum Thema Tabak bieten folgende Links:

In französischer Sprache:

<https://www.maviesanstabac.lu/le-tabagisme-actif/>
www.cnct.fr

In deutscher Sprache:

<http://www.rauchfrei-info.de>
http://www.feel-ok.ch/de_CH/jugendliche/themen/tabak/tabak.cfm
<https://www.maviesanstabac.lu/de/die-schaedlichen-auswirkungen-des-tabakkonsums/>

In englischer Sprache:

http://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/index.htm
<http://www.cancer.org/cancer/cancercauses/tobaccocancer/index>

Wissenswerte Fakten zum Thema Tabak für Sie als Lehrer finden Sie hier:

<http://www.tobaccoatlas.org> (Englisch)

Antworten & Diskussionsmöglichkeiten

Antworten und/oder Diskussionsmöglichkeiten zu den verschiedenen Arbeitsblättern senden wir Ihnen gerne auf Anfrage zu (E-Mail an: prevention@cancer.lu).

Mission Nichtrauchen

Die Fondation Cancer engagiert sich seit 1999 verstärkt in hiesigen Schulen. Mit ihrem Schulklassen-Wettbewerb *Mission Nichtrauchen* will sie Jugendliche zwischen 12 und 16 Jahren dazu motivieren, nicht zur Zigarette zu greifen. In 25 Jahren haben 3.412 Klassen mit 68.072 Schülern an dieser Aktion teilgenommen. Eine Erfolgsgeschichte, die zeigt, dass Suchtprävention in den Schulen erfolgreich stattfinden kann.

Mehr Informationen finden Sie hier:
www.missionnichtrauchen.lu

Inhaltsverzeichnis



Quiz



Gesundheitliche Folgen des Rauchens

- Inhaltsstoffe im Tabakrauch
- Teer und Kohlenstoffmonoxid
- Abhängigkeit
- Folgeschäden des Rauchens



Jugendtrend: Shisha-Rauchen



Warum Passivrauchen der Gesundheit schadet



Rauchen: Ja oder nein? Gründe und Motive

- Zahlen und Fakten zum Rauchverhalten
- Risikoverhalten
- Kosten des Rauchens
- Tabakatlas: Zigarettenpreise in Europa
- Gruppendruck
- Scheinargumente



Gesetzeslage in Luxemburg

- Anti-Tabak-Gesetze
- Warnhinweise auf Zigarettenpackungen



Tabakindustrie

- Absatzmärkte der Tabakindustrie
- Tabakanbau und Umweltverschmutzung

Quiz

1) Die Mehrheit der Jugendlichen und jungen Erwachsenen zwischen 16 und 24 Jahren raucht.

- Richtig Falsch

2) Wie viel Prozent der Einwohner Luxemburgs sind Nichtraucher?*

- 25 % der Bevölkerung
 53 % der Bevölkerung
 73 % der Bevölkerung

3) Jeder zweite Raucher in Luxemburg würde gerne in den folgenden sechs Monaten mit dem Rauchen aufhören.*

- Richtig Falsch

4) Die Zigarette enthält Gifte, die auch in Putzmitteln, Batterien, Abgasen und Straßenbelägen enthalten sind.

- Richtig Falsch

5) Von den mehr als 7.000 chemischen Stoffen, die im Zigarettenrauch enthalten sind, sind wie viele krebserregend?

- Weniger als 10
 Ungefähr 30
 Mehr als 70

6) Zigaretten enthalten radioaktives Material.

- Richtig Falsch

7) Im Durchschnitt verkürzt ein Raucher seine Lebenserwartung um zehn Jahre.

- Richtig Falsch

8) Wie viele Krebserkrankungen sind auf das Rauchen zurückzuführen?

- 1 von 10
 1 von 6
 1 von 3

9) Durch Passivrauchen kann ich die gleichen Erkrankungen bekommen wie ein Raucher.

- Richtig Falsch

* Stand 2023

★ Gesundheitliche Folgen des Rauchens

Inhaltsstoffe im Tabakrauch

Im Tabakrauch einer Zigarette sind mehr als 7.000 chemische Substanzen enthalten. Viele davon sind giftig und mehr als 70 sind sogar krebserregend.



Aufgabe:

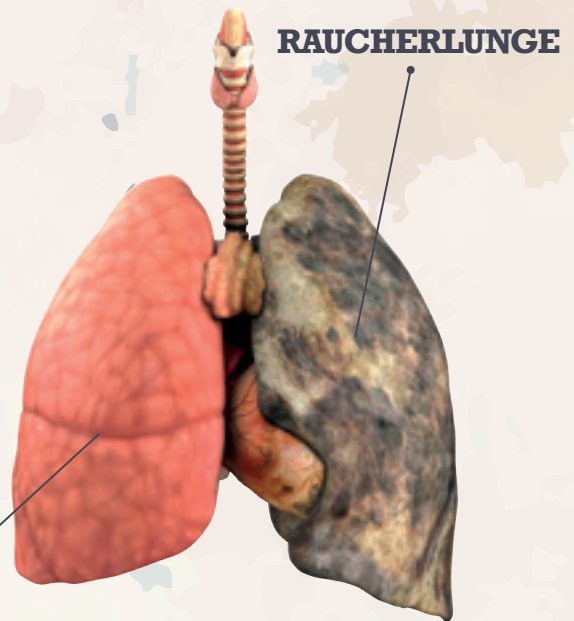
Suche dir eine chemische Substanz und setz dich mit Mitschülern, die die gleiche Substanz ausgewählt haben, zusammen. Versucht möglichst viele Informationen über den ausgewählten Inhaltsstoff zu finden (Internet usw.). Verfasst ein kurzes Infoblatt für die Klasse und/oder tragt eure Ergebnisse der Klasse vor!

Ich wähle folgende Substanz: _____

Teer und Kohlenstoffmonoxid

Teer ist ein Begriff für verschiedene Substanzen, die einen dicken und klebrigen Überrest des Tabaks nach dessen Verbrennung bilden. Er besteht hauptsächlich aus Kohlenwasserstoffen, Aminen, Nitrosaminen und kleineren Spuren von Metallen (z. B. Cadmium, Blei, Arsen und Quecksilber).

Kohlenstoffmonoxid, auch Kohlenmonoxid genannt, ist eine chemische Verbindung aus Kohlenstoff und Sauerstoff. Es handelt sich um ein farb-, geruch- und geschmackloses sowie giftiges Gas. Es entsteht unter anderem bei der unvollständigen Verbrennung von kohlenstoffhaltigen Stoffen.



Aufgabe:

1) Warum ist Teer im Zigarettenrauch so schädlich für die Gesundheit? Recherchiere im Internet und fasse deine Ergebnisse zusammen.

2) Schätzfrage: Wie viel Teer nimmt ein Raucher in einem Jahr auf, wenn er jeden Tag 20 Zigaretten raucht? Kreuze die richtige Antwort an:



einen Teelöffel voll



einen Esslöffel voll



eine Tasse voll

3) Der Anteil des Kohlenstoffmonoxids ist am höchsten:

- in der sauberen Luft
- in den Abgasen eines gut eingestellten Autos
- im Zigarettenrauch

4) Warum ist Kohlenstoffmonoxid im Zigarettenrauch so schädlich für die Gesundheit? Recherchiere im Internet und fasse deine Ergebnisse zusammen.

Abhängigkeit

Aufgabe:

Versuche mit Hilfe von Informationen, die du im Internet findest, folgende Fragen zu beantworten:

1) Was ist Abhängigkeit?

2) Welche zwei Formen der Abhängigkeit bewirkt das Rauchen?

3) Nikotin ist dafür verantwortlich, dass so viele Menschen vom Rauchen abhängig werden. Was ist eigentlich Nikotin und wo kommt es her?

4) Wie entsteht eine Abhängigkeit von Nikotin?



Folgeschäden des Rauchens

Rauchen schädigt nahezu jedes Organ im Körper.

1) Augen

- grauer Star
- Blindheit (Makuladegeneration)
- Brennen, überhöhter Tränenfluss und Blinken

2) Hirn und Psyche

- Schlaganfall
- Sucht/Entzug
- veränderte Gehirnchemie
- Angst um Auswirkungen des Tabaks auf die Gesundheit

3) Haare

- Geruch und Entfärbung

4) Nase

- Krebs der Nasenhöhlen und Nasennebenhöhlen
- chronische Rhinosinusitis
- beeinträchtigter Geruchssinn

5) Zähne

- Zahnfleischerkrankungen, Gingivitis, Parodontitis
- lose Zähne, Zahnverlust
- Wurzelkaries, Zahnbelag
- Verfärbungen und Flecken

6) Mund und Hals

- Lippen-, Mund-, Hals-, Kehlkopf- und Rachenkrebs
- Halsentzündung, Halsschmerzen
- beeinträchtigter Geschmackssinn
- schlechter Atem

7) Ohren

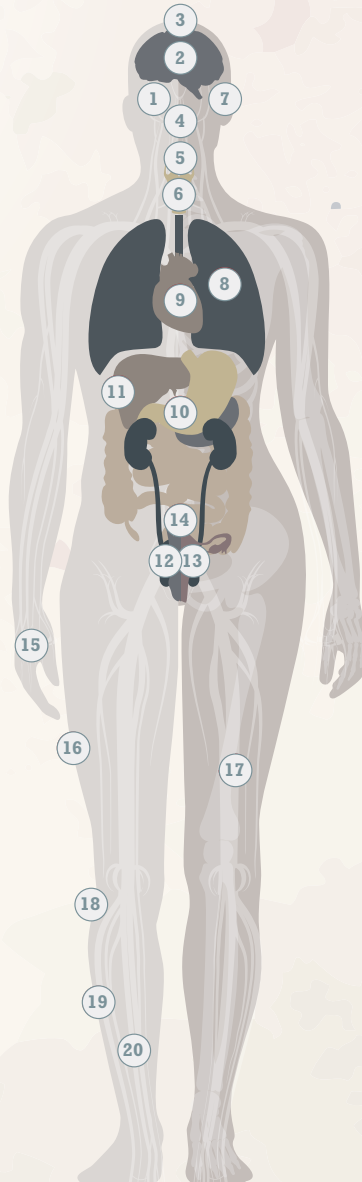
- Schwerhörigkeit
- Ohrenentzündung

8) Lunge

- Lungen-, Bronchien- und Luftröhrenkrebs
- chronisch obstruktive Lungenerkrankung (COPD) und Emphysem
- chronische Bronchitis
- Atemwegsinfektionen (Grippe, Lungenentzündung, Tuberkulose)
- Atemnot, Asthma
- chronischer Husten, übermäßiger Auswurf

9) Herz

- Koronarthrombose (Herzinfarkt)
- Atherosklerose (Schädigung und Verschluss der Koronargefäße)



13) Weibliche Fortpflanzungsorgane

- Gebärmutterhalskrebs, Eierstockkrebs
- vorzeitige Ovarialinsuffizienz
- frühe Menopause
- verminderte Fruchtbarkeit
- schmerzhafte Menstruation

14) Harnwege

- Blasen-, Nieren- und Harnleiterkrebs

15) Hände

- periphere Gefäßerkrankung
- schlechte Durchblutung (kalte Hände)

16) Haut

- Schuppenflechte
- Verlust des Hauttonus
- Falten
- vorzeitiges Altern

17) Skelett

- Osteoporose
- Anfälligkeit für Rückenprobleme
- Knochenmarkkrebs
- rheumatoide Arthritis

18) Wunden und Chirurgie

- schlechte Wundheilung
- schlechte postoperative Genesung
- Verbrennungen durch Zigaretten

19) Beine und Füße

- periphere Gefäßerkrankung
- kalte Füße, Beinschmerzen, Gangrän
- tiefe Venenthrombose

20) Kreislauf

- Buerger-Krankheit (Entzündung der Arterien, Venen und Nerven in den Beinen)
- akute myeloische Leukämie

10) Brustkorb und Unterleib

- Speiseröhrenkrebs
- Magen-, Darm- und Bauchspeicheldrüsenkrebs
- abdominales Aortenaneurysma
- Magengeschwür (Speiseröhre, Magen, oberer Teil des Dünndarms)
- erhöhtes Brustkrebsrisiko

11) Leber

- Leberkrebs

12) Männliche Fortpflanzungsorgane

- Unfruchtbarkeit (Anomalie der Spermien, Verlust der Mobilität, reduzierte Anzahl)
- Impotenz
- Prostatakrebs

Immunsystem

- beeinträchtigte Widerstandskraft gegen Infektionen
- eventuell erhöhtes Allergierisiko

Weitere

- Diabetes
- plötzlicher Tod

Die Exposition gegenüber Tabakrauch oder aktives Rauchen verursachen die Verdickung der Arterienwände (ein frühes Stadium der Arteriosklerose) schon ab einem Alter von 15 Jahren.

Aufgabe:

Verteilt euch in Gruppen und sucht euch eines der drei der unten genannten Themen aus. Recherchiert im Internet nach Informationen und stellt anschließend dem Rest der Klasse eure Ergebnisse gruppenweise in Form eines Kurzvortrages vor.

1) Kurzfristige Folgen des Tabakkonsums

2) Langfristige Folgen des Tabakkonsums

3) Geschlechtsspezifische Folgen des Tabakkonsums

★ Jugendtrend: Shisha-Rauchen

Aufgabe:

1) Welche dieser Aussagen zum Thema Wasserpfeife sind richtig und welche sind falsch?

Tipp: Zur Lösung dieser Aufgabe könnt Ihr den *ins!der* N°87 zur Hilfe nehmen.

(erhältlich auf: https://www.cancer.lu/sites/default/files/2021-10/2021_insider87_DE.pdf)

a) Die Wasserpfeifen-Mischung enthält Früchte. Sie ist daher gesund!

Richtig Falsch

b) Wasserpfeife rauchen ist krebserregend!

Richtig Falsch

c) Durch das Rauchen von Wasserpfeifen können Herpes und Hepatitis übertragen werden!

Richtig Falsch

d) Wasserpfeife rauchen kann süchtig machen!

Richtig Falsch

e) Das Wasser der Wasserpfeife filtert die Schadstoffe aus dem Tabakrauch heraus!

Richtig Falsch

f) Wasserpfeife rauchen ist eine gesündere Alternative zur Zigarette!

Richtig Falsch

2) Beim Rauchen einer Zigarette werden 0,6 Liter Dampf eingeatmet. Welches Volumen wird während einer Shisha-Session eingeatmet? (Shisha von nur einer Person während +/- 45 Minuten geraucht.)



0,6 Liter



20 Liter



74 Liter

★ Warum Passivrauchen der Gesundheit schadet

Folgende Symptome und Krankheiten können durch Passivrauchen hervorgerufen werden:

Asthma

Kopfschmerzen, Schwindelgefühle

Schnupfen und Husten

Bronchitis und Lungenentzündung

Herzkrankheiten

Lungenkrebs

Lungeninsuffizienz

Pseudokrupp
(Krupphusten)

Mittelohrentzündungen, die zu
Gehörschäden führen können

Plötzlicher Kindstod



Passivrauchen bedeutet, dass man den Tabakrauch eines oder mehrerer Raucher einatmet. Die schädlichen Stoffe des Tabakrauchs können bestehende Krankheiten verschlimmern oder neue Krankheiten entstehen lassen. Einige dieser möglichen Erkrankungen siehst du auf der Abbildung oben. Das Risiko, durch Passivrauchen krank zu werden, ist umso höher, je häufiger und je mehr du vom Tabakrauch einatmest.

Aufgabe:

1) Wieso glaubst du, dass in einigen Ländern ein Rauchverbot im Auto gilt, wenn Minderjährige mitfahren?

2) Ist Passivrauchen auch für Tiere gefährlich?

Ja Nein

3) Kann man die Probleme des Passivrauchens durch folgende Lösungen vermeiden? Erkläre!

„Ich mache das Fenster auf – dann ist alles gut.“

Ja Nein

Erkläre: _____

„Ich rauche in einem anderen Raum.“

Ja Nein

Erkläre: _____

„Ich schalte immer die Lüftungsanlage oder die Dunstabzugsanlage ein.“

Ja Nein

Erkläre: _____

„Ich rauche zu Hause auf der Terrasse oder auf dem Balkon.“

Ja Nein

Erkläre: _____

★ Rauchen: Ja oder nein? Gründe und Motive

Zahlen und Fakten zum Rauchverhalten

Aufgabe:

1) Wie viel Prozent der Personen, die in Luxemburg leben, rauchen?* _____

2) Wie viele Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 16 und 24 Jahren rauchen in Luxemburg? Gibt es einen Unterschied zwischen Mädchen und Jungen?* _____

3) Aus welchen Gründen glaubst du, fangen Jugendliche mit dem Rauchen an?

4) Aus welchen Gründen glaubst du, fangen Jugendliche nicht mit dem Rauchen an?

Risikoverhalten

Aufgabe:

Fülle folgende Tabelle aus:

	Was würde ich gewinnen?	Welches sind die Risiken?	Würde ich dies wagen?
Bungee-Jumping machen			<input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein <input type="radio"/> Vielleicht
die Schule schwänzen			<input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein <input type="radio"/> Vielleicht
mitten in der Nacht alleine zu Fuß nach Hause laufen			<input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein <input type="radio"/> Vielleicht
mir einen Alkoholrausch antrinken			<input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein <input type="radio"/> Vielleicht
bei einer Prüfung spicken			<input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein <input type="radio"/> Vielleicht
im Schwimmbad vom 10-Meter-Brett springen			<input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein <input type="radio"/> Vielleicht
jemanden, den ich toll finde, daten			<input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein <input type="radio"/> Vielleicht

(Quelle: In Anlehnung an Sucht Schweiz, AT, Bildung und Gesundheit Lausanne)

Kosten des Rauchens

Aufgabe:

Eine Packung Zigaretten mit 20 Stück kostet 5,50 €.

1) Wie viel Geld spart ein Nichtraucher im Vergleich zu einem Raucher, der durchschnittlich zehn Zigaretten pro Tag raucht?

Pro Woche: _____

Pro Monat (31 Tage): _____

Pro Jahr: _____

2) Was kannst du dir als Nichtraucher mit diesem Geld leisten?

Pro Woche: _____

Pro Monat: _____

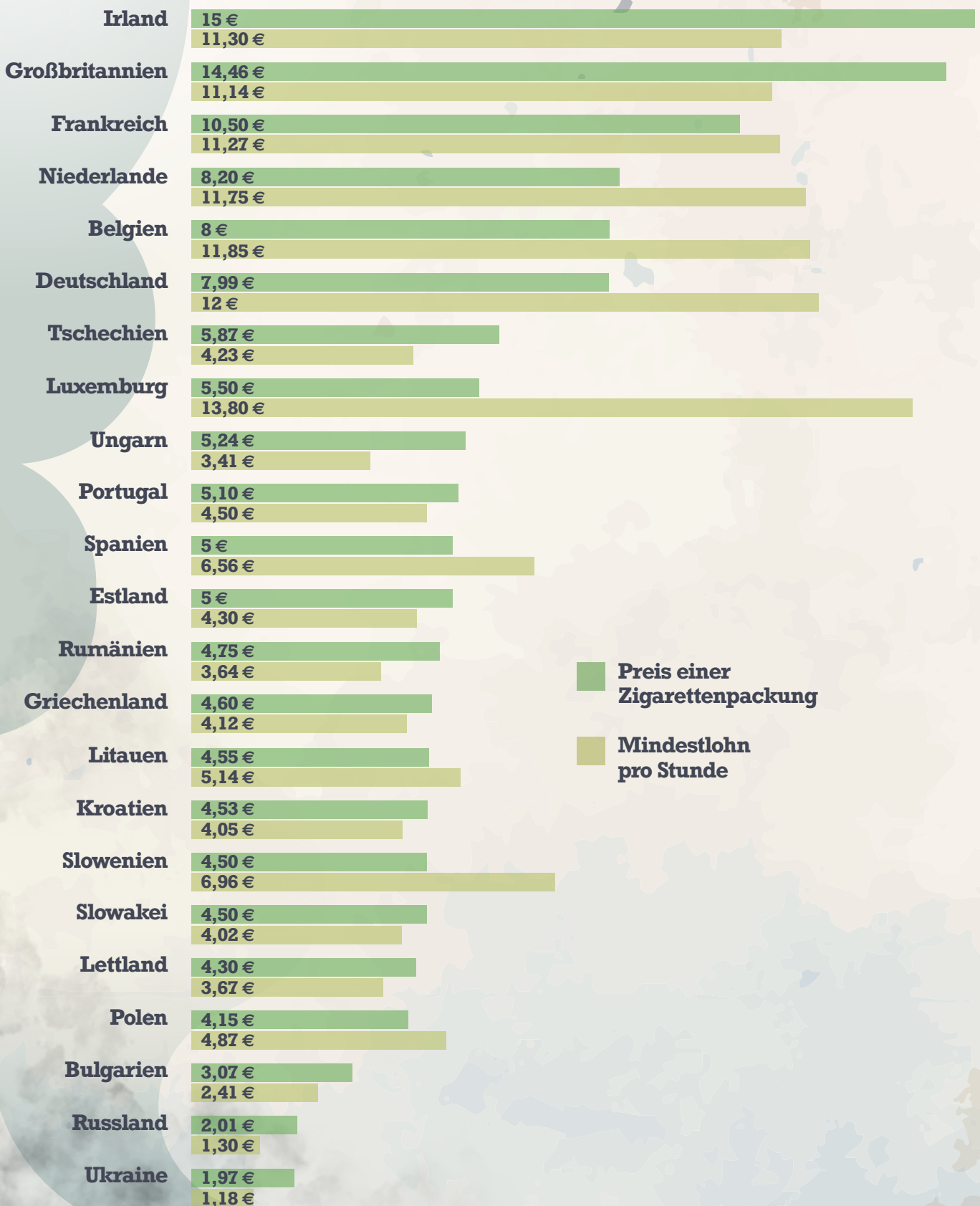
Pro Jahr: _____

3) Eine Zigarette zu rauchen, dauert ungefähr fünf Minuten. Wie viel Zeit pro Tag verbringt eine Person, die täglich ein Päckchen raucht, mit Rauchen?

Antwort: _____

Tabakatlas: Zigarettenpreise in Europa

Preise für eine Packung (20 Zigaretten) der meistverkauften Marke & Mindestlohn pro Stunde für ausgewählte Länder Europas (Stand 2023):



Aufgabe:

1) Wo ist die Zigarettenschachtel am teuersten? _____
Wo ist die Zigarettenschachtel am billigsten? _____

2) Der Preis allein ist jedoch nicht ausschlaggebend. Auch wie erschwinglich der Kauf einer Zigarettenschachtel ist, spielt eine wichtige Rolle. Vergleiche den Mindestlohn pro Stunde mit dem Preis einer Zigarettenschachtel in folgenden Ländern:

	Mindestlohn pro Stunde	Preis einer Zigarettenschachtel
in Ungarn:	_____ €	_____ €
in Irland:	_____ €	_____ €
in Luxemburg:	_____ €	_____ €

3) Wie viele Stunden pro Woche muss eine Person arbeiten, die in Ungarn, Irland und Luxemburg wohnt, den Mindestlohn erhält und täglich eine Schachtel Zigaretten raucht, um sich ihren Zigarettenkonsum finanzieren zu können?

in Ungarn: _____
in Irland: _____
in Luxemburg: _____

4) Glaubst du, dass in Luxemburg weniger Jugendliche rauchen würden, wenn der Preis für Zigaretten höher wäre? Begründe deine Antwort.

5) Was wäre deiner Meinung nach die „Schmerzgrenze“ für den Preis einer Zigarettenpackung, damit Jugendliche keine Zigaretten mehr kaufen würden?

6) Wieso sind Zigaretten in Luxemburg billiger als in benachbarten Ländern?

7) In welchem Land (weltweit) ist der Preis einer Zigarettenpackung am teuersten? Suche im Internet nach der Antwort.

Gruppendruck

Aufgabe:

Teilt euch in Vierer- bis Sechsergruppen ein. Euer Lehrer teilt jeder Gruppe eine der folgenden Situationen zu. Jede Situation beschreibt eine Szene, die ihr darstellen sollt. Bereitet euch zuerst vor und spielt dann die Szene vor der Klasse. Es geht darum, dass beide Seiten versuchen, sich durchzusetzen.

Situationen:

1) Lisa und drei Freundinnen wollen heute einen neuen Nagellack kaufen. Doch niemand hat Geld dabei. Lisa wird von ihren Freundinnen dazu gedrängt, den Nagellack zu klauen. Lisa wehrt sich gegen diesen Vorschlag. Spielt diese Szene nach. Wie könnte diese Diskussion verlaufen? Wie könnte sie enden?

2) Das Wetter ist richtig sommerlich. Pierre genießt mit seinen Freunden die Mittagspause im Park. Eigentlich hätte er anschließend noch einige Stunden Unterricht. Seine Freunde wollen aber lieber noch eine Weile im Park chillen und später was zusammen trinken gehen. Soll Pierre heute auch die Schule schwänzen? Er weiß, dass er damit einiges riskieren würde. Doch seine Freunde versuchen ihn zu überreden. Spielt diese Szene nach. Wie könnte diese Diskussion verlaufen?

3) David hat sturmfreie Bude. Er lädt seine Kumpels zu einer Party zu sich nach Hause ein. Jemand hat eine Shisha dabei und einige beschließen, dass sie diese nun in der Wohnung ausprobieren wollen. David gefällt dies gar nicht. Spielt diese Szene nach. Wie könnte die Diskussion verlaufen?

Diejenigen, die zuschauen, notieren auf einem Blatt Papier:

- wie argumentiert wird,
- welche verbalen und nonverbalen Druckmittel benutzt werden,
- welche Widerstandsstrategien gewählt werden.

Später können die Druckmittel und Widerstandsstrategien, die beobachtet wurden, an die Tafel geschrieben werden.

(Quelle: In Anlehnung an Sucht Schweiz, AT, Bildung und Gesundheit Lausanne)

Scheinargumente

Viele Raucher nennen Gründe, warum sie nicht mit dem Rauchen aufhören möchten. Auf dieser Seite sind einige Scheinargumente und die entsprechenden Gegenargumente aufgelistet.

Aufgabe:

Nimm einen Stift und verbinde die Scheinargumente mit den richtigen Gegenargumenten.

1

„Sterben muss ich sowieso.“

2

„Mein Opa ist 90 Jahre alt geworden, obwohl er immer viel geraucht hat.“

3

„Ich gönne mir ja sonst nichts. Da kann ich mir zumindest eine Zigarette leisten.“

4

„Ich rauche nur 1 bis 4 Zigaretten am Tag. Das ist nicht riskant.“

5

„Ich rauche schon so lange, dass es nichts mehr bringt, noch aufzuhören.“

6

„Durch die heutige Luftverschmutzung sind unsere Lungen schon so stark belastet, dass ein bisschen Tabakrauch auch nichts mehr ausmacht.“

A

„Mit dem Geld, das du nach einem Rauchstopp sparst, kannst du dir viele Sachen leisten. Rechne es mal für ein Jahr aus.“

B

„Es gibt immer ein Risiko. Ein Raucher, der wenig raucht, verdreifacht sein Risiko für eine Herzerkrankung oder Lungenkrebs.“

C

„Der Zigarettenrauch ist 3.000-mal schädlicher als die Luft in Paris. Wusstest du, dass es weniger gefährlich ist, die Abgase eines Autos direkt einzusatmen als zu rauchen?“

D

„Ausnahmen bestimmen die Regel. Weißt du, ob du zu den Ausnahmen gehörst?“

E

„Mit dem Rauchen aufzuhören lohnt sich in jedem Alter. Wenn man mit 60 Jahren aufhört (bzw. mit 50, 40, 30...), gewinnt man 3 Jahre Lebenserwartung (bzw. 6, 9, 10) hinzu.“

F

„Es stimmt, dass jeder irgendwann stirbt. Trotzdem kann man einige Jahre dazu gewinnen, wenn man auf die Gesundheit achtet. Ein Raucher verliert im Durchschnitt 10 Jahre seines Lebens im Vergleich zu einem Nichtraucher.“

★ Gesetzeslage in Luxemburg

Die Anti-Tabak-Gesetze

Im Jahr 2006 ist in Luxemburg das Anti-Tabak-Gesetz in Kraft getreten, das 2013 und 2017 weiter verschärft wurde. Schau dir hier mal ein paar Artikel aus dem Gesetz an:

Art. 3. (1) La publicité en faveur du tabac, de ses produits, de ses ingrédients, des cigarettes électroniques et des flacons de recharge, ainsi que toute distribution gratuite d'un produit du tabac ou d'une cigarette électronique ou d'un flacon de recharge sont interdites.

...

Art. 6. (1) Il est interdit de fumer

1. à l'intérieur et dans l'enceinte des établissements hospitaliers
2. dans les locaux à usage collectif des institutions accueillant des personnes âgées à des fins d'hébergement
3. dans les salles d'attente des médecins, des médecins-dentistes et des autres professions de la santé ...
4. dans les pharmacies
5. à l'intérieur des établissements scolaires de tous les types d'enseignement ainsi que dans leur enceinte
6. dans les locaux destinés à accueillir ou à héberger des mineurs âgés de moins de seize ans accomplis

...

12. dans les aires de jeux, ainsi que dans toutes les enceintes sportives accueillant des mineurs de moins de 16 ans accomplis, y exerçant une activité sportive

13. a) dans les établissements de restauration,
b) dans les salons de consommation des pâtisseries et des boulangeries

...

17. dans les débits de boissons

...

19. dans tout véhicule en présence d'un enfant de moins de douze ans accomplis.

Art. 9. ...

(2) Il est interdit de vendre ou d'offrir gratuitement du tabac et des produits du tabac, ainsi que des cigarettes électroniques et des flacons de recharge à des mineurs âgés de moins de dix-huit ans accomplis.

...

Aufgabe:

1) An welchem dieser hier aufgelisteten Orte darf man erst seit 2017 nicht mehr rauchen? Sucht im Internet nach der Antwort. Das Anti-Tabak-Gesetz findet ihr hier: <https://www.maviesanstabac.lu/de/gesetze/>

2) Was geht bei folgenden Situationen nicht mit rechten Dingen zu?

- a) Steven (17 Jahre) kauft in einem Geschäft Zigaretten.
- b) Auf einem Konzert werden kostenlose Zigaretten verteilt.

a) _____

b) _____

3) Aus welchen Gründen könnte das Anti-Tabak-Gesetz wohl entstanden sein? In welcher Weise nützt dieses Gesetz im Kampf gegen die schädlichen Folgen des Tabakkonsums?

4) Seit 2017 verbietet der Artikel 9 des Anti-Tabak-Gesetzes den Verkauf von Zigaretten an unter 18-Jährige. Vorher war der Verkauf an 16-Jährige noch erlaubt. Was denkt ihr über diese Änderung? Nützt sie etwas? Welche anderen Maßnahmen wären eurer Meinung nach hilfreich, um Jugendliche vom Rauchen abzuhalten?

Warnhinweise auf Zigarettenpackungen

Um vor den Folgen des Rauchens zu warnen, werden neben kurzen Texten auch Bilder als Warnhinweise auf Zigarettenpackungen gedruckt. Hier eine Auswahl:



Aufgabe:

1) Ordne die Nummern der Warnhinweise den folgenden Themengebieten zu:

Krankheiten und Tod: _____

Sexualität: _____

Passivrauchen: _____

Rauchstopp: _____

2) Schau dir die Bilder an und entscheide, welches Bild du am schlimmsten findest:

3) Haben diese Warnhinweise eine abschreckende Wirkung? Schreibe deine Argumente auf und diskutiere sie in der Gruppe!

Tabakindustrie

Absatzmärkte der Tabakindustrie

Die Tabakindustrie muss ständig neue Kunden gewinnen, um ihren Produktverkauf zu halten oder zu steigern, denn die einen sterben (oft an den Folgen des Tabakkonsums), den anderen gelingt es, endlich das Rauchen aufzugeben. Besonders wichtig für die Tabakindustrie sind Jugendliche – denn die sind noch gesund, neugierig und leicht beeinflussbar. Und sie können noch viele Jahre treue Kunden bleiben. 90 Prozent der regelmäßigen Raucher haben bereits vor dem 20. Lebensjahr mit dem Rauchen angefangen.

Schau dir folgende zwei Videoclips (auf Französisch) an. Mit schwarzem Humor zeigen sie dir, wie du als Jugendlicher von der Tabakindustrie „benutzt“ wirst.

<http://bit.ly/298CYRv> (oder suche nach „Pub Toxic-corp“ auf www.youtube.com)

<https://bit.ly/1SDI8WQ> (oder suche nach „la meilleure pub contre le tabac“ auf www.youtube.com)

Aufgabe:

1) Welche Gefühle hast du, wenn du diese Videoclips siehst? Hast du gewusst oder geahnt, welche Rolle du als Jugendlicher für die Tabakindustrie spielst?

2) Teilt euch in Gruppen ein und wählt eines der zwei unten genannten Themen aus. Jede Gruppe arbeitet sich in das ausgewählte Thema ein und stellt die Resultate anschließend dem Rest der Klasse vor.

Tipp: Zur Lösung dieser Aufgabe könnt Ihr neben dem Internet auch noch die Zeitschrift *den ins!der 85* (erhältlich auf https://www.cancer.lu/sites/default/files/2021-04/FondationCancer_Insider85_DE.pdf) zur Hilfe nehmen.

Thema A: Marketing bei Jugendlichen

Obwohl Tabakwerbung in Luxemburg verboten ist, findet die Tabakindustrie Wege, um ihre Produkte für Jugendliche attraktiv zu machen. Als Hilfe zur Vorbereitung können euch auch die folgenden Fragen leiten: Welche Werbetricks werden bei Jugendlichen angewendet? Was sind Beispiele für versteckte Werbung? Was bedeutet der Begriff *product placement* (Produktplatzierung) im Zusammenhang mit Tabakwerbung?

Thema B: Absatzmärkte in Entwicklungs- und Schwellenländern

Die Tabakindustrie öffnet kontinuierlich neue Märkte in Entwicklungs- und Schwellenländern. Überlegt euch Antworten auf folgende Fragen: Weshalb zielt die Tabakindustrie darauf ab, neue Märkte in Ländern Afrikas, Asiens usw. zu erschließen? Weshalb hat die Tabakindustrie dort heute mehr Handlungsspielraum als in Europa und Amerika? Was denkt ihr darüber?

(Quelle: In Anlehnung an Sucht Schweiz, AT, Bildung und Gesundheit Lausanne)

Tabakanbau und Umweltverschmutzung

Aufgabe:

1) Inwiefern ist die Tabakindustrie verantwortlich für Umweltzerstörung?

Tip: Als Informationsquelle könnt ihr euch den Film „Kahlschlag für den blauen Dunst“ anschauen: https://www.cancer.lu/sites/default/files/2021-04/FondationCancer_Insider85_DE.pdf. Sie können sich auch hier von unserem *den ins!der 85* inspirieren lassen https://www.cancer.lu/sites/default/files/2021-04/FondationCancer_Insider85_DE.pdf

2) Welche Auswirkungen hat der Tabakanbau auf die lokale Bevölkerung in den Anbaugebieten? (Stichworte: Pestizide, grüne Tabakkrankheit, Kinderarbeit etc.)

3) Wenn in Luxemburg täglich rund 1,2 Millionen Zigaretten geraucht werden, wie viel Abfall (Zigarettenstummel und Verpackungen mit 20 Zigaretten) ergibt das in einem Jahr?

Die Fondation Cancer, für Sie, mit Ihnen, dank Ihnen.

1994 in Luxemburg gegründet, setzt sich die Fondation Cancer seit mehr als 25 Jahren im Kampf gegen den Krebs ein. Neben Information über Prävention, Früherkennung und Leben mit Krebs besteht eine ihrer Missionen darin, Patienten und ihre Angehörigen mit vielfältigen Angeboten zu unterstützen. Die Förderung von Forschungsprojekten rund um das Thema Krebs bildet eine weitere wichtige Säule der Arbeit der Fondation Cancer, die alljährlich das große Solidaritätsevent *Relais pour la Vie* veranstaltet. Diese Missionen können nur dank der Großzügigkeit unserer Spender erfüllt werden.

Rauchstopp-Beratung der Fondation Cancer:

T 45 30 331

www.maviesanstabac.lu

Herausgeber

Fondation Cancer

209, route d'Arlon
L-1150 Luxembourg
RCS Luxembourg G 25

T 45 30 331

E fondation@cancer.lu

www.cancer.lu