

Text aus der Anleitung der Drogenhilfe Köln gGmbH für die Rauschbrillen (Stand 9/2006):

### **Wie viele Rauschbrillen sind notwendig ?**

Die Gruppengröße ist ein wichtiger Faktor. Bei Klassenaktionen mit nur einer Brille können nur sehr disziplinierte Gruppen beschäftigt werden. Viele müssen zusehen und lange auf die eigene Erfahrung warten. Hier gilt es Gruppen zu bilden und noch andere, erlebnisorientierte Angebote zu schaffen. Die Brillenerfahrung kann dann von wechselnden Gruppen nacheinander gemacht werden.

Bei einer Gruppengröße von bis zu 15 Teilnehmern und Teilnehmerinnen haben wir mit zwei Rauschbrillen gute Erfahrungen gemacht. Bei Aktionen mit ganzen Klassen setzen wir 4 Rauschbrillen ein. Zusätzlich nutzen wir 1 Twilight Vision- bzw. auch die Alcopop-Nighttime-Brille, um Fahrten im Dämmerlicht oder in der Dunkelheit mit KettCar, Sackkarre oder anderen Fahrzeugen zu simulieren.

### **Achtung: Rauschbrillen sind begehrt**

Rauschbrillen sind bei einigen Schülern und Schülerinnen sehr begehrt. Vielleicht als Gag im Freundeskreis, als Partyscherz oder sogar als Drogenersatz. Der Besitz der Rauschbrille scheint attraktiv zu sein. "Kann man die kaufen?", "Was kosten die?" waren häufige Fragen. Der Preis von 80 € schien da kein Hindernis zu sein.

Bei unseren Aktionen auf Schulhöfen oder in unübersichtlichen Gebäudesituationen haben wir die Erfahrung machen müssen, dass einige Brillen am Ende fehlten. Wir versuchen daher die Brillen immer im Blick zu behalten, wir geben nur soviel Brillen wie nötig aus und sammeln vor der Auswertungsrunde des Workshops alle Brillen wieder ein.

### **Sicherheitshinweise**

Bei der Benutzung der Rauschbrillen sollte die Sicherheit der teilnehmenden Schülerinnen oder auch erwachsener Versuchspersonen absolute Priorität haben. Grundsätzlich sollte die Benutzung der Rauschbrillen und der Twilight-Vision-Brillen nie ohne Aufsicht geschehen.

Kinder und Jugendliche sind oft in der Versuchung, mit den Brillen zu toben oder ungeplante, schnelle Aktionen zu unternehmen. Dabei überschätzen sie sich und es kann zu gefährlichen Situationen kommen.

Beim Präventionseinsatz der Rauschbrillen auf Musikfestivals oder Events kann es passieren, dass bereits angetrunkene oder berauschte Gäste den Brillentest machen wollen, Hier kommt es zu einer Addition von beeinträchtigenden Wahrnehmungseffekten. Für die Präventionsfachkräfte gilt es hier aufmerksam zu sein, über die Gefahren zu informieren und eine Nutzung der Rauschbrillen möglichst zu verhindern.

### **Sonstige wichtige Hinweise**

Bei manchen Nutzer und Nutzerinnen kann es zu einer, über den unmittelbaren Test hinaus andauernden, Beeinträchtigung durch die Brillen kommen. Die Augen benötigen dann einen Augenblick Ruhe, damit die Wirkung der Brille auf die Sehfähigkeit wieder ganz verschwindet. Sollten solche Effekte auftreten, dann bitten Sie die jeweilige Person sicherheitshalber sich hinzusetzen und die Augen eine kurze Zeit zu schließen. Länger andauernde Schwierigkeiten sind uns bisher nicht bekannt geworden.

Als weitere unangenehme Effekte können selten leichte Übelkeit, Schwindel oder Kopfschmerzen bei der Brillenbenutzung auftreten. Nach unserer Erfahrung geschieht dies jedoch äußerst selten. Auch wenn diese Symptome den negativen Drogenwirkungen bzw. einem Alkoholrausch besonders nahe kommen, sind sie nicht erwünscht und die Brillenübungen sollten dann sofort abgebrochen werden.

**Kosten:** Wir bekommen häufiger Anfragen aus unseren Gruppen, von Schulen, Kirchengemeinden und Jugendgruppen und dies unterstützen natürlich gerne. Wir vermieten die Brillen nicht und nehmen auch keine Leihgebühr.

Falls das möglich ist, freuen wir uns über eine kleine Spende für die entstandenen Kosten - da unsere Arbeit zu einem großen Teil aus Spenden finanziert ist. wir erlauben uns, der Sendung einen Überweisungsträger beizulegen.

**Die Testpersonen sollten über die folgenden Risiken informiert werden, ohne sie zu verschrecken:**  
Übungen mit den Rauschbrillen erfolgen freiwillig und auf eigene Gefahr

Bei geschwächtem bzw. schlechtem Gesundheitszustand, bei bekannter Psychoseerkrankung, bei Epilepsie oder ähnlichen Erkrankungen dürfen die Rauschbrillen vorsichtshalber nicht benutzt werden.

- Durch die Rauschbrillen wird der Zustand von Beeinträchtigung durch Alkohol und andere Rauschdrogen simuliert
- Durch die Rauschbrillen wird die optische Wahrnehmung verändert und das Gehirn kurzfristig beeinflusst.
- Brillenträger sollen ihre Brillen nicht absetzen und unbedingt weiter benutzen
- Angetrunken oder berauscht sollten die Übungen mit der Brille wegen der Addition beeinträchtigender Effekte nicht durchgeführt werden.
- Nach den Übungen benötigen die Augen einen Augenblick Ruhe, damit die Wirkung der Brille auf die Sehfähigkeit wieder ganz verschwindet.
- sehr selten können leichte Übelkeit, Schwindel oder Kopfschmerzen bei der Brillenbenutzung auftreten.

Aus Amerika, wo sie schon tausendfach im Einsatz waren, sind uns keine Negativfolgen bekannt. Für Fragen und Beratung zu diesen und anderen Themen stehen wir Ihnen in unserer Fachstelle telefonisch unter 02233 / 709259 zwischen 14.00 und 16.00 Uhr an allen Wochentagen zur Verfügung. In dieser Zeit können Sie uns auch nach Absprache in der Fachstelle besuchen.

### **Reinigung**

Im Dauereinsatz in den USA und inzwischen seit drei Jahren auch bei uns in Deutschland haben sich die Drunk Buster Rauschbrillen außerordentlich bewährt und als robust erwiesen. Einige wichtige Tipps müssen jedoch berücksichtigt werden. Die Drunk Buster Rauschbrillen können mit Brillenputztüchern gereinigt werden. Es ist normal, dass durch den Einsatz viele Fingerabdrücke und Gebrauchsspuren auf den Brillen sind.

Für die Reinigung der Rauschbrillen hier folgende Hinweise:

Zum Desinfizieren kann jedes im Drogeriehandel befindliche Desinfektionsspray genommen werden. Dieses Spray aber nicht direkt auf die Brillen sprühen. Ein weiches Tuch ansprühen und die Brille kurz abwischen.

Das Innere der Gläser so wenig wie möglich berühren

Kein Reinigungsmittel direkt auf die Brillen sprühen. Das Spray kann zwischen die Foliengläser geraten.

Um ein Verkratzen der Brille zu verhindern, sollte die Brille nach dem Einsatz sofort im mitgelieferten Stoffsäckchen untergebracht werden.

Viel Erfolg beim langjährigen Einsatz der Drunk Buster Rauschbrille!

## Drunkbuster Rauschbrillen

Drunk Busters Rauschbrillen, die Twilight Vision Brillen, die Low-Level-Alcopop-Brillen und die Alcopop-Nighttime-Brille simulieren eindrucksvoll den Zustand der Beeinträchtigung durch Alkohol und/oder andere psychotrope (das Gehirn beeinflussende) Substanzen. Eingeschränkte Rundumsicht, Doppelsehen, Fehleinschätzungen für Nähe und Entfernungen, Verwirrung, verzögerte Reaktionszeit und das Gefühl von Verunsicherung werden durch die Rauschbrillen erlebbar. Die Twilight Vision Brillen ergänzen zu den vorgenannten Beeinträchtigungen noch den optischen Eindruck von Dämmerung und schlechten Sichtbedingungen. Andere, für Alkohol und Drogenwirkung typische Erscheinungen, sind eine schlechter werdende Muskelkoordination und Entscheidungsschwäche in Krisensituationen. Auch letztgenannte Effekte lassen sich durch Übungen mit den Rauschbrillen darstellen.

Bei der Arbeit mit den Rauschbrillen ist es wichtig, viele Möglichkeiten der Beeinträchtigung zu thematisieren. So gibt es schon bei sehr geringer Alkoholkonzentration im Blut häufig erhebliche Einschränkungen der Wachsamkeit und des Reaktionsvermögens. Auch können verschriebene Medikamente, zusammen mit geringen Alkoholmengen, Rauschwirkung verursachen. Die unterschiedliche Wirkung von Berauscht-Sein wird durch vier verschiedene Arten von Brillen dargestellt:

- |  |                                 |
|--|---------------------------------|
| 1. rote Low-Level-Alcopop-Brille             | simuliert ungefähr 0,8 ‰        |
| 2. „normale“ Rauschbrille                    | simuliert ungefähr 1,3 ‰        |
| 3. abgedunkelte Twilight-Vision-Rauschbrille | simuliert ungefähr 1,3 - 1,5 ‰. |
| 4. die Alcopop-Nighttime-Rauschbrille        | simuliert ungefähr 0,8 ‰        |



Low-Level-Alcopop-Brille



„normale“ Rauschbrille



abgedunkelte Twilight-Vision-Rauschbrille

### Beeinträchtigende Wirkung von Alkohol

Die folgende Übersicht zeigt die durch die Medizin festgestellten negativen Alkoholwirkungen entsprechend der jeweiligen Blutalkoholkonzentration:

0,2 ‰	Bereits 0,2 ‰ beeinflussen die manuelle und kognitive Leistungsfähigkeit, lassen die Risikobereitschaft ansteigen, verschlechtern die Wahrnehmung.
ab 0,5 ‰	Ab 0,5 ‰ lässt die Konzentration und Aufmerksamkeit nach, wird die Reaktionszeit verlängert, nimmt die Selbstüberschätzung zu.
ab 1,0 ‰	Ab 1,0 ‰ ist die Leistungsfähigkeit erheblich beeinträchtigt, wird das Blickfeld verengt (Tunnelblick), treten Gleichgewichtsstörungen auf.

Nach Fuchs/Resch "Alkohol und Arbeitssicherheit"

Viele Nutzer und Nutzerinnen der Rauschbrillen zweifeln beim ersten Blick durch die Brille, ob die Brillen überhaupt einen realistischen Rauscheindruck verschaffen können. Was sie sehen, entspricht dann nicht der eigenen Erfahrung bzw. der optischen Erinnerung eigenen Rauscherlebens.

Diesem Zweifel kann mit folgenden Argumenten begegnet werden:

Die starke optische Wirkung der Rauschbrillen vermittelt zwar andere Bilder als sie real wahrgenommen werden, aber das Gefühlserleben und die Reaktion auf den Körper sind doch mit der Realität sehr vergleichbar. Das Gefühl der Verunsicherung und der eingeschränkten Kontrolle über Körper und Körperfunktionen ist erlebbar und eine eindrucksvolle Selbsterfahrung. Auch die Zuschauer haben den Eindruck, tatsächlich angetrunkene bzw. berauschte Personen zu sehen. Die hierbei entstehende Komik ist als Effekt der Demonstration durchaus erwünscht und unterhaltsam.

Wichtig ist jedoch, bei aller Komik, den ernstesten Hintergrund der Aktion nicht aus dem Blick zu verlieren. Die „Alcopop-Nighttime-Rauschbrille“ ist durch ihre starke Abdunklung für die Heimfahrt-nach-der-Party-Simulation besonders geeignet.

Bei den Rauschbrillenaktionen verwenden wir regelmäßig auch andere Präventionsmaterialien und Methoden um ergänzende Informationen zu vermitteln. Das „nasse Blatt“ zum Beispiel ist solch eine interessante Broschüre (herausgegeben von der BzGA und der niederländischen NIGZ) die für Jugendliche entwickelt wurde. Das „nasse Blatt“ ist voller jugendtypischer Illustrationen und vermittelt dabei ernsthafte Informationen über die Risiken des Alkoholkonsums. In unseren Rauschbrillenaktionen hat sich das nasse Blatt gut bewährt um thematische Arbeitsgruppen zu bilden und dabei auch über Rauschwirkungen zu informieren. Beispielsweise finden sich dort auch folgende Informationen:

### Was passiert denn überhaupt wenn man betrunken ist

Was bewirken die Promille?	
0, 2 ‰ (1-3 Gläser)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• locker-fröhlich</li> <li>• Puls &amp; Atmung werden schneller</li> <li>• Geschmackssinn und Sehfähigkeit lassen nach</li> <li>• dein Appetit ist angeregt</li> </ul>
0,5 – 1,5 ‰ (4-6 Gläser)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• deutliche Veränderung deiner Stimmung &amp; deines Verhaltens</li> <li>• Selbstbeherrschung ist verringert, Erinnerungs- und Reaktionsvermögen lässt nach</li> <li>• Selbstüberschätzung und Tunnelblick setzen ein</li> <li>• Gleichgewicht ist beeinträchtigt</li> </ul>
1,5 – 3 ‰ (7-15 Gläser)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ziemlich blau bis stockbesoffen</li> <li>• alle genannten Effekte werden stärker</li> <li>• hohe Emotionalität /Hemmungen verschwinden</li> <li>• höchst wahrscheinlich Übelkeit / Brechreiz</li> </ul>

Nach BzGA „Das nasse BIWI“ 2005/2006

Hauptargument für den Einsatz von Rauschbrillen ist die überaus positive Resonanz bei den Kindern und Jugendlichen. Mit den Brillenaktionen erreichen wir viele Schülerinnen und Schüler. Im Zusammenhang mit den Aktionen machen sie eine neue Erfahrung und sind bereit, über Themen wie Rauscherfahrungen, Alkohol- und Drogenkonsum auf Parties und Festen in der Lerngruppe zu diskutieren. Sie sind häufig überrascht, wie weitgehend die Wirkung von Alkohol und Drogen auf wichtige Körper- und Wahrnehmungsfunktionen ist.

Überdies ist die Simulation ein sicherer Weg, Trunkenheitsfahrten oder Arbeiten unter Drogeneinfluss zu erleben, ohne selbst getrunken zu haben. Was noch wichtiger ist, die Teilnehmerinnen an den Brillentests werden sich an diese Erfahrung erinnern, weil sie sie mit klarem, nüchternen Kopf gemacht haben. Alkohol benebelt ja nicht nur die unmittelbare Wahrnehmung, sondern kann auch die Erinnerung löschen.

### **Sie können die Rauschbrillen in folgenden Bereichen einsetzen:**

- Suchtprävention in Schule, Unterricht und Jugendeinrichtungen
- Mofa-Kurse z.B. an Schulen und Jugendzentren
- Verkehrssicherheitstrainings
- Prävention in Diskotheken und bei Events
- Suchtprävention in Betrieben
- Fahrschulen / für Nachschulungen (MPU)
- polizeiliche Vorbeugungsarbeit
- Kurse der Jugendgerichtshilfe usw. ...
- für polizeiliche Vorbeugungsarbeit Dies ist ein bleibender Eindruck für die Fahrerinnen!
- Fahren mit den Alcopop Rauschbrillen für Fachschulen für Nachschulungen

### **Die Alcopop- Rauschbrille**

Diese Brillen mit einer Rauschsimulation von ca. 0,6 - 0,8 ‰ BAK sind eine gute Ergänzung zu den "normalen" Rauschbrillen (ca. 1,3 - 1,5 ‰ BAK). Auch nach dem Genuss geringerer Mengen von Alkohol können schon starke und gefährliche Beeinträchtigungen bestehen.

Schon 1-2 Alcopops zeigen Wirkung und sind ein Risiko für Jugendliche und Erwachsene. Junge Mädchen und junge Männer trinken beim Feiern im Durchschnitt 4-6 Alcopops wie eine neuere Umfrage in der Region Köln bei 600 Schülerinnen (5/2004) belegt.

Auch durch Medikamenteneinnahme oder andere Drogen kann eine vergleichbare Rauschwirkung eintreten. Jugendliche sind beeindruckt und werden zum Nachdenken angeregt.

### **Die „Alcopop-Nighttime- Rauschbrille“**

Die „Alcopop-Nighttime- Rauschbrille“ (Drunk Buster Low Level BAC Nighttime Goggle) ist seit 2004 in den USA im Handel und erfolgreich im Präventionseinsatz getestet. Diese Brille kann seit Anfang 2006 bei uns bestellt werden. Während die Twilight-Vision-Brille Risiken in der Dämmerung darstellt. Ist die abgedunkelte Alcopop-Nighttime-Rauschbrille ideal für „nach der Party-Heimfahrt-Simulation“.

### **Übungen mit der Rauschbrille**

Um das Rauschbrillenprogramm besonders effektiv zu gestalten, sollten die Teilnehmer und Teilnehmerinnen die Gelegenheit haben, mindestens fünf verschiedene Aufgaben durchzuführen. Zuerst werden die Übungen "nüchtern" (d.h. ohne Rauschbrille) gemacht und dann werden sie gegebenenfalls dieselben Aufgaben mit Einschränkung durch die Rauschbrille zu wiederholen. Je mehr Zeit der/die Einzelne für diese Übungen hat, umso nachdrücklicher wird die Selbsterfahrung sein.

Bezogen auf Fahrsituationen oder Situationen der Arbeitswelt sollten die Teilnehmer und Teilnehmerinnen nachher überzeugt sein, dass Trunkenheit oder anderer Drogenkonsum zu ernsthaften Verletzungen bis hin zum Tod führen kann. Mitbetroffen sind, je nach Situation, Familienmitglieder, Freunde, Arbeitskolleg und Arbeitskolleginnen oder andere unschuldige Opfer.

An dieser Stelle erfolgt der Hinweis, dass die Brillen lediglich eine visuelle Beeinträchtigung darstellen, und dass die Folgen tatsächlichen Drogenkonsums noch wesentlich schädigender für körperliche und geistige Funktionen sind.

Bei der Kleingruppenarbeit (z.B. mit geteilten Schulklassen) ist es möglich, jeden der Teilnehmerinnen die Übungen machen zu lassen. Bei großen Gruppen hat es sich bewährt, mehrere Programmteile von Freiwilligen als Demonstration vormachen zu lassen. Die Gesamtgruppe macht dann im Anschluss nur einzelne, ausgesuchte Übungen, wie z.B. "auf der Linie laufen".

Es gibt viele Ideen und Möglichkeiten für immer neue Übungen. Wichtig erscheint uns ein Alltagsbezug und die Vergleichbarkeit der Leistung, mit und ohne Brille.

### **Fang die Bälle**

Lassen Sie die TeilnehmerInnen Ihnen gegenüber fünf kleine Bälle mit einer Hand auffangen, ohne andere Körperteile zu Hilfe zu nehmen. Diese Übung eignet sich auch für Partnerübungen in Gruppen. Die Rauschbrille kann dann im Wechsel benutzt werden. Zur Vereinfachung können auch beide Hände eingesetzt werden

### **Flüssigkeit einschenken**

Diese Übung eignet sich nur für Aktionen im Freien – Teilnehmer können dabei nass werden! Lassen Sie die Teilnehmer Wasser in Gläser (besser eignen sich Plastikbecher) einschenken.

### **Aufheben**

Ohne sich hin zu knien, sollen die Teilnehmer und TeilnehmerInnen hockend verschiedene kleinere Gegenstände vom Boden aufheben. Zu diesem Zweck kann ein quadratisches Feld mit Abklebeband schnell vorbereitet werden. 7-8 kleinere Gegenstände werden in diesem Feld verteilt und sollen nacheinander in einen Stoffsack oder eine Schüssel eingesammelt werden. Auch diese Übung wird zunächst ohne Brille gemacht und die Zeit mit einer Stoppuhr testgestellt.

Mit Brille benötigen die Teilnehmer und TeilnehmerInnen dann meist zwei- bis dreimal so viel Zeit für die Aufgabe. Diese Übung verdeutlicht besonders eindrucksvoll die Verzögerung von Reaktionszeit und eingeschränkte Feinmotorik durch Rauscheinwirkung.

Auch diese Übung wird zunächst ohne Brille gemacht.

### **Einen Ball aufheben**

Die Übung auf der Linie gehen, wird durch das Aufheben eines Bällchens oder eines Schlüssels unterbrochen.

### **Münzen suchen**

Auch mit einer Handvoll unterschiedlich großer Münzen kann die Übung "Aufheben" variiert werden. Münzen sind klein und schwer aufzuheben. Die Rauschbrillen wirken hierbei sehr behindernd. Nach dem ersten Versuch bei dem alle Münzen aufgelesen werden, soll im zweiten Durchgang eine bestimmte Münze, z.B. eine 20 oder 5-Centmünze, gesucht und aufgehoben werden. Zeitstoppen verdeutlicht auch hier den Rauscheffekt.

### **Mit dem Lenkrad**

Mit einem richtigen Autolenkrad (ein örtlicher Schrotthändler spendet vielleicht eines) können in Klassen- bzw. Gruppenräumen Fahrübungen gemacht werden. Mit Verkehrskegeln, Abklebeband, Tischen und Stühlen wird von der Gruppe eine Übungspiste vorbereitet. Die Schülerinnen können ihre Ideen einbringen. Diese Piste wird dann mit Brille und Lenkrad durchlaufen. Diese Übung hat sich mit Schülerinnen der Jahrgangsstufe 6 und 7 bewährt. An hakeligen, engen Stellen sollten Schülerinnen als Sicherung aufgestellt werden, damit sich keiner stößt.

### **Ein Spielzeugauto steuern**

Mit einem ferngesteuerten Spielzeugauto kann ein einfacher Parcours durchfahren werden. Die Zeit sollte dabei ohne und mit Rauschbrille gestoppt werden. Vielleicht kann bei der Planung des Workshops organisiert werden, dass solche Spielzeugautos von TeilnehmerInnen mitgebracht werden.

### **Klinischer Nüchternheitstest / "Auf der Linie Lauten"**

Diese Übung ist sehr eindrucksvoll und zugleich sehr realitätsnah. Wie auf einer Polizeiwache lassen Sie die Teilnehmer und TeilnehmerInnen 10 Schritte auf einer Linie laufen, eine Drehung machen und zurücklaufen. Sie können dabei auch laut die Schritte zählen lassen. Die Teilnehmer und TeilnehmerInnen sollen dabei versuchen, die Hände an der Körperseite zu lassen und die Linie genau zu treffen.

Der zweite Nüchternheitstest ist das Stehen auf einem Bein. Das andere Bein wird mit ca. 30 cm Abstand vom Boden nach vorne gestreckt. Mit Blick auf den ausgestreckten Fuß wird jetzt gezählt: "einundzwanzig, zweiundzwanzig, dreiundzwanzig ..." bis ca. 25 Sekunden vergangen sind. Ein nüchterner Mensch sollte diese Übung problemlos bewältigen können.

### **Basketballspielen**

In Sporthallen oder auf Schulhöfen kann der Basketballtest gemacht werden. Schüler und Schülerinnen sollen mit der Brille von Punkt A nach Punkt B dribbeln und dann von der Wurflinie einen Korb erzielen. In Klassenräumen können mit mehreren Papierkörben und mit einem mittelgroßen Softball eine ähnliche Übung gemacht werden.

### **Fahrübungen mit Bobbycar, Kettcar oder Sackkarre**

Mit Hilfe von Verkehrskegeln, Tischen, Stühlen und Absperrband wird eine kurvige Slalomstrecke aufgebaut. Das BobbyCar wird von den Teilnehmer und Teilnehmerinnen mit Brille gesteuert. Ein Anderer ebenfalls mit Brille sorgt für den Schub von hinten. Die Fahrer und Fahrerinnen können auch eine Twilight Vision Brille nehmen. Kleine Spielanweisungen lockern das ganze noch zusätzlich auf wie z.B.: "Dann fahr mal Papas Golf nach der Disco nach Hause!".

Fahren mit dem KettCar benötigt mehr Platz und eignet sich mehr für Sporthallen oder Höfe. Auf Festivals und Openairs haben wir die Übung mit einer klappbaren Sackkarre aus dem Baumarkt durchgeführt. Wir machten die Erfahrung, dass es aus Gleichgewichtsgründen den Teilnehmer und Teilnehmerinnen leichter gelingt, sich in Bodennähe mit dem Bobbycar zurechtzufinden als aufrecht mit der Sackkarre.

### **Andere Ideen**

Nummern im Telefonbuch nachschlagen, ein Vorhängeschloss oder ein Schrankschloss aufschließen, Lichtschalter und einfache Maschinen bedienen oder Bilder von Verkehrsschildern aus unterschiedlicher Distanz erkennen lassen.

Ein etwas älterer Laptop oder auch ein stationärer PC im Übungsraum kann gut für Schreibübungen einfacher Sätze dienen. Hierbei ist aber wichtig, dass die Brillen nicht zu lange benutzt werden und die Augen sich erholen können.

### **Zum Schluss der Übungen eine Auswertungsrunde**

Nach jeder Brillenaktion ist eine kurze Auswertungsrunde nötig und effektiv. Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen haben für sich wichtige, unmittelbare und spannende Erfahrungen gemacht. Nach der Aktion kann in einem Kreis und beruhigter Atmosphäre das Erlebte reflektiert und ausgedrückt werden. Der Zeitrahmen sollte so geplant werden, dass mindestens für ein Abschlussblitzlicht Zeit ist und jeder die Möglichkeit bekommt sich mitzuteilen. Für die Gruppenleiter und Gruppenleiterinnen liegt der Schwerpunkt der Reflexionssituation auf der Vertiefung der Lernerfahrung. Ohne zu moralisieren gilt es die Teilnehmer und Teilnehmerinnen auf zukünftige, reale Gefährdungen durch Raucherfahrungen hinzuweisen und so Transferbezüge herzustellen.