

Smart am Start!



Newsletter #2



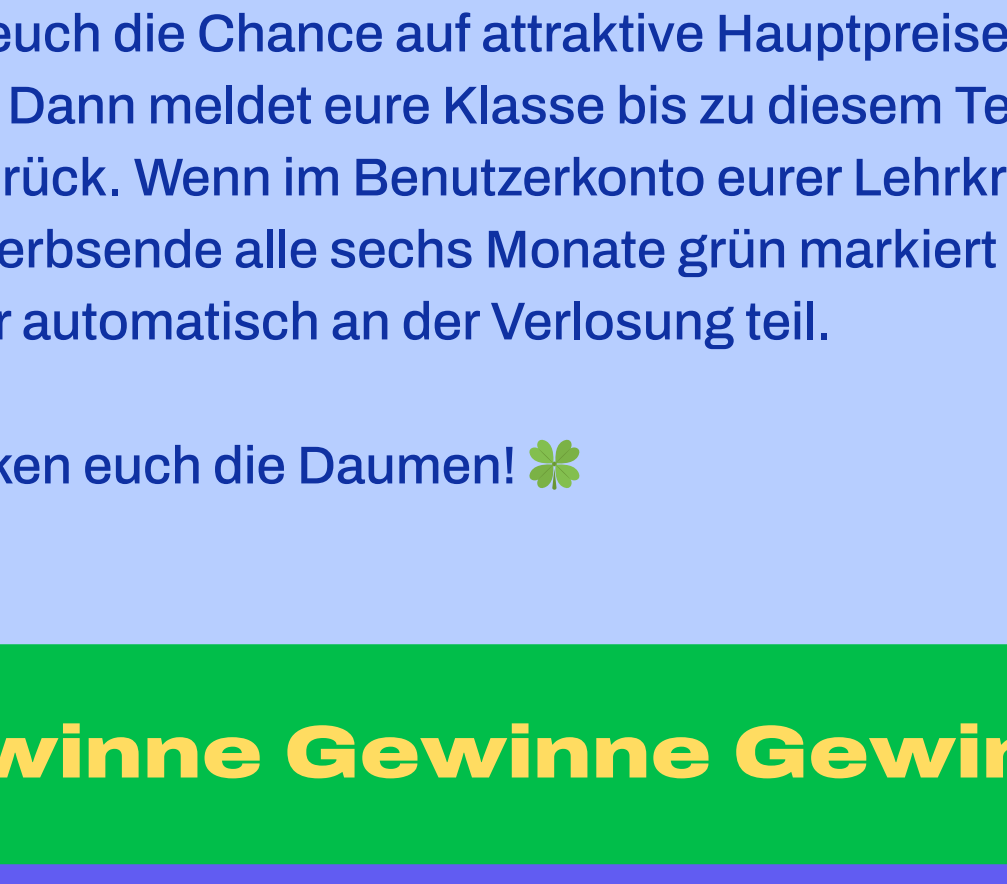
HERZLICH WILLKOMMEN

beim zweiten **Be Smart-Newsletter**
im Schuljahr 2025/2026

Ihr findet in dieser Ausgabe:

- wichtige Infos zum Wettbewerb
- eine Auswahl eurer tollen kreativen Beiträge
- Nachrichten aus den Bundesländern
- Facts und Links zum Thema Nichtrauchen

Viel Spaß beim Lesen und in den letzten Wettbewerbswochen!



Endspurt bei



Nicht vergessen:

Die April-Rückmeldung muss bis spätestens
8. Mai 2026

bei uns eingehen!



Ihr wollt euch die Chance auf attraktive Hauptpreise sichern? Dann meldet eure Klasse bis zu diesem Termin online zurück. Wenn im Benutzerkonto eurer Lehrkraft nach Wettbewerbsende alle sechs Monate grün markiert sind, nehmt ihr automatisch an der Verlosung teil.

Wir drücken euch die Daumen! 🍀

Gewinne Gewinne Gewinne



Alle Klassen, die den gesamten Wettbewerbszeitraum rauchfrei bleiben, erhalten im Juni ein Klassenzertifikat als Anerkennung für ihre erfolgreiche Teilnahme.

Zusätzlich werden **5.000 € für die Klassenkasse** als Hauptgewinn verlost!

Übrigens:

Wer schon öfter bei **Be Smart** mitgemacht hat, hat zusätzliche Gewinnchancen. Für mehrfach teilnehmende Klassen gibt es wieder besondere Extra-Preise vom Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIOG).



Also am besten direkt im Herbst wieder anmelden und weitermachen!

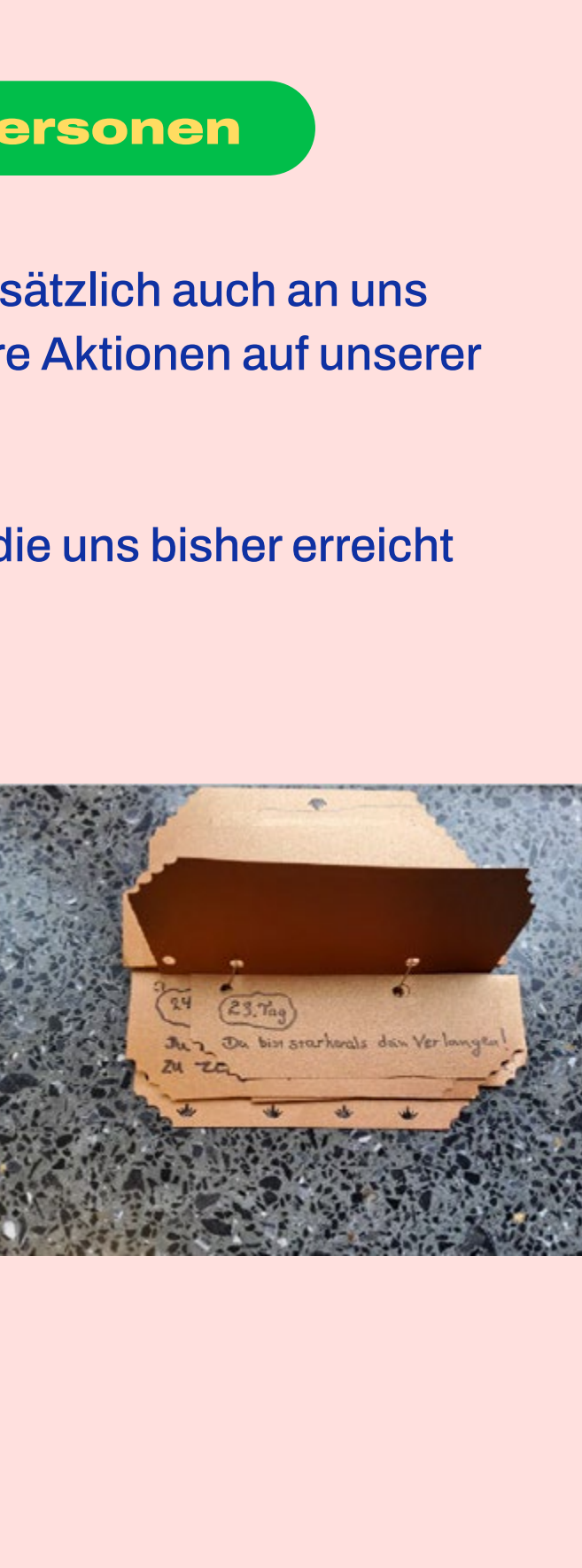
Auch auf Landesebene gibt es einiges zu gewinnen: Die Bundesländer vergeben eigene Landespreise und zeichnen Klassen aus, die mit besonders kreativen Aktionen überzeugen.

Ihr seht – bei **Be Smart** gibt es viele Möglichkeiten, zu gewinnen 😊. Alle Gewinnerklassen werden vom IFT-Nord oder von der Ansprechperson im Bundesland informiert.



Be Smart

Be creative



Auch in diesem Jahr haben uns wieder zahlreiche kreative Beiträge erreicht – und ihr könnt noch mitmachen! Es ist noch nicht zu spät, eure Idee für den Kreativwettbewerb einzureichen und euch die Chance auf einen Sonderpreis zu sichern.

Wenn ihr eine kreative Aktion einreichen möchtet, sendet sie bitte direkt an die Ansprechperson in eurem Bundesland:

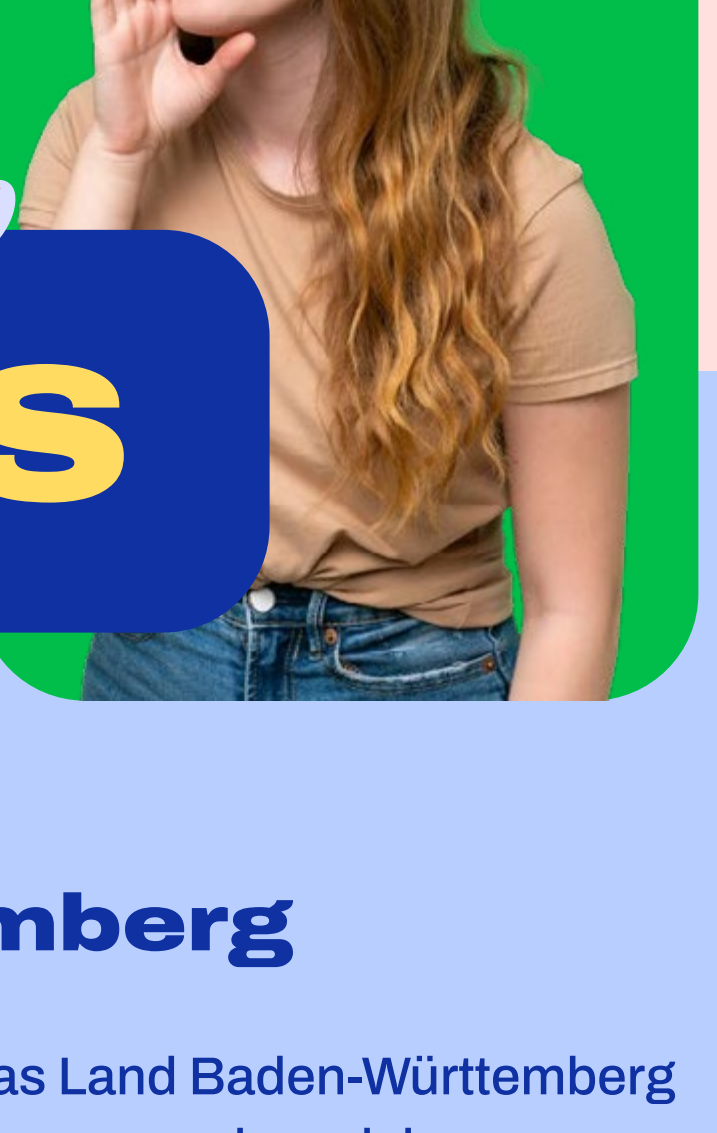
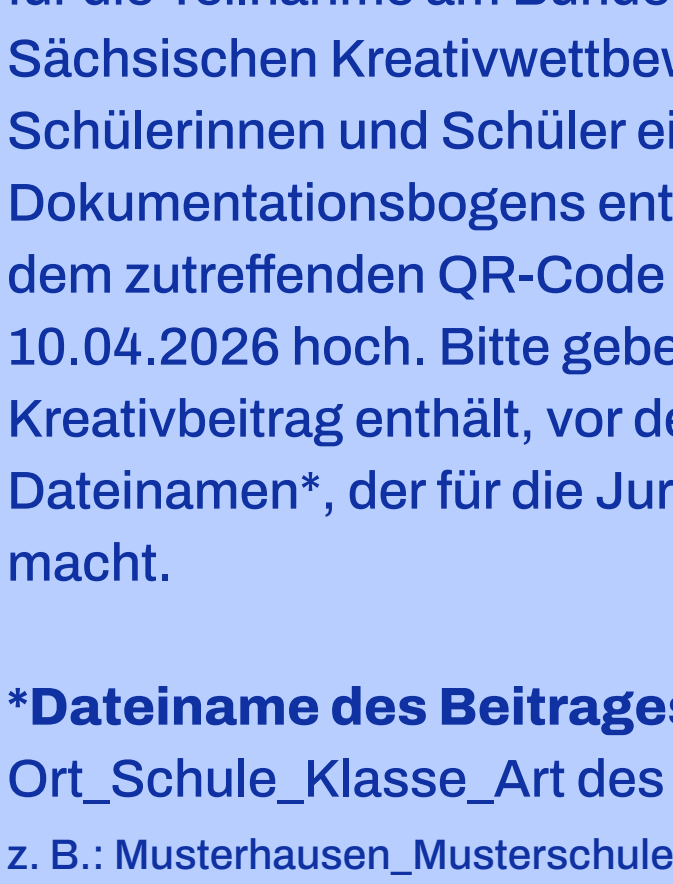
Ansprechpersonen

Gerne könnt ihr euren Beitrag zusätzlich auch an uns schicken. Wir veröffentlichen eure Aktionen auf unserer **Website** und auf **Instagram**!

Hier seht ihr die Einsendungen, die uns bisher erreicht haben:

Die Klassen **7 b** und **c Philosophie der Gemeinschaftsschule Hassee in Kiel (Schleswig-Holstein)** haben Plakate, Rauchfrei-Kalender und Motivations-Taschenkarten erstellt.

"Wir haben uns stark mit dem Thema der mentalen Gesundheit und der psychischen Sucht, die das Rauchen hervorruft, beschäftigt. Daher kamen wir auf die Idee, Motivationskarten zu basteln, die Mut machen beim Aufhören oder auch einen Rauchfrei-Kalender zu entwickeln, der eine Person jeden Tag von neuem bestärkt, rauchfrei zu bleiben."



Die Klasse **9c** der **Gemeinschaftsschule Hassee** ist das 5. Mal dabei und hat in jedem Schuljahr tolle kreative Beiträge eingereicht.

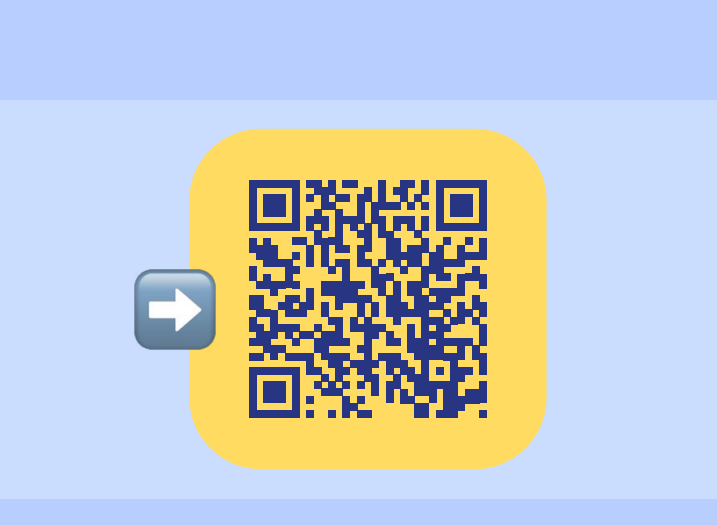
"Wir haben diesmal Produkte erschafft, die auch langfristig sinnvoll Verwendung auf dem Schulgelände finden und vor allem die Raucher direkt ansprechen."

Die Klasse **7b** der **Humboldt-Schule in Kiel (Schleswig-Holstein)** hat Infoflyer entwickelt.

"Wir haben recherchiert und unsere Erkenntnisse zu Inhaltsstoffen, Statistiken, Bau der Vapes, Warnhinweisen, Suchtfaktoren und Gesundheitsgefahren in den Flyern

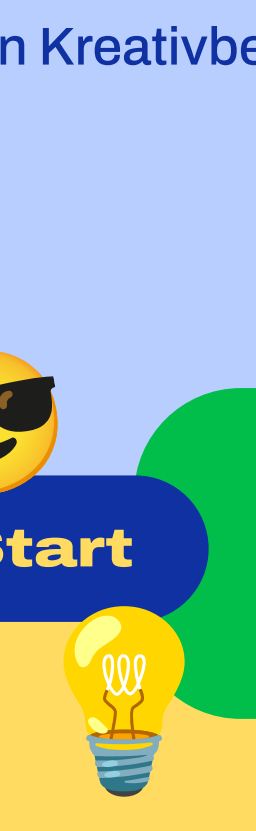


Die Klasse **9b** des **Carl Friedrich von Weizsäcker-Gymnasiums in Ratingen (Nordrhein-Westfalen)** hat ein Lernboard mit verschiedenen Beiträgen erstellt.



Echt stark, wie ihr euch einsetzt!

Danke an alle Klassen für das deutliche Signal für eine rauch- und nikotinfreie Welt!



NEWS

Baden-Württemberg

Auch in diesem Jahr schreibt das Land Baden-Württemberg wieder einen Kreativwettbewerb aus, an dem sich teilnehmende Schulklassen mit selbstgestalteten Beiträgen zum Thema Nichtrauchen beteiligen können. Weitere Informationen findet ihr hier:

Mehr Informationen

Bayern

Zur Teilnahme am bayerischen Kreativpreiswettbewerb können sich die bayerischen Klassen noch bis zum **13. April 2026** unter suchtpraevention@igl.bayern.de anmelden.

Das Hochladen der Beiträge erfolgt dann im Zeitraum vom 20. April – 1. Mai 2026. Es locken attraktive Preise! Wir freuen uns auf viele kreative Ideen!

Sachsen

Sehr geehrte Lehrerinnen, sehr geehrte Lehrer, für die Teilnahme am Bundeskreativwettbewerb und am Sächsischen Kreativwettbewerb laden Sie die Beiträge Ihrer Schülerinnen und Schüler einschließlich des Dokumentationsbogens entsprechend Ihrer Schullart unter dem zutreffenden QR-Code bzw. über den Link bis zum 10.04.2026 hoch. Bitte geben Sie der Datei, die ihren Kreativbeitrag enthält, vor dem Hochladen einen Dateinamen*, der für die Jury eine Schulzuordnung sichtbar macht.

*Dateiname des Beitrages:

Ort_Schule_Klasse_Art des Beitrages

z. B.: Musterhausen_Musterschule_Klasse 7_Spiel Gamechanger

*Dateiname des Dokumentationsbogens:

Ort_Schule_Klasse_Dokumentationsbogen

z. B.: Musterhausen_Musterschule_Klasse 7_Dokumentationsbogen

Hier finden Sie den **Dokumentationsbogen** für Ihren Beitrag.

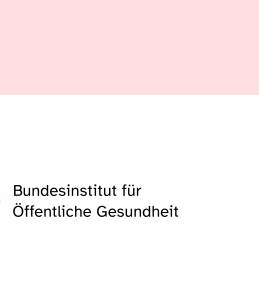
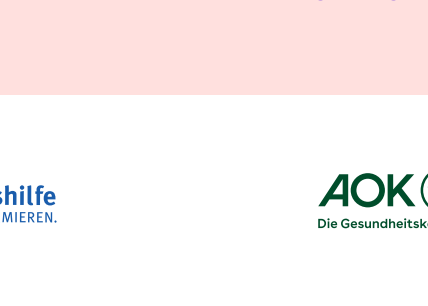
Kreativbeitrag **Oberschulen**

HIER einreichen
oder Code scannen



Kreativbeitrag **Förderschulen**

HIER einreichen
oder Code scannen



Die zwei besten Beiträge wählt eine Jury für den Bundeskreativwettbewerb aus.

Weitere Infos zu den Kreativbeiträgen in eurem Bundesland findet ihr **HIER**



#SmartAmStart

Facts

Die zwei besten Beiträge wählt eine Jury für den Bundeskreativwettbewerb aus.

Weitere Infos zu den Kreativbeiträgen in eurem Bundesland findet ihr **HIER**

Versteckte Werbung: Miese Tricks bei TikTok, Instagram & Co.

Habt ihr euch schon mal gefragt, warum in manchen Videos auf TikTok, Instagram oder YouTube plötzlich bunte Vapes auftauchen? Das ist kein Zufall. Da echte Werbung für Nikotin bei Jugendlichen verboten ist, weicht die Industrie auf soziale Medien aus. Oft werden Influencer und Influencerinnen dafür bezahlt, Produkte ganz „beiläufig“ in ihren Alltag einzubauen. So sieht es nicht nach Werbung aus, sondern nach einem coolen Lifestyle in der Story oder im Feed. Fragt euch daher beim nächsten „stylishen“ Video kritisch: Ist das echt oder will mir hier gerade jemand heimlich etwas verkaufen?

#Smartgecheckt

Kleine Beutel, großes Risiko: Warum Nikotin-Pouches keine gute Idee sind

Passend dazu tauchen im Netz immer wieder Produkte auf, die besonders harmlos wirken sollen, wie zum Beispiel Nikotin-Pouches. Das sind kleine weiße Beutelchen, die man sich unter die Oberlippe schiebt. Doch der Schein trügt: Sie enthalten zwar keinen Tabak, aber oft extrem viel Nikotin, das direkt über die Mundschleimhaut aufgenommen wird. Nur weil kein Rauch entsteht, sind sie noch lange keine gesunde Alternative zum Rauchen. Denn das Nikotin ist ein Stoff, der extrem schnell abhängig macht – völlig egal, wie bunt oder „cool“ die Verpackung auch aussieht. Wusstet ihr, dass Nikotinbeutel in Deutschland verboten sind? Das liegt an einer besonderen rechtlichen Regelung: Da sie keinen Tabak enthalten, werden sie aktuell als Lebensmittel eingestuft. Und für ein Lebensmittel ist der Nikotingehalt schlichtweg viel zu hoch und gefährlich. Deshalb haben sie in den Regalen nichts zu suchen.

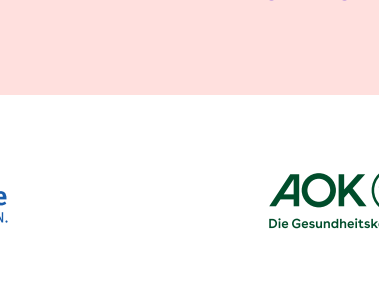
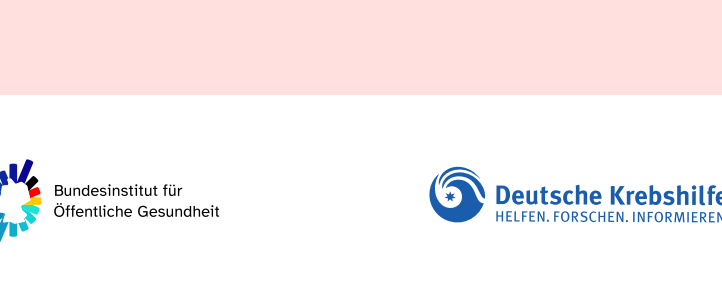
Mehr Informationen

Alles neu macht der Mai!

Mit dem Rauchen aufzuhören ist bekanntlich schwer. Mit Unterstützung fällt es leichter! Vielleicht habt ihr in eurem Umfeld auch Erwachsene, die gerne rauchfrei werden möchten und dabei tatkräftig unterstützt werden sollten. Dann weitersagen: Bei der Mitmachaktion „Rauchfrei im Mai“ können sich regelmäßige Raucherinnen und Raucher ab 18 Jahren anmelden.

Es winken Preise von bis zu 1.000 Euro.

Weitere Infos unter www.rauchfrei-im-mai.de



Die gute Nachricht zum Schluss

Ab dem 1. Juli 2026 gilt in Deutschland eine neue Regelung für E-Zigaretten – einschließlich Einweg-Vapes: Kioske, Tankstellen oder Supermärkte sind künftig verpflichtet, diese Geräte kostenlos zurückzunehmen.

Warum das wichtig ist: Einweg-Vapes sind sehr schlecht für die Umwelt. Sie enthalten Akkus und wichtige Rohstoffe. Nach Gebrauch landen sie häufig in der Umwelt oder in der Restmülltonne. Dort gehören sie aber nicht hin! Die alten Batterien können in Müllwagen oder bei der Sortierung Feuer fangen. Wenn Einweg-Vapes aber im Geschäft zurückgegeben werden, landen sie nicht im Müll, sondern werden richtig entsorgt. Noch besser wäre es allerdings, wenn sie gar nicht erst produziert würden – für die Gesundheit wäre das auch super 😊. Was denkt ihr?

Infos zum Thema findet ihr **HIER**

KONTAKT

Be Smart – Don't Start
Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung IFT-Nord gemeinnützige GmbH
Harmsstr. 2
24114 Kiel

besmart@ift-nord.de
www.besmart.info

Das Logo **BE SMART – DON'T START** ist im Besitz des Transport for London und ein eingetragenes Warenzeichen.

