

Shisha



HINTERGRUND:

Eine Shisha (Nargile/ Blubber) ist eine Wasserpfeife, in der aromatisierter (Apfel-, Kirsch-, Vanillegeschmack) Tabak geraucht wird. Bei einer Shisha „chillt“ und entspannt man gern in der Gruppe.

Durch die verführerischen Aromastoffe, den Zucker und der Feuchthaltemittel (Melasse) im Shisha-Tabak, werden beim Verbrennen jedoch noch mehr Schadstoffe eingeatmet als beim Zigarettenrauchen...

Lass Dich (nicht) verführen...

Ein kleines Spiel zu Aufwärmen: Wir brauchen dazu

- ein gemütliches Plätzchen
- eine Waage sowie
- Dinge zum Abwiegen (Münzen oder Obststücke).



Kennt ihr das Märchen von Schneewittchen? Die böse Stiefmutter verkleidete sich als Bauersfrau und reichte Schneewittchen einen wunderschönen, aber vergifteten Apfel. Schneewittchen konnte nicht widerstehen... Vor euch steht eine Schale mit verführerisch schönen, schmackhaften Früchten... - und eine Shisha...

Eine Testperson „spielt“ die/den Verführer/in. Eine zweite Testperson die/den zu Verführende/n.

Der/die Verführer/in versucht nun, die andere Person mit geschickten Worten zum Kosten der Früchte/der Shisha zu „verführen“. Dabei kann für ein „gutes Argument“/„Gegenargument“ jeweils eine Münze in die Waagschale gelegt werden (maximal 6).

Nach Ablauf von **3 Minuten** wird in der Gruppe entschieden, ob die Testperson mit guten Argumenten/Fragen /Erklärungen widerstanden hat?

Wo war es schwer/leicht zu widerstehen? Ist die Menge der Argumente eigentlich wichtig?

Was passiert, wenn die Argumente fehlen?



Aufgabe: Geruchstest

- Setzt euch rund um die Shisha. Alle – außer der/dem Protokollierende/n - legen eine Augenbinde an.
Der/die Zeitnehmer/in stellt die Zeit auf 5 Minuten ein und legt ebenfalls eine Augenbinde an.
Ab jetzt bitte absolute Ruhe ! (Kein Reden oder Flüstern bitte!)
- Der/die Protokollant/in geht im Uhrzeigersinn zu jedem Gruppenmitglied und schwenkt das erste Duftöl (auf Wattebäuschchen oder -Stäbchen) behutsam unter dessen Nase.
Alle Teilnehmer/innen merken sich im Stillen, welche Frucht- oder Blütensorte sie gerochen haben.
Der/die Protokollant/in geht dann mit der jeweils nächsten Duftöl reihum bis alle an dem letzten Duftöl gerochen haben. (Jetzt können die Augenbinden abgenommen werden!)
- Der/die Protokollant/in liest nun einige Geruchsnoten (anhand einer Liste) vor und fragt, an **welche Geruchsnoten sich die Teilnehmer/innen geblieben** sind. Die Teilnehmer/innen stimmen per Handzeichen zu. Stimmt die Mehrheit oder die Hälfte der Teilnehmer/innen zu, wird die Geruchsnote angenommen und vom Protokollierenden auf dem Zettel vermerkt.
Bei der Auswertung erfahrt ihr, ob eure Geruchs-Erinnerungen richtig waren.

Trainiere hier **Sensibilität** und **Standhaftigkeit**



Landesinitiative „Leben ohne Qualm“ in NRW



Shisha

Geruchs-Test



Wir (die Mehrheit oder die Hälfte der Teilnehmer/innen) haben gerochen:

- Erdbeere
- Sandelholz
- Kirsche
- Kokosnuss
- Pfefferminze
- Zitrone
- Rosmarin
- Orange
- Tabak
- Nelke
- Lavendel
- Rose





Shisha

Auswertung Geruchs-Test

	Wir (die Mehrheit oder die Hälfte der Teilnehmer/innen) haben gerochen:
	<ul style="list-style-type: none"><input type="radio"/> Erdbeere<input type="radio"/> Sandelholz<input checked="" type="radio"/> Kirsche<input type="radio"/> Kokosnuss<input checked="" type="radio"/> Pfefferminze<input checked="" type="radio"/> Zitrone<input type="radio"/> Rosmarin<input checked="" type="radio"/> Orange<input type="radio"/> Tabak<input checked="" type="radio"/> Nelke<input checked="" type="radio"/> Lavendel<input type="radio"/> Rose
	Davon richtig: _____
	Davon falsch: _____



ZUBEHÖR



Shisha-Station

Anzahl	Gegenstand	Merkmale
1	Teppich	rostbraun, rund, 2,50m Durchmesser
1	Alte oriental. Markt-Waage	Rot-gold, 13kg schwer !!!
6	Sitzkissen	3x gelb, 2x rot, 1x grün
2	Ersatzkissen (bei Bedarf mitnehmen)	
2	Tischchen (marokkanisch)	Eckig, ca. 25 cm hoch
1	Shisha: <ul style="list-style-type: none"> - Glasrumpf - Alu-Aufstecker mit Dichtung und Schlauchadapter - 6 Schläuche (+ Mundstücke) - 1 Alu-Teller - 1 Alu-Windschutzkappe - 1 Keramik-Kopf 	Rot, wg. Standfestigkeit mit Steinen gefüllt
1	Messingschale	Rund, Randverzierung , ca. 40 cm Durchmesser,
1	Etui (blau) (mit 6 Duftölfflaschen)	Inhalt: 6 Duftölfflaschen
6	6 Duftöle	6 versch. Geruchsnoten: Lavendel, Eukalyptus , Pfefferminze, Kirsche, Orange, Nelke, Zitrone
12	Augenbinden	bunt
1	Messing-Waage	(Messing, ca. 25 cm hoch)
	- + 2 Hänge-Schalen	
12	Münzen	(8 x Klein, 4 x gross)
60+/-	Kunst-Obststücke	Apfel, Mangos, Birnen, Zitronen, Traube(n), Erdbeeren, Kirschen, Beerentraube(n), sonstige Beeren (klein), insges. ca. 60 Stück +/-

Alternativ neben Shisha-Einsatz

4-6	Kleine Teegläser + 1 Stövchen	Kann nach Shisha auf die Tische gedeckt und Teetrinken als Alternative reflektiert werden.
-----	-------------------------------	--