

Programm

2025

Rauschzeit



Grußwort der Bürgermeisterin



Rausch erleben ohne Alkohol und Drogen – das zeigt euch „Rauschzeit“!

Ob durch Musik, Bewegung oder Kreativität, es gibt so viele Wege, intensiv zu fühlen, sich lebendig zu spüren und Neues zu entdecken. „Rauschzeit“ bietet ein kreatives, spannendes und bewusstseinsweiterndes Programm – hier könnt ihr gesunde, natürliche Rauschzustände entdecken.

Ich freue mich, dass Darmstadt mit diesem innovativen Projekt ein Zeichen für Prävention, Aufklärung und gemeinsames Erleben setzt.

Ein großes Dankeschön an alle, die das möglich machen!
Allen Besucher*innen wünsche ich inspirierende und aufregende Momente – genießt den natürlichen Kick!

Herzlichst
Barbara Akdeniz

Bürgermeisterin der Wissenschaftsstadt Darmstadt

Rauschzeit

**Rauschzeit –
Erlebe den natürlichen Kick!**

Hey!

Hast du dich jemals gefragt, ob es möglich ist, einen Rausch auch ganz ohne Drogen oder Alkohol zu erleben?

Bei der „Rauschzeit“ kannst du genau das herausfinden! Wir bieten dir die Möglichkeit, auf natürliche Weise in andere Sphären einzutauchen und deinen Körper und Geist neu zu entdecken.

Für wen ist das?

Die Rauschzeit richtet sich an alle Jugendlichen und jungen Erwachsenen zwischen 14 und 27 Jahren, die offen für neue Erfahrungen sind und mehr über sich selbst herausfinden möchten.

Warum das Ganze?

Wir wollen dir zeigen, dass es viele gesunde und aufregende Wege gibt, um Spaß zu haben und sich gut zu fühlen. Dabei lernst du, wie dein Gehirn auf verschiedene Reize reagiert und wie du positive Erfahrungen ohne schädliche Substanzen machen kannst.

Rauschzeit

Positive Rauschzustände

Sport

Kennst du das Gefühl nach einem intensiven Workout, wenn du dich einfach nur glücklich und zufrieden fühlst? Das ist ein natürlicher Rausch!

Musik

Wenn dein Lieblingssong läuft und du komplett darin versinkst, ist das auch eine Art von Rausch.

Kreativität

Ob Malen, Schreiben oder Tanzen – wenn du deiner Kreativität freien Lauf lässt, kannst du in einen Flow-Zustand geraten, der sich wie ein Rausch anfühlt.

Natur

Ein Sonnenuntergang am Strand oder ein Spaziergang im Wald können dich auf natürliche Weise high machen.

Was erwartet dich?

Cooler Workshops:

Ob Rap, Tanz, Film oder Theater – hier kannst du dich kreativ austoben und neue Talente entdecken.

Sinneserfahrungen:

Spüre, rieche, schmecke, sehe und höre deine Umgebung auf eine ganz neue Art und Weise.

Flow-Momente:

Erlebe, wie es ist, wenn du voll und ganz in einer Tätigkeit aufgeht und die Zeit vergisst.

Gemeinschaft:

Triff andere junge Leute, die neugierig sind und Lust haben, gemeinsam etwas Neues auszuprobieren.

Die Infozeit – Deine Ansprechpartner*innen vor Ort

Die Infozeit ist ein mobiles Team von Leuten, die sich mit Suchtprävention auskennen.

Du findest sie immer dort, wo die Workshops und Vorführungen an den jeweiligen Wochenenden stattfinden.

Was kannst du von der Infozeit erwarten?

Offene Ohren

Hier kannst du alle Fragen rund um Sucht und Rausch stellen, ohne Angst vor Verurteilung zu haben.

Ehrliche Antworten

Du bekommst wissenschaftlich fundierte Informationen und keine Panikmache.

Cooler Aktionen

Die Infozeit hat interaktive Angebote dabei, bei denen du spielerisch dein Wissen testen kannst.

Unterstützung

Wenn du oder jemand, den du kennst, Probleme mit Sucht hat, bekommst du hier Hilfe und Unterstützung.

Warum ist das wichtig?

Wir wollen, dass du informierte Entscheidungen treffen kannst und weißt, dass es Alternativen zu riskantem Konsum gibt.

Die Infozeit hilft dir, ein Bewusstsein für gesunde Rauschzustände zu entwickeln und verantwortungsvoll mit deinem Körper und Geist umzugehen.

Also, wenn du Fragen hast oder einfach nur quatschen willst, halte Ausschau nach der Infozeit – sie sind für dich da!

Rauschzeit

**Neugierig geworden?
Dann komm vorbei und
erlebe deinen ganz
persönlichen Rausch!
Wir freuen uns auf dich!**

Programm

Programm

Programm

Programm

Programm

Programm

Programm

Programm

Programm

Programm

Rauschzeit

„Berausende Emotionen in Religionen und Kulturen“

Datum: 10.05.2025

Uhrzeit: 14 - 18 Uhr

Ort: Goldene Krone

Auftaktveranstaltung Projekt „Rauschzeit“ im Rahmen der Mobilen Suchtprävention Darmstadt.

Bürgermeisterin Barbara Akdeniz eröffnet die Rauschzeit.

Welche Wege gibt es, Rausch ohne Drogen zu erleben?

Die Religionswissenschaftlerin Isis Mrugalla-Kalmbacher zeigt, wie Gruppen weltweit Emotionen wie Wut, Euphorie und Intimität nutzen, um außeralltägliche Zustände zu erreichen.

Lerne, welche Techniken aus Religion und Kultur dabei eine Rolle spielen, und experimentiere in interaktiven Übungen mit verschiedenen Methoden.

Diese Veranstaltung bildet den Auftakt zu einem spannenden Jahresprogramm der Mobilen Suchtprävention Darmstadt.



„Rausch in Form – Ein Workshop zur Lachgas-Skulptur“

Datum: 17.05.2025

Uhrzeit: 14 - 18 Uhr

Ort: Herrngarten

Im Rahmen der Rauschzeit könnt ihr gemeinsam eine Skulptur aus leeren Lachgas-Tanks erschaffen. Der Workshop lädt dazu ein, sich kreativ mit Konsum, Vergänglichkeit und den Spuren des Rausches auseinanderzusetzen. Durch das Sammeln, Stapeln und Arrangieren der Metallkapseln entsteht ein vielschichtiges Kunstwerk – ein Symbol für den Moment der Ekstase und die materiellen Überreste, die bleiben. Begleitende Gespräche mit Michelle Denk und Tobias Fabi regen zur Reflexion über Verantwortung, Konsumverhalten und kreative Ausdrucksformen an. Ein zentrales Element ist außerdem die Soundcollage, die von Gianluca Iannelli konzipiert wurde. Aus den charakteristischen Geräuschen entsteht ein auditives Kunstwerk – verfremdet, geschichtet, fragmentiert. Die Collage wird als Klanginstallation in und um die Skulptur eingebettet oder über Lautsprecher in der Umgebung ausgespielt. So wird der Rausch nicht nur sichtbar, sondern auch hörbar gemacht – als pulsierendes Echo eines Moments zwischen Ekstase und Leere.

„Rap in der Box“ mit Danny Fresh auf dem Schlossgrabenfest

Datum: 05.06. 2025

Uhrzeit: 15 - 18 Uhr

Ort: Weißer Turm

Rap ist Ausdruck, Identität und Kreativität – in diesem interaktiven Workshop können die jungen Menschen ihren eigenen Beat produzieren, eigene Texte schreiben, an Flow und Performance arbeiten und sich dabei künstlerisch mit dem Thema „Rauschzeit“ auseinandersetzen. Dabei geht es um persönliche Erfahrungen, kreative Reflexion und die Musik als universelle Sprache.

Rauschzeit

„Interaktive Sinnes-Performance“

Datum: 21.06.2025

Uhrzeit: 12 - 18 Uhr

Ort: Orangerie

Lust auf eine kreative und sinnliche Erfahrung?

Bei dieser interaktiven Performance mit Asli Özdemir dreht sich alles um das Kochen, das Entdecken von Gerüchen und Geschmäckern und darum, gemeinsam einen besonderen Moment zu gestalten.

Wir decken einen großen Tisch, bereiten zusammen ein cooles Rezept zu und kreieren die Atmosphäre – von den Servietten über Kerzen und Kissen bis hin zu Blumen. Kochen wird hier zu einem gemeinsamen Erlebnis. Jede Person kann mitmischen, Zutaten schnippeln, braten und kreativ werden. Das Riechen, Schmecken und Zubereiten der Zutaten bringt uns ins Hier und Jetzt, weckt Erinnerungen und verbindet uns durch Emotionen.

In dieser Performance geht es nicht nur um das Essen, sondern darum, wie wir uns darin selbst und miteinander erfahren.

Komm vorbei, sei Teil dieses kreativen Prozesses und bring deine Energie ein – es wird nicht nur lecker, sondern auch richtig Spaßig!

FlowMotion – Ein Tanzworkshop

Datum: 26.07. & 27.07.2025

Uhrzeit: 14 -17 Uhr

Ort: Bürgerpark - Yoga Wiese

Bouncen, schütteln, shaken, tanzen, rauschen: Im Workshop FlowMotion erforschen Johanna und Zazie gemeinsam mit euch, wie im Tanz Rauschgefühle entstehen können.

Durch Tanzimprovisation, Spiele und rhythmische Bewegungen wollen wir den Alltag hinter uns lassen, gemeinsam kreativ werden und unseren Flow finden. Der Workshop richtet sich an junge Menschen mit und ohne Tanzerfahrung und findet draußen im Bürgerpark statt. Bringt bequeme Kleidung mit, in der ihr euch gut bewegen könnt.

„High – Irgendwer hat immer Irgendetwas“

Datum: 16.08.2025

Uhrzeit: 14 - 15 & 17 - 18 Uhr

Ort: Aktivspielplatz im Herrngarten

Jonathan Schyns und seine Mutter Susanne Schyns bringen eine wahre Geschichte auf die Bühne – ihre eigene.

Inszeniert von Rob Vriens, zeigt das Theaterhaus Ensemble, wie schnell der Rausch zur Normalität werden kann. Worte, Musik und Tanz verschmelzen zu einem bewegenden, schonungslosen Duett. Kein gewöhnliches Präventionsstück, sondern ein tiefgehendes Theatererlebnis, das berührt und aufrüttelt.

Rauschvoll auf der Bühne und im Publikum spürbar.

Rauschzeit

Eukaryota

Datum: 13.09 & 14.09. 2025

Uhrzeit: 16 - 18 Uhr

Ort: Herrngarten

Anna Wiebke Färber und Tessy Bemtgen suchen nach einem Rauschzustand im Tanz. Begleitet sie in ihrer Performance bei einer künstlerischen Recherche zu Kontrolle und Kontrollverlust. Im Anschluss könnt ihr eure Fragen an die beiden Performerinnen stellen und eure Erfahrungen teilen.



Künstler*innen

Künstler*innen

Künstler*innen

Künstler*innen

Künstler*innen

Künstler*innen

Künstler*innen

Künstler*innen

Künstler*innen

Künstler*innen

Rauschzeit

Isis Mrugalla-Kalmbacher

Religionswissenschaftlerin und wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Universität Tübingen. Ihre Forschungsschwerpunkte umfassen zeitgenössische Magie, populäre Esoterik sowie die Rolle von Körper, Emotionen und Bewusstsein in Gruppenprozessen.

Michelle Denk

Koordinatorin der Fachstelle Suchtprävention Darmstadt, Performance-Künstlerin und systemische Therapeutin. In ihrer Arbeit verbindet sie Kunst und Prävention, um komplexe Themen erfahrbar und sichtbar zu machen. Durch künstlerische Interventionen schafft sie Begegnungen, die neue Perspektiven eröffnen und zur Reflexion anregen.

www.fsp-darmstadt.de

Danny Fresh

Danny ist Künstler und freier Pädagoge und mit seinen Rap-Workshops wöchentlich in Schulen, Jugendzentren und JVA's im Jugendstrafvollzug in ganz Deutschland unterwegs.

Instagram :@dannfreshhiphop

Aslı Özdemir

Als Künstlerin umfasst ihre Arbeit interdisziplinäre Praxis, Fotografie, Video-, Toninstallationen, Literatur und Performance, wobei sie sich mit transgenerationalen Erfahrungen und der Sichtbarmachung der Arbeit von Frauen* im Privaten auseinandersetzt. 2024 erschien ihr Debütroman »warte ich muss das teilen« im Rohstoff Verlag.

www.aslioezdemir.com

Instagram: @asli.oezdemir

Zazie Rothfuchs

Kulturwissenschaftlerin, Projektkoordinatorin und Tanzpädagogin. Ihr Schwerpunkt liegt im zeitgenössischen Tanz, aber sie begeistert sich auch für Breaking, Hip Hop und Waving. Zur Zeit lebt sie in Berlin und freut sich besonders, für die Rauschzeit in ihre Heimatstadt Darmstadt zurückzukehren, um mit euch zu tanzen.

Johanna Rex

Theaterwissenschaftlerin, angehende Regisseurin und freischaffende Schauspielerin aus Leipzig. Künstlerisch arbeitet sie vor allem an der Performativität von Geschlecht und Macht, am liebsten tanzt sie zu HipHop und Drum'n'Bass.

Das Theaterhaus Ensemble

Macht bereits seit 25 Jahren Theater für junges Publikum. Ihre Vorstellungen sind leicht zugänglich für alle und gleichzeitig eine Herausforderung: komplexe Geschichten in einer komplexen Welt, fantasievoll und transparent erzählt. Im Mittelpunkt stehen dabei die Vorstellungen und die Lebens- und Gedankenwelt der Kinder und Jugendlichen, ihnen soll das Theater eine Stimme geben.

www.theaterhaus-ensemble.de

Tessy Bemtgen

Sozialarbeiterin, Tanzpädagogin und Performerin. Sie arbeitet in der Jugendpsychiatrie in Luxemburg-Stadt mit Tanz und Bewegung. Nebenberuflich ist Tessy als Performerin, Tänzerin und Tanzvermittlerin aktiv. Sie leitet u. a. eine inklusive Tanzgruppe in Luxemburg und unterrichtet Kindertanzkurse in Saarbrücken. Tessy performt regelmäßig mit den Kollektiven conTarTe und oSONo und macht zurzeit eine Ausbildung zum Somatic Movement Educator in Body-Mind Centering®.

Instagram: @tessy_be

Pascal Lorenz

Designer an der Schnittstelle zwischen Kunst und Sozialer Arbeit. Aktiv in der Graffiti-Szene, dem Schuldrukzentrum Darmstadt e.V und prima e.V.. Buchstaben und experimentelle Gestaltung sind die Grundlage seiner Arbeit.

Instagram: @riot_184

Gianluca Iannelli

Kulturwissenschaftler und Anthropologe mit Herz für Klang und Kontext – zwischen Theorie, Tanzfläche und Tape-Deck. Gianluca Iannelli lehrt an der Fachschule für Sozialpädagogik in Frankfurt und vermittelt Kunst & Kultur mit Tiefgang und Haltung. Musikliebhaber, Plattensammler, Albummacher – Bass, Ambient und Noise sind seine zweite Sprache.

Rauschzeit

Anna Wiebke Färber

Tänzerin, Choreografin und Tanzpädagogin. Sie lebt und arbeitet in Saarbrücken, wo sie in Produktionen der freien Tanzszene mitwirkt und regelmäßig eigene Choreografien zeigt. Sie ist fest als Dozentin bei den Plattform Studios engagiert und begleitet Nachwuchstänzer:innen im Rahmen des Tanz-Intensiv Programms bei der Berufsvorbereitung. Sie ist außerdem in der kulturellen Bildung tätig, indem sie Vermittlungsprojekte mit Kindern und Jugendlichen konzipiert und leitet. Anna Wiebke engagiert sich ehrenamtlich als Vorstandsmitglied der Landesarbeitsgemeinschaft Tanz im Saarland e.V. und setzt sich hier für die Vernetzung der Freien Szene und die Sichtbarkeit des Tanzes sowie für neue Zugänge zu Kultur, Kunst und Tanz ein.

Instagram: @annawiebkefaerber

Tobias Fabi

Sozialarbeiter in der Sucht- und Drogenhilfe, Psychomotoriker und Vorstand des Safer Nightlife Bundesverbandes Sonics e.V. In seiner langjährigen Tätigkeit im Bereich der Sucht- und Drogenhilfe ist er immer wieder auf der Suche nach neuen und innovativen Wegen der Suchtprävention, wobei ihm hierbei vor allem die Verbindung von Prävention und Lebenswelt der Teilnehmer*innen wichtig ist.

Infozeitteam

Madlena Hairapetowa, Milana Vojnovic, Charlotte Schmitzer, Jonas Reichard, Syval Rohr, Janko Bodemann





„Rauschzeit“ ist ein Projekt der Fachstelle Suchtprävention Darmstadt von Netzwerk ROPE e.V., gefördert durch die Wissenschaftsstadt Darmstadt.

Fachstelle Suchtprävention - Netzwerk ROPE e.V.
Soderstraße 7
64283 Darmstadt

Fon: 06151 1364771
Mobil: 0157 80697256
www.fsp-darmstadt.de

Rauschzeit



FACHSTELLE
SUICHPRÄVENTION
DARMSTADT

Wissenschaftsstadt
Darmstadt

