



Ess-Störungen „Gemeinsam durch dick und dünn“

Die Schüler und Schülerinnen ab der 6. Klasse sollen in diesem Projekt angeregt werden, ihre eigene Persönlichkeit, ihren eigenen Körper und ihre Sinne zu erfahren.

Hintergrund dessen ist der enge Zusammenhang zwischen Ess-Störung/Sucht und dem Bereich der Gefühle sowie der Körper- und Selbstwahrnehmung.

Es wird über Geschlechterrollen und Rollenerwartungen gesprochen, sowie über Schönheitsideale, Selbstbewusstsein und Attraktivität.

Genussfähigkeit wird ebenso ein fester Bestandteil sein, den es zu entdecken und zu leben gilt.

Spiele und Übungen zur Körper- und Selbstwahrnehmung, zur Entspannung und Konfliktlösung runden das Ganze ab.

Abschließend erfolgt Information über Ausprägung von Ess-Störungen und Behandlungsmöglichkeiten.

Zeitlich sind hierzu 3 x 3 Schulstunden vorgesehen in ca. 1 Woche Abstand.

Kontakt

Unser Team besteht aus drei Diplom-Sozialpädagoginnen (FH). Sehr gerne stehen wir Ihnen bei Fragen zur Verfügung. Sie erreichen uns unter folgenden Anschriften:

Gesundheitsamt Altötting
Pater-Joseph-Anton-Str. 14
84503 Altötting
Tel.: 08671 502-900

Mo.-Mi.: 8 – 12 Uhr, 14 – 16 Uhr
Do.: 8 – 12 Uhr, 14 – 18 Uhr
Fr. 8 – 12 Uhr

Karin Schützenberger
Tel.: 08671 502-934
ga31@lra-aoe.de

Gisela Bergler
Tel.: 08671 502-919
ga14@lra-aoe.de

Fachambulanz für Suchtkranke
Bahnhofplatz 20
84503 Altötting
Tel. 08671 96 98 96

Mo.-Fr.: 8.15 Uhr-13.15 Uhr

Roswitha Graf-Bauer
Tel.: 08671 969896
Mobil: 0157 73816156
r.graf-bauer@suchtfachambulanz-altoetting.de



Angebote des
GESUNDHEITSAMTES
und der
**FACHAMBULANZ FÜR
SUCHTKRANKE**
im Landkreis Altötting

ZUR

SUCHTPRÄVENTION



Suchtprävention Theorie und Praxis

Nach wie vor sind die Zahlen der Suchterkrankungen in Deutschland unverändert hoch. Studien aus der Suchtpräventionsforschung bestätigen, dass die Ergebnisse am wirksamsten sind, wenn Maßnahmen der Suchtprävention frühzeitig beginnen, kontinuierlich durchgeführt werden und darauf abzielen, Lebenskompetenzen zu fördern. Deshalb muss Suchtprävention mit Kindern und Jugendlichen einen hohen Stellenwert in unserer Gesellschaft haben.

Unsere Präventionsangebote sind bewährte Instrumente der Suchtprävention, um junge Menschen vor den Risiken übermäßigen Alkoholkonsums und Suchtgefahren zu schützen.

Die Angebote sind so konzipiert, dass die Jugendlichen nicht ausschließlich auf der kognitiven Ebene angesprochen werden. Sie sind abwechslungsreich, interaktiv und fordern zum Mitmachen auf. Sie fördern die Selbstbestimmung, sowie die Eigenverantwortung von jungen Menschen und verbessern somit die Fähigkeiten Jugendlicher, Konflikte und Probleme besser zu lösen.



Suchtparcours „Behalt den Durchblick“

Ziel des Suchtparcours ist eine Alkohol- und/oder Nikotinabhängigkeit von Jugendlichen zu verhindern und eine kritische Haltung gegenüber Zigaretten und Alkohol zu fördern.

An fünf unterschiedlichen Stationen setzen sich die Jugendlichen interaktiv mit den Themen *Sucht*, *Alkohol* und *Rauchen* auseinander. Fachkräfte der Suchtprävention führen in die Thematik ein, informieren und diskutieren mit den jungen Menschen.

Der Suchtparcours ist für Jugendliche ab der 7. Jahrgangsstufe geeignet. Für max. 60 Schüler wird ein Zeitrahmen von 90 Min. veranschlagt.

Rauchparcours „90 Minuten gegen blauen Dunst“

Im Wettbewerbstil sind von 5 Kleingruppen, bestehend aus max. 12 jungen Leuten, verschiedene Aufgaben zu lösen. Ziel ist, in 90 Min. möglichst viele Punkte zu erreichen.

Jede Station ist einem Thema gewidmet:

„Wie sag ich Nein“, „Warum rauchen Menschen?“, „Was ist so schädlich am Rauchen?“, „Wie schnell kann ich von Zigaretten abhängig werden?“.

Die Jugendlichen werden aufgefordert, selbst aktiv zu werden und sind damit hoch motiviert, ihr Verhalten zu reflektieren.



Workshops

Einzelthemen beider Parcours können auch als Workshops für Klassen oder Gruppen im Rahmen von 90 Min. durchgeführt werden.

Alkohol – Komasaufen- oder ? „Voll die Party“

Ausgangspunkt des Planspiels ist das konkrete Erleben einer sozialen Situation durch die Simulation einer Party. Dabei geschieht, was im realen Leben auch geschehen kann: Hausarrest, Aufenthalt im Krankenhaus, auf der Polizeistation ... In der Auswertung reflektieren die Jugendlichen ihr Verhalten im Alltag, setzen sich mit den Themen *Gruppendruck* und *Risiko einschätzung* auseinander. Es wird Basiswissen für einen verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol vermittelt.

Das Planspiel inkl. Auswertung dauert ca. 3 Std. und wird für Jugendliche ab 14 Jahren empfohlen. Es kann mit Gruppen zwischen 15-35 Personen gespielt werden und eignet sich für die alkoholpräventive Arbeit in Schulen und in der Jugendarbeit.

Selbstverständlich führen wir auch Elternabende rund um das Thema *Sucht* durch!