

Gesundheitsförderung und Prävention 2018 für den 3. Zyklus und das Werkjahr

Sehr geehrte Lehrpersonen

Wir freuen uns, Ihnen eine Übersicht unseres Programms 2018 zukommen zu lassen. Auch dieses Jahr können Sie wieder von vielen kostenfreien Angeboten profitieren (Details siehe unter proaktive Angebote und Angebote auf Anfrage). Zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren. Wir sind gerne bereit, auch massgeschneiderte Angebote für Sie zusammenzustellen. Weitere Informationen finden Sie auf unserer Webseite: www.vjps.ch.

Neu: Unsere Angebote sind LP21-kompatibel. Detaillierte Angaben werden laufend erarbeitet den Ausschreibungen hinzugefügt. Gerne informieren wir Sie auch auf Anfrage.

Angebotsübersicht

Suchtprävention

- Freelance Suchtpräventionsprogramm (Unterrichtsmaterial zu Alkohol, Tabak, Cannabis)
- Mix-Kurse und Funky-Bar, Alkoholprävention (alkoholfreie Getränke mixen)
- Berauscht (Forumtheater), Alkoholprävention mit Genderelementen
- Klassenkurse Suchtprävention – **neu** Gesprächsrunde mit einer ehemals drogenabhängigen Person
- Elternveranstaltung «Alkohol und andere Drogen im Teenageralter»
- Informationsmaterial zu Substanzen
- Broschüren (Orientierungshilfe für Eltern, Ratgeber «rauchen, trinken, kiffen»)

Digitale Medien

- Suchtfrei online (Klassenkurs), **neu!**
- Sexting und Co. (Klassenkurs), **neu!**
- zOFF@net (Forumtheater, Cybermobbing)
- freelance Präventionsprogramm (Unterrichtsmaterial zu Cybermobbing, Gamen, Sexting und vieles mehr)
- Elternveranstaltung «Gefahren im Internet»
- Informationsmaterial für Lehrpersonen und Eltern
- «Angek(l)ickt» (junior): Live-Bühnen-Performance zum Thema Mediennutzung

Lebenskompetenzen fördern

- Chili: Regeln und Abmachungen (Klassenkurs)
- SIG-Klassenkurse: 3 Module «*Grenzen setzen*», «*Konflikte lösen*» und «*Deeskalation*»
- Wo ist A? (Theaterstück)

Was sind proaktive Angebote?

Proaktive Angebote sind fertige Veranstaltungspakete oder Kurse. Sie werden frühzeitig brieflich ausgeschrieben und können direkt mittels Anmeldetalon gebucht werden. Dabei handelt es sich um Angebote, die vom Kanton Schaffhausen und/oder dem Schulamt der Stadt Schaffhausen vorfinanziert und somit für die Schulen kostenlos sind.

Februar/März

Chili: Regeln und Abmachungen

- > Für Schüler/innen des 3. Zyklus und Werkjahrs (Klassenkurs)
- > Thema: Verbindlichkeiten, Konflikte lösen
- > Kosten: für Schulen des Kantons Schaffhausen kostenlos
- > Dauer: 6 Lektionen
- > Durchführung: Klassenzimmer

Das Trainingsprogramm sensibilisiert die Schülerinnen und Schüler auf altersgerechte Weise für die Bedeutung von Regeln und Abmachungen innerhalb der Klasse und der Schule. Durch interaktive Elemente lernen die Schüler Grundformen der Konfliktlösung kennen oder beantworten in Gruppenarbeiten die Frage nach der Bedeutung von Normen und Werten. Dabei bleibt auch das schwierige Thema der Durch- und Umsetzung von Konsequenzen nicht auf der Strecke. Theorieinputs und Reflexionsübungen runden das kompakte Trainingsprogramm ab.

Die Kursleitung kontaktiert die Lehrperson im Voraus, um zu gewährleisten, dass aktuelle Klassenthemen aufgenommen und in die Lektionen integriert werden. Weitere Informationen finden Sie auf www.rotekreuz-sh.ch.

Kursanbieter: Rotes Kreuz Schaffhausen. Bitte beachten Sie die Ausschreibung vom Nov. 2017.

Wo ist A? (Theaterveranstaltung)

- > Für Schüler/innen des 3. Zyklus und des Werkjahrs
- > Thema: Suche nach der eigenen Meinung (Wer oder was prägt diese?)
- > Kosten: für Schulen des Kantons Schaffhausen kostenlos
- > Dauer: ca. 3 Lektionen
- > Spielort: Kammgarn, Schaffhausen

Alles beginnt mit einer Vermisstmeldung des 17-jährigen Alex und der daraus resultierenden Frage: Wo ist A? Das Umfeld des Vermissten (Vater, Schwester, spanische Freundin) reagiert mit Unverständnis, Sorge und Angst. Nachforschungen über seinen Verbleib werden angestellt. Die Frage nach dem Wo weicht immer stärker der Frage nach dem Warum seines Verschwindens. Aus den Erzählungen der drei Menschen aus Alex Leben setzt sich für das Publikum dessen Welt wie ein Puzzle zusammen. Vorurteile und Intoleranz prägen den Alltag von Alex.

Das Theaterstück greift auf sehr emotionale Art und Weise die Fragen auf: Weshalb reissen Jugendliche von Zuhause aus? Wie reagiert das Umfeld darauf? Im Verlauf des Stücks rücken weitere Aspekte ins Zentrum: Wie findet man seine eigene Meinung? Wer oder was prägt diese? Wie entstehen Vorurteile und Intoleranz? Das Theaterstück gibt viele Inputs für die Weiterarbeit mit der Nachbearbeitungsmappe im Klassenverband.

Durchführung: Theater Bilitz. Bitte beachten Sie die Ausschreibung vom Januar 2018.

Suchtfrei online

- > Für Schüler/innen des 3. Zyklus und des Werkjahrs (Klassenkurs)
- > Thema: Welcher «Internet-User-Typ» bin ich? Bin ich suchtgefährdet?
- > Kosten: für Schulen des Kantons Schaffhausen kostenlos
- > Dauer: 2 Lektionen
- > Durchführung: Klassenzimmer und Zusatzraum

Die Gefahr einer Online-Sucht ist bei Teenagern deutlich grösser als bei Erwachsenen. So nutzt fast jeder vierte Jugendliche das Internet «risikoreich». Deshalb ist es unabdingbar, dass die Jugendlichen sensibilisiert sind für die eigenen Gewohnheiten der Mediennutzung und die Einschätzung der damit verbundenen Risiken. Im Klassenkurs «Suchtfrei online» steht die Reflexion des eigenen Risikoverhaltens und die Nutzung der digitalen Medien im Vordergrund. Die Schüler/innen diskutieren gesundheitsfördernde und -hemmende Verhaltensweisen. Sie verstehen die Zusammenhänge der Suchtentstehung und wissen bei problematischer Internetnutzung, wo sie Hilfe holen können. Bitte beachten Sie die Ausschreibung und Anmeldung im Frühjahr 2018.

Sexting und Co.

- > Für Schüler/innen des 3. Zyklus und des Werkjahrs (Klassenkurs)
- > Thema: Erotische Inszenierungen auf Snapchat und Co., Sexualität im Internet
- > Kosten: für Schulen des Kantons Schaffhausen kostenlos (Anzahl beschränkt)
- > Dauer: 2 Lektionen
- > Durchführung: Klassenzimmer und Zusatzraum

Wenn Jugendliche erste sexuelle Erfahrungen machen, kommen häufig auch die digitalen Medien ins Spiel. Im Chat flirten und Pornographie anschauen sind normale Internetaktivitäten. Inzwischen gehört auch Sexting dazu. Bei diesem jungen Phänomen fotografieren sich Jugendliche nackt oder in lasziven Posen und senden die Fotos via Handy an Liebespartner. Doch ein als Liebesbeweis geschicktes Foto kann zur Gefahr werden, wenn es beispielsweise aus Rache an unerwünschte Adressaten verschickt werden. Mit Respekt und Humor beleuchtet dieser Klassenkurs folgende Themen: Online-Anmache, erotische Inszenierungen auf Instagram, Snapchat und Skype, Pornographie, rechtliche Aspekte, Safer Sexting.

Durchführung zischtig.ch. Bitte beachten Sie die Ausschreibung im Frühjahr 2018.

Angebote auf Anfrage

Die nachfolgenden Angebote können auf Anfrage gebucht werden. Die Klassenkurse und Elternveranstaltungen sowie das freelance-Präventionsprogramm sind für alle Schulen der Sekundarstufe I des Kantons Schaffhausen dank der kantonalen Unterstützung kostenlos. Alle anderen Angebote sind nur für die Schulen der Stadt Schaffhausen in beschränkter Anzahl kostenfrei, da diese vom Schulamt der Stadt Schaffhausen vorfinanziert sind. Für Schulen ausserhalb der Stadt Schaffhausen sind diese Angebote kostenpflichtig. Gerne organisieren wir für Sie die nächste Präventionsveranstaltung. Für Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Die Durchführung eines Angebotes erfolgt in Absprache mit dem Anbieter.

Berauscht (Forumtheater)

- > Für Schüler/innen des 3. Zyklus und des Werkjahrs (Klassenkurs)
- > Thema: Alkoholprävention
- > Kosten: für Schulen der Stadt Schaffhausen kostenlos
- > Dauer: 3 Lektionen
- > Durchführung: Klassenzimmer

Szene Buben: Nick und Vera lernen sich an einer Homeparty kennen. Vera findet Nick süß. Damit dieser etwas lockerer wird, bietet sie ihm Wodka und Saft an. Nick verliert die Kontrolle und durchlebt eine unliebsame Achterbahn der Gefühle.

Szene Mädchen: Gil wird heute 15 Jahre alt und das möchte sie mit ihrer besten Freundin Joséphine feiern. Mit einer Flasche Whisky setzen sie sich an den See, plaudern, trinken, lachen, phantasieren. Langsam geht die Sonne unter, mit dem höheren Alkoholpegel lockern sich ihre Zungen, sie geben Einblick in ihre Ängste und Nöte. Plötzlich ist der Bogen überspannt ...

Diese beiden Szenen bieten für die Schülerinnen und Schüler die Grundlage, um sich mit der Thematik Alkohol auseinander zu setzen. Im Gespräch oder durch die Gestaltung eigener Szenen werden mit den jugendlichen Inhalten wie Gruppendynamik oder Flirten/Anmachen bearbeitet, sowie genderspezifisches Rollenverhalten reflektiert. Durchführung: Story bord.

Angek(l)ickt (Junior) Live-Bühnen-Performance zum Thema Mediennutzung

Zielgruppe: Je eine Vorführung für den 2. und 3. Zyklus

Thema: Mediennutzung der Jugendlichen im Internet

Kosten: 950 Fr. plus Fahrspesen. Für Schulen der Stadt Schaffhausen kostenlos

Spielort: Aula mit Bühne

Dauer: 55 min

Diese Bühnen-Performance ist eine neue Form der Wissensvermittlung. Projektionen von bewegten und statischen Bildern und Grafiken, live dargestellte Bewegungen und Dialoge, Interviews und Sprecherkommentare wechseln sich auf spannende und interessante Weise ab, ohne sich zu überlagern und überladen zu wirken. Die wortwörtlich multimediale Vermittlungsform passt gut zum Thema. Zudem wird der Aspekt «real-virtuell» sinnbildlich aber auch real durch die ganze Präsentation hindurch ins Zentrum gerückt. Folgende Themen werden aufgegriffen:

Wahrheit oder Täuschung / Selbstdarstellung und Selfies / Cybermobbing und Sexting / Mediensucht und Onlinespiele / Datenschutz und Urheberrecht / Tipps zur Mediennutzung.

Diese Veranstaltung eignet sich als Kickoff, um das Thema Medienkompetenz aufzugreifen und z.B. in einer Projektwoche zu vertiefen.

Klassenkurs Suchtprävention: 5 Module frei wählbar

> Für Schüler/innen des 3. Zyklus und des Werkjahrs

> **Thema:** Suchtentstehung, Risiko u. Gefahren von Alkohol und Drogen

> **Dauer:** min. 2 Lektionen (nach Absprache)

> **Kosten:** für Schulen des Kantons Schaffhausen kostenlos

> **Ort:** Klassenzimmer / Parcours: Aula, Singsaal / Mix-Kurs: Schulküche

> **Durchführung:** Fachstelle für Gesundheitsförderung, Prävention und Suchtberatung

Klassenkurs

Im Klassenkurs stehen Fragen der Schülerinnen und Schüler rund um Drogen und Suchtentwicklung im Zentrum. Diese werden im Dialog mit den Teilnehmenden erläutert und diskutiert. Geeignet zur Sensibilisierung und Aufklärung. Der Kursinhalt wird mit der Lehrperson auf die Bedürfnisse der Klasse abgestimmt.

Rauschbrillen-Parcours

Die Schülerinnen und Schüler absolvieren mit speziellen Brillen verschiedene Posten (Kickboard fahren, Bälle werfen, Geld sortieren etc.). Diese Brillen simulieren die gestörte Wahrnehmung und eingeschränkte Reaktionsfähigkeit bei Alkoholkonsum. Reflexionsübungen machen den Schülerinnen und Schüler ihre Erfahrungen bewusst und werden durch Fachinformationen erweitert. Dauer: 2 Lektionen. Die Klasse wird in zwei Gruppen aufgeteilt. Die Durchführung erfolgt im Turnus mit dem Klassenkurs.

Besichtigung der Fachstelle

Die Schülerinnen und Schüler besuchen die Fachstelle der Prävention und Suchtberatung an der Webergasse in Schaffhausen. Ein erfahrener Suchttherapeut führt durch die Stelle und erläutert die Angebote und den Ablauf einer Suchtberatung. Dauer ca. 30 min.

Gesprächsrunde mit einer ehemals abhängigen Person

Eine ehemals drogenabhängige Person (in Begleitung ihrer Therapeutin) besucht die Klasse. Sie stellt sich den Fragen der Schülerinnen und Schüler. Ohne den Moralfinger zu erheben oder den Drogenkonsum zu verherrlichen, berichtet sie über ihre persönlichen Erfahrungen und Rückschlüsse. Dauer: ca. 1 Lektion.

Mix-Kurse und Funky-Bar

- > Für Schüler/innen des 3. Zyklus und Werkjahrs
- > Thema: **Alkoholprävention (Kurs, Barbetrieb)**
- > Dauer: **Mixkurs (ca. 2 Lektionen)**
- > Kosten: **Kurs für Schulen der Stadt Schaffhausen kostenlos / Verleih Funky-Bar für alle Schulen kostenlos**
- > Durchführung Kurs: **Klassenzimmer/Schulküche**

Steht eine Projektwoche, ein Schulfest oder eine Elternveranstaltung an? Und Sie wollen mit Ihren Schülerinnen und Schülern trendige alkoholfreie Drinks anbieten? Mit der Funky-Bar erhalten Sie die nötige Infrastruktur und mit den Mixkursen das erforderliche Know-how. Der Mixkurs und die Funky-Bar können separat gebucht resp. ausgeliehen werden.

Durchführung Mix-Kurs: Fachstelle Alkohol am Steuer nie.

Verleih Funky-Bar: Fachstelle für Gesundheitsförderung und Prävention.

Freelance Suchtpräventionsprogramm

- > Für Schüler/innen des 3. Zyklus und weiterführender Schulen
- > Themen: **Alkohol, Tabak, Cannabis und digitale Medien**
- > Angebot: **fertig aufbereitetes Unterrichtsmaterial**
- > Kosten: **für Schulen des Kantons Schaffhausen kostenlos**

Das interkantonale Suchtpräventionsprogramm freelance bietet Lehrpersonen kostenlos fertig aufbereitete Unterrichtseinheiten zu den Themenpaketen *Tabak*, *Alkohol*, *Cannabis* und *digitale Medien* zum Download an. Geeignet für den gezielten und ressourcenangepassten Unterricht. Ergänzt wird das Programm durch die Präventionsbox mit ihren beliebten Kurzeinheiten, welche von den Schulen des Kantons Schaffhausen kostenlos auf der Fachstelle bezogen werden können. Download und Programm: www.be-freelance.net

NEU: Im didaktischen Zentrum SH finden Sie alle Lektionsreihen zu den einzelnen Themen in einem Ordner. Werfen Sie einen Blick hinein, es lohnt sich!

Elternveranstaltung: Alkohol und andere Drogen im Teenageralter

- > Zielpublikum: **Eltern und Erziehungsberechtigte (10 bis 80 Personen)**
- > Themen: **Suchtverhalten und präventives Handeln**
- > Kosten: **für Schulen des Kantons Schaffhausen kostenlos**
- > Durchführung: **Klassenzimmer, Singsaal, Aula**
- > Referat mit interaktiven Elementen

Alkoholkonsum und andere Drogen sind für Jugendliche im Teenager-Alter oft ein Thema und für Eltern eine erzieherische Herausforderung: Was tun, wenn der/die Jugendliche (übermässig) Alkohol konsumiert? Wie viel an Vertrauen ist nötig? Wie viel an Kontrolle? Der Workshop vermittelt Fachwissen und nimmt Anliegen und Ansichten der Teilnehmenden auf.

Durchführung: Fachstelle für Gesundheitsförderung, Prävention und Suchtberatung.

«Grenzen erfahren», «Konflikte lösen» und «Deeskalation»

Drei Module mit SIG (Schweizerisches Institut für Gewaltprävention)

- > Für die Schüler/innen des 3. Zyklus und des Werkjahrs (max. 1 Klasse)
- > Thema: **Gewaltprävention**
- > Angebot: **3 Module (können einzeln gebucht werden)**
- > Dauer: **pro Modul 3 Lektionen**

- > **Kosten:** für Schulen der Stadt Schaffhausen kostenlos
- > **Spielort:** Modul 1: Turnhalle / Modul 2 und 3: Klassenzimmer oder Aula

Modul 1: Grenzen

Gewalt hat immer mit Grenzverletzung zu tun. Mit gezielten Übungen und geleiteten Reflektionsrunden setzen sich die Schüler und Schülerinnen mit dem Thema «Grenzen» auseinander. Sie erleben die eigenen Grenzen und die der anderen und lernen dabei den inneren Schiedsrichter kennen. Die Übungen sind bewegungsorientiert und finden mit und ohne Körperkontakt statt. Dieses Modul findet in der Turnhalle statt.

Modul 2: Konflikte lösen

Konflikte sind normal und treten in jeder Klasse auf. Die Schülerinnen und Schüler setzen sich mit dem Lösen von Konflikten auseinander und probieren konstruktive Verhaltensweisen aus, um ihre Probleme untereinander zu regeln. Bei Gruppenspielen lernen sie aufkommende Konflikte frühzeitig zu erkennen und trainieren Handlungsmöglichkeiten, um Eskalationen vorzubeugen. Zudem wird geübt, wie eine Drittperson unterstützend eingreifen kann.

Modul 3: Deeskalation

Zu Beginn erzählt ein unverschuldigter Gewaltopfer sehr eindrücklich über seine Erlebnisse und Erfahrungen, wie ein Schlag innert Sekunden das Leben eines Menschen völlig verändern kann. Es wird gezeigt, wie sich die Gewaltspirale aufbaut und auf welchen Ebenen die Vermeidung von Gewalt und Aggression stattfinden kann. Weitere Schwerpunkte sind: Trennung zwischen Sache und Person, abgestimmtes Vorgehen, Suche nach Ausgleich, Anerkennen von Bedürfnissen.

Die drei Module werden durch erfahrene Sozialpädagogen des SIG (Schweizerisches Institut für Gewaltprävention) einfühlsam, gut strukturiert und fachkompetent durchgeführt. Nach jedem Modul findet ein Austausch mit der Lehrperson zum Geschehenen statt. Dadurch können Sie wertvolle Inputs für das Klassenklima gewinnen.

zOFF@net

- > **Für Schüler/innen des 3. Zyklus und Werkjahrs (min. 40/max. 80 Schüler)**
- > **Thema:** Cybermobbing
- > **Kosten:** für Schulen der Stadt Schaffhausen kostenlos
- > **Spielort:** Aula / Singsaal
- > **Dauer:** 90 Minuten

Rahel und Leoni sind beste Freundinnen. Sie besuchen zusammen dieselbe Klasse an der Oberstufe. Als Leoni ihrer Freundin den Freund ausspannt, schwört diese Rache und lanciert eine Cyber-Attacke. Im Nu verbreitet sich die Nachricht im Netz und Leoni wird zur geächteten Person. zOFF@net zeigt auf eindrückliche Weise, wie aus einer Racheaktion über das Internet eine folgenschwere Lawine aus Beschimpfungen und Verunglimpfungen entsteht. Dabei hält sich das Stück nicht beim www auf, sondern nimmt sich der belasteten Interaktionen der Protagonisten in der Realität an. Mittels der interaktiven Form des Forumtheaters werden die Schülerinnen und Schüler durch die erfahrenen Schauspielerinnen und Schauspieler auf subtile und einfühlsame Weise zum Mitdenken und Mitmachen angeleitet. Die Jugendlichen erhalten dadurch die Möglichkeit, Verhaltensweisen zu hinterfragen, nach Lösungen zu suchen und deeskalierende Handlungsweisen zu probieren. zOFF@net liefert keine Patentrezepte, sondern kreiert Lösungen, die ihren Ursprung dort haben, wo sie entstehen. Nämlich im Kopf.
Durchführung: Theater Bilitz.

Elternveranstaltungen zu digitalen Medien

- > **Zielpublikum:** Eltern und Erziehungsberechtigte (10 bis 80 Personen)
- > **Themen:** Risiken und Gefahren im Internet
- > **Kosten:** für Schulen des Kantons Schaffhausen kostenlos
- > **Durchführung:** Klassenzimmer, Singsaal, Aula

Das Erziehungsdepartement des Kantons Schaffhausen bietet spezielle Elternveranstaltungen zu Themen rund um digitale Medien an. So z.B. ein Referat über die Risiken, denen sich Jugendliche im Internet aussetzen könnten. Die Kurse werden von Boris Uehlinger, Internetexperte und

Beauftragter Medienjugendschutz, und Marcel Isler, Oberstufenlehrer und Internetspezialist, durchgeführt.

Referate

Planen Sie eine Projektwoche oder wünschen Sie sich ein Referat zur Suchtprävention an einem Elternabend, dann nehmen Sie mit uns Kontakt auf. Gerne stellen wir für Sie ein Programm zusammen. Unsere Referate sind für alle Schulen kostenlos.

Informationsmaterial

Gerne lassen wir Ihnen kostenlos unser Informationsmaterial zukommen:

- Diverse Informationsflyer zu Substanzen und Glücksspielsucht
- Informationsflyer zum Thema Neue Medien
- Freelance Elternbroschüre *Kiffen, rauchen, trinken....*
- Broschüre *Orientierungshilfe für Eltern von 12- bis 16-Jährigen (mehrsprachig)*

Ihre Ansprechpartner:

Erich Bucher Tel. 052 633 60 21 e.bucher@vjps.ch

Sandra Walter Tel. 052 633 60 23 s.walter@vjps.ch

Schaffhausen, Januar 2018