

# Ergänzungsangebote zur Gesundheitsförderung und Prävention 2025

für die

**Schulen der Stadt Schaffhausen**



## **Sehr geehrte Lehrpersonen**

wir freuen uns, Ihnen eine Übersicht zu den Ergänzungen zum üblichen Programm für den 1. und 2. Zyklus, sowie den 3. Zyklus zukommen zu lassen. Diese Ergänzungen sind nur für die Schulen der Stadt Schaffhausen kostenlos buchbar.

## **ANMELDESEITE NUR FÜR DIE STÄDTISCHEN SCHULEN**

Die Anmeldung zu den Angeboten und weitere Information finden Sie auf unsere Webseite unter:

<https://www.vjps.ch/ergaenzungsangebote-fuer-die-stadt-schaffhausen-2025/>

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

# Proaktive Angebote

Proaktive Angebote sind fertige Veranstaltungspakete oder Kurse. Sie können direkt über die separate Anmeldeseite für städtische Schulen <https://www.vjps.ch/ergaenzungsangebote-fuer-die-stadt-schaffhausen-2025/> gebucht werden.

Dabei handelt es sich um Angebote, die von der Stadt Schaffhausen vorfinanziert und somit für die Schulen in der Stadt Schaffhausen **kostenlos** sind.

## 1.+ 2. Zyklus

### Wer bist du denn? (Theaterstück)

**Für SuS der 1. und 2. Klasse / 40 – max. 70 Zuschauende**

**Themen:** Fremdsein, Vorurteile, Annäherung und Freundschaft

**Dauer:** 60 Min.

**Ort:** Aula

**Datum:** 7.4.25-30.4.25

**Buchungen:** ab 10.2.25

**Ansprechperson:** Deborah Weiss, d.weiss@vjps.ch

Das Stück erzählt die Geschichte vom Tanzbär Joscho, der aus dem Osten kommt, und der Wanderratte Celine, die aus dem Westen kommt. Irgendwo stolpern sie übereinander. Und schon geht es los. Wer war zuerst? Wie sieht der Andere aus? Was frisst er? Wieso riecht er anders. Unterschiedlicher könnten die beiden nicht sein. Sie begegnen sich voller Vorurteile. Aber neugierig sind sie beide. Sie beobachten sich, wundern sich über den andern. Behutsam kommen sie sich näher. Plötzlich sehen sie den Anderen anders. – Eine Begegnung voller Skepsis und Vorurteile wird zur Bereicherung und Freundschaft.

Mit viel Feingefühl zeigen Agnes Caduff und Simon Gisler wie sich eine zarte Freundschaft entwickelt. Durch die einfühlsame Spielweise der Schauspieler werden die Kinder in kurzer Zeit mitten ins Geschehen eingebunden. Hautnah erleben sie, wie sich Vorurteile aufbauen und wandeln lassen. Das theaterpädagogische Material ermöglicht die Vertiefung des Themas.

Durchführung: [www.bilitz.ch](http://www.bilitz.ch)

### Hü! (Theaterstück)

**Für SuS der 2. bis 4. Klasse / mind. 60 max. 150 Zuschauende**

**Themen:** Ein Theaterstück über Mut, Selbstvertrauen und Durchhaltevermögen

**Dauer:** ca. 65 Minuten

**Ort:** Bachturhalle

**Datum:** 25.9.25, eine Vorstellung vormittags, eine nachmittags

**Buchungen:** ab 29.5.25

**Ansprechperson:** Deborah Weiss, d.weiss@vjps.ch

So schön ist das Rösslein Hü, dass es Onkel Peter, der Spielzeugschnitzer, gar nicht verkaufen kann. Die beiden werden gute Freunde. Doch dann wird Onkel Peter krank und das Rösslein Hü muss in die Welt, um Geld zu verdienen. Es will ihm helfen. Die Reise wird länger als geplant und die Abenteuer werden gefährlicher als erwartet. Hü wird verletzt, schlecht behandelt und ausgenutzt. Und es hat grosses Heimweh nach Onkel Peter. Es findet aber auch neue Freunde, die ihm helfen. Hü steht immer wieder auf und ist stärker als alle Hindernisse, die sich ihm in den Weg stellen. Aufgeben kommt nicht infrage.

Eine Schauspielerin, ein Schauspieler und ein Musiker erzählen und spielen die bekannte Geschichte des Rösslein Hü neu. Sie schlüpfen in die verschiedensten Rollen und lassen das Publikum Freuden und Leiden des Holzrössleins miterleben: etwa, wenn es mit Zirkuselefant Jumbo in der Arena auftritt, als Rennpferd um den Sieg rennt, in einem reissenden Fluss den Kopf verliert oder sich aus einem eingestürzten Bergwerk befreien muss. Das theaterpädagogische Material ermöglicht die Vertiefung des Themas.

Durchführung: Theater Bilitz

## Glücksschule (Klassenkurs)

**Für SuS der 1. bis 6. Klasse**

**Themen:** Glück, Glückssuche, Resilienz  
**Dauer:** 3 Lektionen  
**Ort:** Klassenzimmer oder Aula  
**Datum:** 18.8.-24.10.25  
**Buchungen:** ab 22.5.25  
**Ansprechperson:** Deborah Weiss, d.weiss@vjps.ch

Was bedeutet es eigentlich «Glück zu haben»? Wie fühlt es sich an glücklich zu sein? Wo im Körper wohnt das Glück? Kann ich mein Glück auch beeinflussen? Wenn ja, wie geht das? Kann ich sogar lernen mit Schicksalen besser umzugehen? Gehen Sie mit Ihrer Klasse auf die Glückssuche. Denn wie es uns geht und wie wir uns fühlen, hängt stark damit zusammen, ob wir meinen etwas ändern zu können oder dem Ganzen ausgeliefert zu sein. „Wer nichts über Glück weiss, kann es auch nicht finden. Wer hingegen viel über Glück weiss, kann es sogar trainieren.“ Manfred Spitzer, Hirnforscher  
Durchführung: Margot Gammeter & Team

## Ich schaffe das (Klassenkurs)

**Für SuS der 2. bis 6. Klasse**

**Themen:** Stärken, Selbstbewusstsein, Herausforderungen überwinden  
**Dauer:** 3 Lektionen  
**Ort:** Klassenzimmer oder Aula  
**Datum:** 18.8.-24.10.25  
**Buchungen:** ab 22.5.25  
**Ansprechperson:** Deborah Weiss, d.weiss@vjps.ch

Der Ich-schaffe-das Workshop ist aus dem «Ich Schaffs» Programm von Ben Furman entstanden. Die SuS werden unterstützt, aus Problemstellungen Fähigkeiten zu entwickeln.

Jedes Kind konzentriert sich auf seine persönlichen Herausforderungen. Es lernt Stolpersteine zu benennen, genauer hinzuschauen und daraus seine Wunsch-Fähigkeit zu kreieren. „Welche Fähigkeit brauche ich, damit ich diese Herausforderung meistern kann?“ Um die Fähigkeit zu verankern, wird im Workshop Folgendes behandelt:

- der Fähigkeit einen Namen zugeben
- das Nutzen genauer unter die Lupe zu nehmen
- eine Kraftfigur als Unterstützer zu wählen
- Helfer aussuchen
- den Erfolg feiern, wenn man ein Ziel erreicht hat
- was tun bei Rückschlägen

Zu wissen, dass der Mensch nie aufhört dazu zu lernen, hilft den SuS, Herausforderungen als Chance zu sehen und neue Stärken zu entwickeln.

Durchführung: Margot Gammeter & Team

## Gute und schlechte Geheimnisse (Forumpuppentheater)

**Für SuS des Kindergartens / max. 50 Kinder, inkl. Elternabend**

**Thema:** Prävention von sexuellen Übergriffen  
**Dauer:** 2 h für die SuS / 1 ¼ h Elternabend  
**Ort:** Aula  
**Datum:** Auf Anfrage  
**Ansprechperson:** Sereina Caduff, s.caduff@vjps.ch

In Zusammenarbeit mit verschiedenen Fachstellen entwickelte Irene Rutishauser das Forumpuppentheater «Gute und schlechte Geheimnisse» zur Prävention von sexuellen Übergriffen. Dieses Puppentheater zeigt Kindern, dass es gute und schlechte Geheimnisse gibt. Sie werden darauf sensibilisiert und finden gemeinsam Möglichkeiten, damit umzugehen. Die Kinder lernen auf eine positive, stärkende Weise mit Gefühlen von Schwäche, Hilflosigkeit und Angst umzugehen – was für die Prävention vor sexuellen Übergriffen entscheidend ist. Der Präventionsworkshop beinhaltet einen Elternabend, einen Präventionshalbtag im Kindergarten, welcher aus dem Puppentheater und

einer Nachbearbeitung in der Klasse besteht. Zudem gibt es weiterführenden Unterlagen zum Werkstattunterricht für die Lehrkräfte.

Durchführung: Irene Rutishauser, <https://www.figurentheater-rutishauser.ch/>

### Vitamin A – Mein Körper gehört mir (Forumtheater)

Für SuS der 3. Klasse / Klassenkurs, inkl. Elternabend

**Themen:** Selbstbewusst gegen sexuelle Gewalt bei Kindern

**Dauer:** 3 x 1 Lektion / 2h Elternabend

**Ort:** Aula

**Datum:** Auf Anfrage

**Ansprechperson:** Sereina Caduff, [s.caduff@vjps.ch](mailto:s.caduff@vjps.ch)

Mein Körper gehört mir! – Eine interaktive Szenencollage in 3 Teilen

Ein Theaterpädagogisches Präventionsstück für Kinder der 3. & 4. Klasse mit dem Ziel Kinder über sexuelle Gewalt aufzuklären und ihnen Strategien und Hilfestellungen zum Umgang mit diesem heiklen Thema zu vermitteln.

Mit wenigen, aber eindrücklichen Mitteln werden die Kinder einfühlsam an das heikle Thema sexuelle Gewalt herangeführt. Die Spielszenen sind prägnant, verständlich, kurzgehalten und sehr kindgerecht aufgearbeitet.

Theater das aufklärt. Sprache die nichts verschweigt. Geschichten die in Erinnerung bleiben.

Durchführung: [www.vitamin-a.ch](http://www.vitamin-a.ch)

## 3. Zyklus

### Wo ist A? (Theaterveranstaltung)

Für SuS des 3. Zyklus und des Werkjahrs

**Thema:** Vorurteile, Intoleranz, Suche nach der eigenen Meinung

**Dauer:** 3 Lektionen

**Ort:** Theater Bachtornhalle Schaffhausen

**Datum:** 10.4.25, eine Vorstellung vormittags, eine nachmittags

**Buchungen:** ab 11.02.25

**Ansprechperson:** Deborah Weiss, [d.weiss@vjps.ch](mailto:d.weiss@vjps.ch)

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 emotionale 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.

Durchführung: [www.bilitz.ch](http://www.bilitz.ch)

### Stressless (Klassenkurs)

Für SuS des 3. Zyklus und des Werkjahrs

**Themen:** Stärkung von Lebenskompetenzen, Stresssymptome, Entspannung

**Dauer:** 3 Lektionen

**Ort:** Klassenzimmer oder Aula

**Datum:** 18.8.25-24.10.25

**Buchungen:** ab 22.5.25

**Ansprechperson:** Deborah Weiss, [d.weiss@vjps.ch](mailto:d.weiss@vjps.ch)

Umgang mit Stress wird von der WHO als eine der wichtigsten Lebenskompetenzen der heutigen Zeit angesehen. Stressige Lebensphasen gehören zum Leben dazu. Jugendliche müssen lernen Stresssymptome zu erkennen und individuelle Handlungskompetenzen für sich selbst zu finden. Der Kurs hilft momentane Stressmomente und

Stresssymptome in ihrem Leben zu benennen und sich auf die Suche nach den eigenen Ressourcen zu machen. Abwechslungsreiche Übungen laden zur Reflexion ein. Diese praxisbezogenen Übungen geben erste Inputs zu diesem Thema. Nach dem Kurs bekommen Sie von der Kursleiterin Anregungen, wie Sie das Thema weiter in der Klasse vertiefen können. Zwei Wochen im Vorfeld des Kurses geben Sie der Kursleiterin schriftlich kurz Auskunft über die aktuelle Situation der Klasse. Die Fragen zur Situationsanalyse erhalten Sie per Mail.  
Durchführung: Margot Gammeter & Team

### OMG-Theater!

#### Für SuS der 5. bis 8. Klasse

**Themen:** Social Media, Cybermobbing, Schönheitsideale, Hate speech, Datenschutz, Bildschirmzeit  
**Dauer:** 2 Lektionen  
**Datum:** Frühling 2025  
**Ort:** Aula oder Bachtturnhalle  
**Buchungen:** ab 13.2.25  
**Ansprechperson:** Boris Simic, [b.simic@vjps.ch](mailto:b.simic@vjps.ch)

Mit etwa zwölftausend Abonnenten erfreut sich der Influencer Marvin grosser Beliebtheit auf den sozialen Plattformen Instagram, YouTube und Snapchat. Täglich teilt er Video-Tutorials und Impressionen aus seinem Alltag, während er online für verschiedene Produkte wirbt. Im Laufe der Zeit fällt es ihm jedoch zunehmend schwerer, die digitale von der realen Welt zu unterscheiden, was ernsthafte Konsequenzen mit sich bringt. Seine schulische Ausbildung vernachlässigt er und die ständige Präsenz seines Handys stört die Harmonie in seiner Familie. Als sein Erfolg auf den sozialen Netzwerken plötzlich ausbleibt und ein Fake-Profil mit Marvins privaten Bildern auftaucht, gerät seine Welt sowohl online als auch offline ausser Kontrolle.

Nach der Theatervorstellung findet ein moderierter Austausch mit den SuS statt. Dabei werden Themen wie Identitätsfindung, Mobbing, und Druck auf Social Media nochmals vertieft.

Durchführung: Oliver Baume und Philipp Langenegger.

### Sexualpädagogischer Klassenkurs

#### Für SuS der 6. und 8. Klasse

**Themen:** Verhütung, STI, Beziehungen, Rollenbilder und Identität, sexuelle Orientierung, sexuelle Gewalt  
**Dauer:** 2 Lektionen  
**Ort:** 2 Schulzimmer / Gruppenraum  
**Datum:** ab Sommer 2025  
**Buchungen:** weitere Informationen folgen  
**Ansprechperson:** Sereina Caduff, [s.caduff@vjps.ch](mailto:s.caduff@vjps.ch)

Der Inhalt der Einsätze wird je nach Klasse und Stufe den Begebenheiten angepasst. Im Vorfeld des Klassenkurses können die SuS anonym Fragen stellen. Während des Klassenbesuches werden die Fragen soweit möglich beantwortet. Weiter wird mit den Jugendlichen über Verhütung, sexuell übertragbare Krankheiten (STI), Beziehung und Partnerschaft, Rollenbilder und Identität, sexuelle Orientierung, sexuelle Gewalt und vieles mehr gesprochen.

## Ihre Ansprechpersonen

Deborah Weiss	Tel. 052 633 60 23	<a href="mailto:d.weiss@vjps.ch">d.weiss@vjps.ch</a>
Ivana Markov	Tel. 052 633 60 21	<a href="mailto:i.markov@vjps.ch">i.markov@vjps.ch</a>
Boris Simic	Tel. 052 633 60 24	<a href="mailto:b.simic@vjps.ch">b.simic@vjps.ch</a>
Sereina Caduff	Tel. 052 633 60 22	<a href="mailto:s.caduff@vjps.ch">s.caduff@vjps.ch</a>

Schaffhausen, Januar 2025