

Suchtprävention und Gesundheitsförderung

Angebote der Psychosozialen Beratungsstelle Diakonie Heilbronn

Nikotin

Zielgruppe	Angebot	Beschreibung	Dauer
Klasse 6-8	Baustein Nikotin & E-Produkte	Aufklärung über Nikotin und Gefahren von E-Produkten (z.B. Vapes), Suchtvorbeugung	90 min.

Alkohol

Zielgruppe	Angebot	Beschreibung	Dauer
Klasse 7-8	Baustein Alkohol	Aufklärung über Alkohol, Suchtvorbeugung, Reflektion des Konsums	90 min.
Klasse 9-10	Tom und Lisa	Förderung der Risikokompetenz im Umgang mit Alkohol. Planen einer Party in der Klasse: mit oder ohne Alkohol?	2 x 3 Schulstunden (im Abstand von einer Woche)
Klasse 9-10	Kein Alkohol in der Schwangerschaft	HaLT-Workshop zur Sensibilisierung für die Fetale Alkoholspektrumstörung (FASD)	90 min.
Elternabend	Alkohol, Pubertät und Rausch	HaLT-Elternabend zu Wirkung und Gefahren von Alkohol, Umgang mit Grenzen und Regeln	90 min, inkl. Zeit für Fragen

Cannabis

Zielgruppe	Angebot	Beschreibung	Dauer
Klasse 7-8	Baustein Cannabis	Aufklärung über THC, Suchtvorbeugung, Stärkung des Nichtkonsums	90 min.
Klasse 9-10	Cannabis quo vadis	Rechtliche Aspekte, Auseinandersetzung mit Konsum und Rausch, Konsequenzen für die eigene Lebensgestaltung. Biografiearbeit	120 min.
Klasse 10-12	Neue Psychoaktive Substanzen (NPS)	Aufklärung über NPS bzw. Legal Highs, Sensibilisierung für die Gefahren	90 min.

Psychische Gesundheit

Zielgruppe	Angebot	Beschreibung	Dauer
Klasse 10-13	Verrückt? Na Und! Seelisch fit in der Schule	Warnsignale, Vorurteile, Bewältigungsstrategien und Hilfsmöglichkeiten psychischer Krisen, Stärkung der Psyche.	5 Stunden
Berufsschule	Aufmachen! Psychisch fit in Berufsschule und Beruf	Warnsignale, Vorurteile, Bewältigungsstrategien und Hilfsmöglichkeiten psychischer Krisen, Stärkung der Psyche	3 – 5 Stunden

Kontakt:

suchtpraevention@diakonie-heilbronn.de

Körper und Essverhalten



Zielgruppe	Angebot	Beschreibung	Dauer
Klasse 5-6	Iss was ?!	Körperwahrnehmung; Essverhalten; Umgang mit Aussehen und Medien.	90 min.
Klasse 7-10	Okay with my Body	Aufteilung der Klasse in Jungen und Mädchen. Erfahrungen mit dem Körper machen, Auseinandersetzung mit Schönheitsidealen.	90 min. Kosten: 150€/90min. für Honorarkraft
Klasse 9-10 (Nur Mädchen)	Be Beautiful	Auseinandersetzung mit Schönheitsidealen, Auseinandersetzung mit Medien: Germanys Next Topmodel etc.	90 min.
Elternabend	Durch Dick und Dünn und dann?	Gesundes Essverhalten, gestörtes Essverhalten und Essstörung. Wie kann ich mein Kind dabei unterstützen, das rechte Maß zu finden?	1,5 h Vortrag + 30min Fragerunde

Medien



Zielgruppe	Angebot	Beschreibung	Dauer
Klasse 5-6	SpielStattScreen	Altersgerechter Umgang mit Bildschirmzeit, Förderung von Medienkompetenz und bildschirmfreien Aktivitäten, Folgen übermäßiger Mediennutzung, Methoden gegen digitalen Stress.	90 min.
Klasse 6-8	Freii	Risiko- und Schutzfaktoren von digitaler Mediennutzung, Stärkung der Kommunikation innerhalb der Familie, 21 Tage Challenge mit Ideen zu Offline Aktivitäten	90 min. Eröffnungsworkshop + 90 min. Abschlussworkshop nach vier Wochen
Klasse 7-8	Un-App-hängig	Auseinandersetzung mit Apps und sozialen Netzwerken und deren Suchtpotential. Reflektion des eigenen Nutzungsverhaltens.	90 min.
Klasse 9-10	RE:SET – Achtsam statt abhängig	Reflektion der eigenen Mediennutzung, Suchtentstehung, Förderung realer sozialer Interaktionen und Erarbeitung von bildschirmfreien Beschäftigungsmöglichkeiten, Resilienzförderung.	90 min.
Klassen-übergreifend	Netpiloten	Schüler*innen der 8. Klasse werden zu Netpiloten ausgebildet und begleiten Medienpräventionsangebote in jüngeren Klassen und bei Elternabenden.	2-täg. Weiterbildung von Lehrkräften / SSA 4-täg. Weiterbildung von 8. Klässlern
Elternabend	Digitale Medien im familiären Betriebssystem	Mögliche computerbezogene Störungsbilder bei Kindern und Jugendlichen und deren sozialem Umfeld. Wie bleiben wir erziehungsfähig?	1h 30min Vortrag + 30min Fragerunde

Kontakt:

suchtpraevention@diakonie-heilbronn.de