

Infos:



Das Seminar „AlkoHohl – Suchtprävention für Auszubildende“ ist speziell auf kleine und mittlere Firmen ausgerichtet, die kein eigenes Gesundheitsprogramm durchführen.

Die eintägige Veranstaltung wird während der Arbeitszeit der Auszubildenden von 8 - 16.30 Uhr durchgeführt.

Der Ausbildungsbetrieb übernimmt die Lohnkosten, Fahrtkosten sowie einen Beitrag von EUR 60,- pro Teilnehmer. Den Restbetrag zu den tatsächlichen Seminarkosten trägt der Rotary Club Bad Saulgau-Riedlingen.

Das Seminar findet in Betrieben der Region statt. Die ausrichtenden Firmen werden vom Rotary Club Bad Saulgau-Riedlingen organisiert und tragen die Kosten für die Räumlichkeiten und Verpflegung.

Anmeldung und Termine

AGJ Suchtberatung Sigmaringen

Tel. : 07571/41 88

suchtberatung-sigmaringen@agj-freiburg.de

AlkoHohl – Suchtprävention für Auszubildende

Eine Aktion des
Forum Jugend, Soziales, Prävention
des Landkreis Sigmaringen
und des
Rotary Club Bad Saulgau-Riedlingen

in Zusammenarbeit mit der
AOK Bodensee-Oberschwaben

Jetzt anmelden!



RC Bad Saulgau - Riedlingen
www.bad-saulgau-riedlingen.rotary.de

ALKO-HOHL

Suchtprävention für Auszubildende

Eine Aktion des
Forum Jugend, Soziales, Prävention
des Landkreis Sigmaringen
und des
Rotary Club Bad Saulgau-Riedlingen

in Zusammenarbeit mit der
AOK Bodensee-Oberschwaben

Ausgangssituation:

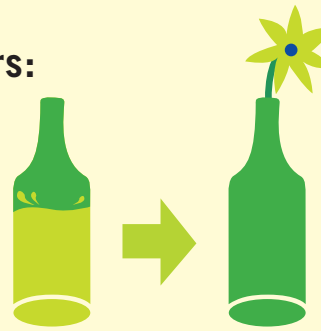


Auszubildende sind vielfältigen Herausforderungen ausgesetzt. In ihrer Lebensphase stellen sie sich sowohl auf Veränderungen des Körpers, der Psyche und des Sozialverhaltens ein. Die Berufswahl und die damit verbundene Ausbildung sind Teil dieser Neuorientierung.

Die Freizeit- und Festkultur der Jugendlichen und jungen Erwachsenen ist zu oft geprägt von Alkoholkonsum in exzessiven Ausmaßen. Das Feierabendbier gehört genauso zu ihrem Alltag wie Wochenendfeste mit Komasaufen und der Konsum von anderen Suchtmitteln.

Das ist zum einen gesundheitsgefährdend und zum anderen mit der Zeit leistungsmindernd, d.h. es kommt zu Ausfallzeiten, wenn die Auszubildenden übermäßig oder „angeschlagen“ im Betrieb erscheinen und kann im schlimmsten Falle zum Abbruch der Ausbildung führen.

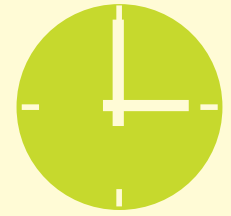
Ziele des Seminars:



- 1.** Gesundheitsförderung durch Aufklärung über die Gefahren der Suchtentwicklung und das Entstehen möglicher Gesundheitsschäden.
- 2.** Aufzeigen von alternativen Handlungsmustern zur Bedürfnisbefriedigung, bzw. die Suche und das Finden neuer Rituale.
- 3.** Stärkung des Selbstbewusstseins!
„Nein-Sagen“ als mögliche Option innerhalb von Cliquen-Ritualen eröffnen.

Ablauf:

Zeitlicher Umfang:
1 ganzer Arbeitstag.



Suchtberatung 8.00 - 10.30 Uhr:

- Reflexion der eigenen Konsumgewohnheiten
- sich der Wirkungen der verschiedenen Konsummittel bewusst machen
- unterschiedliche Darstellungen einer Suchtentwicklung
- Promilleberechnung

Polizei 10.30 - 12.15 Uhr:

- Informationen über Alkohol im Straßenverkehr
- Sucht aus Sicht der Polizei

Suchtberatung 13.00 - 14.00 Uhr:

- Regeln im Umgang mit Alkohol
- Wahrnehmungsübungen
- Rollenspiele

14.30 - 16.30 Uhr:

- Persönliches Kennenlernen eines Betroffenen