

ONLINE-INFOVERANSTALTUNG

Meine Zeit ohne – Die Challenge

Suchtprävention und Gesundheitsförderung an
beruflichen Schulen

06. Mai 2024
10:30 – 12:30 Uhr
online | kostenfrei



KONTAKT ZUR LS-LSA

T +49 (0) 391 543 38 18
E info@ls-suchtfragen-lsa.de
W www.ls-suchtfragen-lsa.de



ZIELGRUPPE

Wir freuen uns auf Fachkräfte aus den Bereichen:

- Sucht-/Prävention
- Pädagogik
- Jugendschutz
- Gesundheitsförderung



REFERENT

Prof. Dr. Matthis Morgenstern
IFT-Nord gemeinnützige GmbH
Institut für Therapie- und
Gesundheitsforschung



INFOS & TEILNAHMEBEDINGUNGEN

- Online-Infoveranstaltung
- Informationen zu Teilnahmebedingungen, Datenschutz und Online-Anmeldung finden Sie auf unserer Veranstaltungs-Website.



ANMELDUNG

Die Anmeldung erfolgt online:

https://www.ls-suchtfragen-lsa.de/veranstaltungen/mzo_06-05-2024/

Anmeldeschluss: 02.05.2024

KURZBESCHREIBUNG

Substanzmissbrauch, stoffgebundene Süchte sowie nicht stoffgebundene Süchte gehören zu den häufigsten psychischen Erkrankungen im Jugend- und jungen Erwachsenenalter. Junge Menschen an Berufsbildenden Schulen sind dabei u.a. aufgrund des hohen Leistungsdrucks besonders gefährdet. Demnach stellen Berufsschülerinnen und -schüler eine wichtige Zielgruppe für Prävention und Gesundheitsförderung da. Der Einsatz evidenzbasierter Konzepte und Programme im Berufsschulsetting ist im Vergleich zum allgemeinbildenden Schulwesen unterentwickelt. Das IFT-Nord in Kiel hat mit Förderung des BMG einen im Setting allgemeinbildende Schule etablierten und evidenzbasierten Ansatz der Suchtprävention auf das Setting Berufsschule übertragen.

Bei der Intervention „Meine Zeit ohne“ handelt es sich um eine App-basierte Präventionsmaßnahme, bei der sich Teilnehmende freiwillig verpflichten, für einen Zeitraum von zwei Wochen auf ein Konsummittel wie Tabak, Alkohol oder Cannabis bzw. auf eine Verhaltensweise wie Gaming, Glücksspiel, Streaming oder die Nutzung sozialer Medien zu verzichten oder den Konsum spürbar zu reduzieren.

Sich dieser Herausforderung zu stellen, soll die Möglichkeit bieten, eigene Gewohnheiten zu überprüfen sowie alternative Verhaltensweisen zu erproben.

Termin **06.05.2024 | 10:30 – 12:30 Uhr**

Format **online**

Anmeldefrist **02.05.2024**

Gebühr **kostenfrei**

[Jetzt anmelden](#)

Meine Zeit ohne – Die Challenge

Eine Veranstaltung der LS-LSA in Kooperation mit dem IFT-Nord

ZIEL DER VERANSTALTUNG

„Meine Zeit ohne“ soll zukünftig auch Beruflichen Schulen in Sachsen-Anhalt zur Verfügung stehen. Deshalb möchten wir Ihnen das Projekt vorstellen und mit Ihnen in Austausch treten. Dabei sollen Wege diskutiert werden, wie Berufliche Schulen am besten angesprochen und unterstützt werden können.

Die App-basierte Präventionsmaßnahme eignet sich

- als Aktion in der gesamten Schule
- in einzelnen Klassen
- als Individual-Challenge
- als Tool im Beratungssetting (z. B. in der Schulsozialarbeit)

Weiter Informationen: www.meine-zeit-ohne.de