

TAKE CARE



Im Workshop „take care“ wird Wissen zu Konsumformen und Suchtentstehung vermittelt. TeilnehmerInnen sollen ein Gespür dafür entwickeln, wie aus Genuss ein gesundheitsschädigender Umgang mit Substanzen oder auch Sucht werden kann. Methoden regen an, sich mit dem eigenen Konsumverhalten auseinanderzusetzen und sich mit KollegInnen über Erfahrungen auszutauschen. Besonderes Augenmerk liegt dabei auf der „Punktnüchternheit“, also jener Haltung, in bestimmten Situationen – vor allem am Arbeitsplatz, in der Berufsschule und im Straßenverkehr – auf Substanzkonsum zu verzichten. Damit soll ein risikoarmer, situationsangemessener Umgang mit Substanzen gefördert werden.

Ziel des Workshops ist auch die Auseinandersetzung mit persönlichen Ressourcen und Stärken: Was kann ich selbst tun, damit es mir gut geht? Welche Alternativen gibt es zum Substanzkonsum? Und an wen kann ich mich wenden, wenn ich Hilfe und Unterstützung brauche?

Inhalte

- Information zu Konsumformen und Suchtentwicklung
- Wirkung und Risiken von Alkohol und anderen psychoaktiven Substanzen
- Reflexion eigener Konsummuster und -erfahrungen
- Selbst- und Fremdgefährdung im Rausch, Regeln zur Risikominimierung
- Punktnüchternheit – Abstinenz in Arbeit, Berufsschule und Straßenverkehr
- Alternativen zum Substanzkonsum

Zielgruppe

Lehrlinge des 1./2. Lehrjahres

Methoden

Diskussion, gruppenspezifische Übungen, erlebnispädagogische Methoden der Suchtprävention

Termin und Veranstaltungsort
nach Vereinbarung

Dauer

8 Stunden

HINWEIS: Dieser Workshop kann auch in einer 3-stündigen Form mit weniger ausführlichen Methoden gebucht werden (vgl. Angebotsbeschreibung Workshop „Talk about...“).

Kosten

950 Euro + Fahrtkosten + 10 % MwSt.

ab 2024: 1.050 Euro + Fahrtkosten + 10 % MwSt.

Für dieses Angebot kann gemäß §19c Berufsausbildungs-gesetz (BAG) eine Förderung im Ausmaß von 75 % beantragt werden. Nähere Informationen zu den Förderrichtlinien finden Sie unter www.lehre-foerdern.at

Kontakt

Mag.^a (FH) Nicole Hartmann

E-Mail: nicole.hartmann@praevention.at

Telefon: 0732 / 77 89 36 - 57

