akzent prävention und suchttherapie

samowar
Suchtpräventionsstelle für den Bezirk Horgen

# Flimmerpause –

## Bildschirmmedien während einer Woche „an den Nagel hängen“.

**Vom 24. - 30. Mai 2021**

Für Schulklassen der Primar- und Sekundarstufe.

**Kurzbeschrieb**
Während der Flimmerpause wird auf den Freizeitkonsum von Bildschirmmedien verzichtet und somit die Möglichkeit geschaffen, über das eigene Medienverhalten nachzudenken, sich darüber auszutauschen und die Freizeit anders zu gestalten. Ziel ist, die Medienkompetenz von Kindern und Jugendlichen zu fördern und alternative Freizeitideen zu finden.
Das Projekt wurde von Akzent Prävention und Suchttherapie Luzern entwickelt und hat sich in einigen Kantonen und Gemeinden seit Längerem etabliert. Es kann im grösseren oder kleineren Rahmen (einzelne Klassen oder die ganze Schule) durchgeführt resp. mittels mehr oder weniger Unterrichtslektionen vertieft werden. Idealerweise wird auch die ganze Familie in das Projekt miteinbezogen.

**Materialien:**
- Praxishandbuch für die Primar- und Sekundarstufe
- Konkrete Unterrichtsmaterialien
- Tipps und Links zu weiterführenden Materialien
- Informationsbriefe und Broschüren für Eltern

**Angebote**
Wir informieren über das Projekt, beraten bei der Planungs- und Vorbereitungsphase, stehen für Elternabende zur Verfügung und werten das Projekt mit Ihnen aus. Unsere Unterstützung für Lehrpersonen und Schulsozialarbeitende kann ganz individuell erfolgen.

**Kontakt:**
Nina Kalman
044 723 18 14
nkalman@samowar.ch

**3 Elemente:**

**Vorbereitung** (min. 3 Lekt.)
Reflexion über Konsumverhalten, Flimmerpause planen und aushandeln

**Flimmerpause** (min. 3 Lekt.)
Verzichten, Alternativen erleben, sich austauschen

**Nachbereitung** (min. 2 Lekt.)
Über Erfahrungen reden, Rückblick

**Termine:**

**Bei Interesse nehmen Sie bitte mit mir Kontakt auf.**

**Das Anmeldeformular finden Sie auf unserer Homepage.**