

Angebote Suchtpräventionsstelle für das Schuljahr 2025/26

Bei Fragen stehen wir Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung:

Anke Schmidt (Sekundarschule I & II)
044 924 40 10
schmidt@samowar.ch

Angebote	Zielgruppe	Beschreibung
 Unterricht und Projekte		
Spielzeugfreier Kindergarten	Kindergarten	Im Projekt wird auf Spielzeug verzichtet, um Lebenskompetenzen und Üfk zu fördern. Der nächste Einführungskurs findet statt am: Mittwoch, 17. und 24.09.2025 von 14-17 Uhr in Zürich
Flimmerpause	Zyklus 2	In der Aktionswoche verzichten Teilnehmende freiwillig auf Bildschirmmedien. Gespräche, Reflexionen und Alternativangebote fördern den bewussten Umgang mit Medien. Für Lehrpersonen gibt es begleitende Weiterbildungen und für Eltern Informationen. Zeitraum der offiziellen Flimmerpause: 25. bis 31. Mai 2026 / Eine individuelle Durchführung ist jederzeit möglich.
Projektwochen	Zyklus 1 bis 3	Unterstützung bei Projektwochen sowie Beratung zur Umsetzung von Suchtprävention im Unterricht.
 Materialien		
Breakout	Zyklus 3	Breakout ist ein Manual zur Medienkompetenzförderung mit flexiblen Bausteinen. Es unterstützt Lehrpersonen dabei, Schüler*innen zu einem reflektierten und kritischen Medienumgang anzuregen.
Findout	Zyklus 3	Findout bietet Fachpersonen Methoden zur Förderung der Medienreflexion Jugendlicher – praxisnah, motivierend und vielseitig einsetzbar.
Prävention Inklusiv	Kognitive Beeinträchtigungen	Prävention inklusiv bietet praxisnahe Konzepte und Materialien zur Suchtprävention in Einrichtungen für Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen.
Ausleihe und Materialien	Zyklus 1 bis 3	Im Samowar finden Sie vielfältige Präventionsmaterialien für die Zyklen 1–3 – ideal für Projektwochen und den Unterricht, von interaktiven Angeboten bis zu Büchern.
 Beratung und Begleitung		
Schulnetz 21	Schulübergreifend	Eine Mitgliedschaft im Schulnetz 21 des Kantons Zürich verankert Prävention und Gesundheitsförderung im Schulprogramm und ermöglicht ein individuelles Vorgehen. Alle 1-2 Jahre findet ein 8-tägiger Ausbildungsgang zur Kontaktperson für Gesundheitsförderung und Bildung für Nachhaltige Entwicklung statt. Nächstes Datum: 14.01.2026 - 18.03.2026 / Kantonale Fachtagung 30.05.2026
Mind Matters	Schulübergreifend	MindMatters fördert psychische Gesundheit durch Unterrichtsmaterialien und Schulentwicklung, unterstützt mit Begleitung und Schulungen für eine wertschätzende, resiliente Schulkultur.
Früherkennung und Frühintervention	Schulübergreifend	Früherkennung und Frühintervention in der Schule helfen, Sucht, Gewalt, Mobbing und psychosoziale Probleme frühzeitig zu erkennen und angemessen zu handeln. Wir unterstützen Sie dabei, eine gemeinsame Haltung zu fördern und ein passendes Regelwerk für Ihre Schule zu entwickeln.
Präventions-konzept	Schulübergreifend	Ein Präventionskonzept schafft Verantwortung, klare Strukturen und ein gutes Schulklima für wirksame Prävention.
Umgang mit problematischem Konsum/Verhalten	Zyklus 1 bis 3	Beratung zum Umgang mit problematischem Konsum oder Verhalten z.B. bei Fragen, was getan werden kann, wenn Schüler:innen auf der Schultoilette Vapen oder Schüler:innen alkoholisiert zum Unterricht erschienen sind.
 Elternbildung		
Referate	Eltern von Kindern im Zyklus 1 bis 3	Samowar bietet für Elternabende Refarete an zu verschiedenen wichtigen Präventionsthemen an. Wie z.B Digitale Medien, Psychische Gesundheit, Vapen, Cannabis und weitere Drogen und vieles mehr. Die Refarate werden auf Anfrage für Sie individuelle gestaltet.

 Workshops und Weiterbildung		
Motivierende kurzintervention “MOVE”	Mitarbeiter*innen	MOVE ist eine praxisnahe Fortbildung, die Fachkräfte darin stärkt, in kurzen Gesprächen wirksame Impulse zur Verhaltensänderung zu geben. Ergänzend gibt es angepasste Formate für die Elternarbeit oder zur Ansprache von Jugendlichen mit problematischem Konsum oder Verhalten.
Mitarbeiter*inneng esundheit	Mitarbeiter*innen	Angebot für Mitarbeiter*innen zu den Themen Selbstreflexion, Stressbewältigung und Resilienzförderung.
Suchtprävention mit Schüler*innen mit kognitiver Beeinträchtigung	Mitarbeiter*innen	Unterstützung im Umgang mit Schüler*innen mit kognitiven Beeinträchtigungen im Bereich Suchtprävention.
Sucht in der Familie	Mitarbeiter*innen	Aufklärung zum Thema Sucht in Familien und deren Auswirkungen auf Kinder, z. B. Fetale Alkoholspektrumstörung (FASD).
 Auserschulische Angebote		
SchlauerPower Boys	Jungs zwischen 12 und 15 Jahren	Das Selbstbehauptungstraining richtet sich an sensible, zurückhaltende Jungs, die Selbstbewusstsein und Grenzsetzung stärken wollen. Das Programm wird jedes Jahr im 2. Quartal durchgeführt.
SchlauerPower Girls	Mädchen zwischen 12 und 15 Jahren	Das Selbstbehauptungstraining stärkt Mädchen darin, ihre Gefühle und Bedürfnisse wahrzunehmen. Mit Spielen, Übungen und Training von Stimme und Auftreten fördern wir ihre Stärken und Handlungsstrategien. Das Programm wird jedes Jahr im 2. Quartal durchgeführt.
Selbstbehauptung	Jungs der 3.-5. Klasse / für Mädchen 1 - 6 Klasse:	Selbstwirksamkeit, Selbstwertgefühl und Selbstbewusstsein sind wichtige Schutzfaktoren. Deshalb engagiert sich der Samowar für Selbstbehauptungstrainings, in denen diese Fähigkeiten gezielt gefördert und gestärkt werden können. <u>Jungenkurse / Winter 2025/2026:</u> Kurs 1: Mi, 3.12.2025, 13.45-17.00 Uhr und Sa, 13.12. 2025, 9.00-13.00 Uhr Kurs 2: Mi, 11.3.2026, 13.45-17.00 Uhr und Sa 21.3. 2026, 9.00-13.00 Uhr <u>Mädchenkurse / Winter 2025/2026:</u> Grundlagenkurs 4. - 6. Klasse: Mittwoch, 5.11.2025, 14-17 Uhr und Samstag, 16.11.2025, 10-15 Uhr Grundlagenkurs Januar 1. - 3. Klasse: Mittwoch, 14.1.2026, 14-17 Uhr und Samstag, 24.1. 2026, 10-15 Uhr Grundlagenkurs März 1. - 3. Klasse: Mittwoch, 12.3.2026, 14-17 Uhr und Samstag, 21. März 2026, 10-15 Uhr
TiL Training in Lebenskompetenz	Schüler*innen der 4. bis 9. Klasse	Das TiL-Training fördert in sechs Nachmittagen Kommunikation, Problemlösung, Stressbewältigung und Selbstwirksamkeit in kleinen Gruppen. Es richtet sich an gefährdete Jugendliche, um Verhaltensauffälligkeiten früh zu erkennen und soziale Kompetenzen zu stärken. <u>Kurs 1:</u> 05.11., 12.11., 19.11., 26.11., 03.12., 10.12.2025 Anmeldeschluss 29.09.2025 / Informationsabend für Eltern und Lehrpersonen: 12.22.2025 <u>Kurs 2:</u> 11.03., 18.03., 25.03., 01.04., 08.04., 15.04.2026 Anmeldeschluss: 02.02.2026 / Informationsabend für Eltern und Lehrpersonen: 18.03.2026 <u>Kurs 3:</u> 27.05., 03.06., 10.06., 17.06., 24.06., 01.07.2026 Anmeldeschluss 13.04.2026 / Informationsabend für Eltern und Lehrpersonen: 03.06.2026