

## Workshop Suchtprävention für Azubis

**Ziel ist es, zu erkennen was Abhängigkeit bedeutet und welche gesundheitlichen, sozialen und beruflichen Folgen dies haben kann. Bei vielen deutet sich eine Suchtmittelabhängigkeit in jungen Jahren an. Wie rutsche ich da rein und wie komme ich da raus?**

### Inhalte

Feier-, Festival- und Party Kultur hat sich bei den jungen Leuten fest etabliert: Im Feiermodus wird getanzt und Spaß gehabt - alles schön und gut. Aber auf der anderen Seite steht Hangover, körperlich-psychische Entzugssymptomatik: Zittern, Kopfschmerzen, Konzentrationsstörungen aufgrund von Substanzgebrauch. Partydrogen, Pillen, THC, Alkohol usw.

Bei vielen deutet sich eine Suchtmittelabhängigkeit in jungen Jahren an. Was ist überhaupt eine Suchterkrankung? Wie rutsche ich da rein und wie komme ich da raus? Welche Folgen hat der Genuss von Suchtmitteln?

Genau diese und andere Fragen rund um die Sucht wollen wir in dem Workshop Suchtprävention thematisieren.

Mit Gruppenübungen, Fragebögen, Feierabendanalysen usw. geht es um die psychische und körperliche Gesundheit, die Teilnehmer kommen in Diskussionen miteinander ins Gespräch, bekommen einen wichtigen theoretischen Input, hinterfragen Ihr Konsumverhalten und besprechen Auswege aus Suchterkrankungen.

### Angebot

Workshop

Teilnehmer min. 8/ max. 15

### Dozent

Arne Lashlee  
Sporttherapeut in Reha Sucht  
Therapeut im Fachkrankenhaus für  
abhängigkeitskranke Jugendliche und junge  
Erwachsene.  
Einsatzgebiet: Oldenburg Bremen und umzu (ca 70 km)

### Organisation

ein Tages Workshop à 8 Stunden oder 2x4 Stunden,  
nach Absprache auch andere Zeitstaffelung möglich

vom Betrieb zu stellen:

Flipchart; stifte, Moderationsmaterial.  
Matten (können ggf. auch von der hkk gestellt  
werden).

großer Raum für Gruppen- und Körperübungen (Wenn  
möglich Besichtigung vorab).

