



Suchtpräventions- und Gesundheitsförderungsprogramm in
den Kinder- und Jugendorganisationen im Kanton Luzern

Grundlagen der Suchtprävention und Gesundheitsförderung als Leitbild der oase

Die oase betreibt Gesundheitsförderung und Suchtprävention in den Kinder- und Jugendorganisationen im Kanton Luzern. Gesundheit ist dabei ganzheitlich zu verstehen und meint sowohl physisches als auch psychisches Wohlbefinden. Es geht also um die Vermeidung von Risikofaktoren und um die Stärkung der Schutzfaktoren, wie auch um die Herausbildung einer gesunden und stabilen persönlichen Identität.

Die oase stützt ihre Bemühungen auf die folgenden vier Pfeiler ab:

Sensibilisierung

Wir wollen Kinder und Jugendliche sensibilisieren. Sie sollen mit grossen und kleinen Frustrationen umgehen können und unbewusste und unformulierte Ängste anzunehmen lernen. Ebenso sollen sie Gefühle von Ärger, Wut und Zorn aber auch von Freude, Liebe und Anerkennung bei sich entdecken und schätzen lernen.

Lebenskompetenz

Wir ermöglichen Kindern und Jugendlichen die Bewusstwerdung für eigene Stärken und Schwächen, das Formulieren und Leben eigener Bedürfnisse, sowie die Auseinandersetzung mit eigenen Sehnsüchten. Dadurch tragen wir dazu bei, dass sie andere Wege aus schwierigen Lebenssituationen als die Flucht in die Sucht suchen und finden können.

Teamfähigkeit

Wir fördern die Zusammenarbeit in den Scharen und Abteilungen der Kinder- und Jugendorganisationen. So lernen Kinder und Jugendliche Konflikte auszutragen, Verantwortung für sich und andere zu übernehmen, Teamarbeit positiv zu nutzen, Gefahren von Gruppendruck und –zwang zu erkennen und zu verhindern.

Körperbewusstsein

Wir wollen den Kindern und Jugendlichen einen verantwortungsbewussten Umgang mit ihrer Gesundheit aufzeigen und ihnen die Chancen eines gesunden, nicht krankmachenden Verhaltens bewusst

machen. Sie werden ermutigt, die Signale ihres Körpers wahrzunehmen und sensibler mit eigenen Ressourcen umzugehen. Sie lernen eigene Grenzen zu akzeptieren und diese nicht zu verdrängen. Wir befähigen sie, Aggressivität positiv umzusetzen und Gewalt abzulehnen.

Zielgruppe

Die oase ist als Gesundheitsförderungs- und Suchtpräventionsprogramm in den Kinder- und Jugendorganisationen eingebettet. Das Zielpublikum sind alle Kinder und Jugendlichen, Leiterinnen und Leiter, welche ein Lager von Jungwacht & Blauring, Pfadi und Cevi sowie der Stiftung Feriengestaltung für Kinder besuchen.

So funktioniert die oase

Die oase ist für eine zielgerichtete und qualitative gute Ausbildung von Leiterinnen und Leiter (Multiplikatoren) verantwortlich. Diese setzen das Programm oase in den Kinder-Jugendorganisationen um. Es wird grossen Wert darauf gelegt, dass sich alle an der Umsetzung beteiligten Leiterinnen und Leiter mit den Inhalten und Bedürfnissen von Gesundheitsförderung und Suchtprävention auseinander setzen. Unterstützt werden die Leiterinnen und Leiter von oase-Betreuungspersonen, welche ebenfalls von der oase für diese Aufgabe ausgebildet werden. Die oase bietet ausserdem Hilfsmittel mit Hintergrundinformationen und konkreten Ideen für die Auseinandersetzung im Team und für das Lagerprogramm an.

Voilà

Gesamtschweizerisch gibt es 15 ähnliche Programme, die in Voilà zusammengeschlossen sind. Voilà koordiniert die Programme und verbindet diese zum Bundesamt für Gesundheit (BAG) sowie zur Gesundheitsförderung Schweiz. Nationale Weiterbildung und Erarbeitung von Hilfsmitteln und Strukturen sind weitere Aufgaben von Voilà. Ausserdem verteilt Voilà den Unterstützungsbeitrag vom BAG und der Gesundheitsförderung Schweiz an die Programme.

Das Programm oase der Kinder- und Jugendverbände im Kanton Luzern wird auch vom Gesundheits- und Sozialdepartement des Kantons Luzern unterstützt.