

## Azubi-Workshop Sucht

- ✓ Grundlagen Sucht und Suchtarten
- ✓ Suchttreppe "Ab wann ist man süchtig?"
- ✓ Informationsquellen und Beratungen

 Auszubildende

 Sucht

 Ganzer Tag

 Präsenz, Digital

 Workshop



Nikotin, Alkohol, Medikamente, Medienkonsum oder harte Drogen – um uns herum gibt es einige potenziell suchterzeugende Mittel und Handlungen. Doch nicht jeder Mensch wird süchtig. Wie entsteht eine Sucht, was sind Risiko- und Schutzfaktoren, was sollte ich beachten, um nicht in die Abwärtsspirale eines Suchtmittels zu geraten und was sind Warnsignale?

Das Wissen darüber ist schon mal ein wichtiger Baustein für eine gute Entwicklung und Gesundheit. In diesem interaktiven und informativen Workshop lernen Azubis die Basics zu Sucht und Suchtentwicklung.

### Ziele des Workshops

- ✓ Sensibilisierung für das eigene Gesundheitsverhalten
- ✓ Alltagstaugliche Handlungshilfen und Tipps zum Thema Sucht
- ✓ Selbstreflexion und kollegialer Austausch

 i

Der Workshop ist für **6-15 Teilnehmende** konzipiert und dauert **6 Stunden**.

## Benötigt wird:

### In Präsenz:

Ein Raum mit Beamer, FlipChart, Pinnwand und Moderationskoffer.

### Digital:

Ein digitaler Meeting-Raum und ein digitales Endgerät je Teilnehmenden.

