

## Datenblatt Angebot

**Titel: „Alles im grünen Bereich“ – damit Genuss auch Genuss bleibt**  
Suchtprävention für Mädchen

### Inhalte:

- Was ist Sucht?
- Suchtursachen – warum wird jemand süchtig?
- Suchtprozess – Genuss – schädlicher Gebrauch – Gewohnheit – Abhängigkeit/Sucht --> die Grenzen sind fließend!
- Was brauche ich, damit es mir gut geht?
- Was, wenn´s mir nicht gut geht?
- Konsumwelt und Konsumverhalten
- Informationen zu speziellen Themen (Substanzen, Essstörungen, ...)
- Helfernetze
- Internetadressen zum Thema

### Ziele:

- Das Angebot versteht sich als **Prävention** von Sucht und Abhängigkeit.
- Wissen über Sucht und Suchtentstehung erweitern
- Reflexion über den Umgang mit sich selbst
- eigene Strategien in schwierigen Situationen
- Erweiterung der Handlungsmöglichkeiten
- Erkennen von ev. eigenem problematischem Verhalten
- Umgang mit Verhalten und Substanzen, die zu unsrem Alltag gehören (Essen, Einkaufen, Handy, Internet, Alkohol, Nikotin, ...), reflektieren
- Hilfestellungen kennen lernen

**Form und Methoden** (Vortrag, Workshop, Seminar, Gruppenarbeiten...):

Workshop (Info-Input, angeleitete Diskussionen, Gruppenarbeiten, Spiele, Anregung zu Selbstbeobachtung und -reflexion, ...)

### Zielgruppe:

Mein Weiterbildungsangebot richtet sich an Frauen bzw. Mädchen  
Das Angebot wird an die Zielgruppe angepasst.

### Dauer:

Von 4 Stunden bis 8 Stunden

ideal:

2 mal 4 Stunden an zwei unterschiedlichen Terminen (um Selbstbeobachtung zwischen den Terminen zu ermöglichen und um ein Schwerpunktthema zu wählen)

1. Termin: Einführung und Allgemeines zu Genuss, Sucht und Prävention
2. Termin: Schwerpunktthema (z.B. Alkohol, Nikotin, Essstörungen, ...)

**Maximale Gruppengröße:**

16 Mädchen

**Kosten** (inklusive Mehrwertsteuer, Fahrtkosten...):

60,- € pro Einheit

Fahrtkosten 0,42 €/km

Materialkosten: werden nicht extra verrechnet

**Kontaktdaten:**

Mag.<sup>a</sup> Brigitte Neureiter-Pühringer

8451 Heimschuh 69

[brigitteureiter@gmx.at](mailto:brigitteureiter@gmx.at)

0680 14 03 244

**Qualifikationen:**

- Sexualpädagogin
- Pädagogin für Suchtprävention
- Trainerin und Beraterin (nach dem Ansatz der ioa©)
- RAINBOWS-Pädagogin
- Naturpädagogin
- Lehrerin

**Ausbildungen, Weiterbildungen:**

- Studium Biologie Lehramt
- Universitätslehrgang zur (Trainerin und Beraterin nach dem Ansatz der ioa©)
- Universitätslehrgang „Suchtprävention in der Schule“
- Ausbildung zur Referentin für „Abenteuer Liebe“
- NLP-Practitioner
- Ausbildung zur RAINBOWS-Gruppenleiterin
- Laufende Weiterbildung durch Besuch von Seminaren, Tagungen und Symposien
- Studium der Psychologie seit WS 09/10

**Berufserfahrungen, Erfahrungen in der Arbeit mit Mädchen, Erfahrungen in der Erwachsenenbildung:**

- Zahlreiche Trainings (tlw. im Outdoor-Bereich) mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen
- Langjährige Arbeit mit Mädchen und Burschen im Rahmen von „Abenteuer Liebe“
- Lehrreferentin in der Ausbildung zum/zur Referentin im Projekt „Abenteuer Liebe“
- Lehrtrainerin in Ausbildungen zum/zur Outdoortrainerin
- Seminare im Bereich Suchtprävention (mit Jugendlichen und Eltern)

---

Das Frauengesundheitszentrum führt das Projekt **MÄDCHENGESUNDHEIT STEIERMARK** in den Bezirken Deutschlandsberg, Graz, Hartberg und Leibnitz durch.

Unterstützt von

