

# FriTime Sensibilisierungs- und Präventionsworkshops

---

## " Stay Fit! »:

Wie bleibe ich in Form? Welchen Platz habe ich in der Gruppe? Tabak und Alkohol - wie fühlt sich das an?!

Wir erklären dir mit Spielen und Quizfragen, wie das funktioniert. Teste dein Wissen, fordere die anderen Teams heraus und gehe fitter, denn je nach Hause!

Der Workshop Stay fit richtet sich an Jugendliche im Alter von 10 bis 14 Jahren. Er behandelt Themen aus den Bereichen Gesundheit und Umwelt in spielerischer Form. Ziel ist es, durch universelle (primäre) Prävention bei den Teilnehmerinnen und Teilnehmern das Bewusstsein für Themen zu schärfen und zu intervenieren, mit denen sie im Alltag konfrontiert sind.

**Inhalt:** 4 Präventionsstationen zu den Themen Gesundheit, Tabak und Alkohol, Ernährung, Diskriminierung, Umwelt, Gruppendynamik und Bildschirme.

**Dauer:** 2-3 Stunden

**Anzahl der Teilnehmer/innen:** 10 bis 20 Personen

**Zielgruppe:** Jugendliche von 10 bis 14 Jahren

**Sprache:** Französisch, Deutsch



---

## ABC-Workshops:

Der ABC-Workshop richtet sich an Kinder im Alter von 0 bis 5 Jahren. Dieser Workshop sensibilisiert Kinder und Eltern für die Gefahren, die von Bildschirmen ausgehen. Er besteht aus mehreren Stationen, die es ermöglichen, die Präsenz und den Einfluss von Bildschirmen in ihrem Zuhause und ihrer Umgebung zu identifizieren. Die Stationen sind interaktiv und fördern einen ständigen Austausch zwischen Kindern, Eltern und REPER-Helfern.

**Inhalt:** Workshops zur Prävention der Bildschirmnutzung

**Dauer:** 2-3 Stunden

**Anzahl der Teilnehmer/innen:** 5 Familien alle 40',  
3 aufeinanderfolgende Sitzungen von 40'

**Zielgruppe:** Jugendliche von 0 bis 5 Jahren.

**Sprache:** Französisch, Deutsch



---

## Gaming-Animationsnachmittag für Gruppen

Möchtest du mit deinen Freunden deinen Geburtstag feiern oder einfach nur einen Nachmittag lang in einer Gruppe Spaß haben?

Gerne organisieren wir für dich und deine Freunde einen Nachmittag in unserem Spielzentrum.

**Inhalt:** Betreuung, Animation rund um Videospiele

**Dauer:** 3,5 Stunden

**Anzahl der TeilnehmerInnen:** max. 12 Personen

**Zielgruppe:** Jugendliche von 8 bis 18 Jahren

**Sprache:** Französisch



---

## Einführungsveranstaltung für Eltern zu Videospiele

Haben Sie Fragen zu Videospiele und deren Verständnis? Haben Sie einen Jugendlichen zu Hause, der spielt, und möchten Sie sich Werkzeuge und Ressourcen aneignen, um besser mit der Nutzung umgehen zu können?

Dieser Raum für den Austausch ist daher für Sie bestimmt.

**Inhalt:** Sensibilisierung, Tischrunde/Diskussionen, Herausforderungen und Vorstellungen

**Dauer:** 2 Stunden

**Anzahl der TeilnehmerInnen:** 6 bis 12 Personen

**Zielgruppe:** Eltern

**Sprache:** Französisch



---

## Einführungsveranstaltung für Eltern zu Videospiele

Möchten Sie Ihr Wissen über Videospiele vertiefen und in diese einführen?

Tauchen Sie einen Abend lang in die Rolle eines "Gamers" ein, um die Risiken und Vorteile einer solchen Nutzung besser zu erkennen.

"Empfohlene vorherige Teilnahme an der "Einführungsveranstaltung für Eltern zu Videospiele".

**Inhalt:** Einführung in Videospiele, Immersion, Bewusstseinsbildung, Entwicklung von Managementinstrumenten

**Dauer:** 2,5 Stunden

**Anzahl der TeilnehmerInnen:** 6 bis 12 Personen

**Zielgruppe:** Eltern

**Sprache:** Französisch



## Präsentationsworkshop über Videospiele für Fachkräfte im sozialen Bereich und Freiwillige

Sind Sie in Ihrem Beruf mit dem Thema Videospiele konfrontiert? Möchten Sie diese Welt besser verstehen und den Sinn, den ein Jugendlicher seiner Praxis geben wird?

Möchten Sie eine bestimmte Situation allein oder im Team analysieren?

Dieser Workshop vermittelt Ihnen neue Perspektiven für die pädagogische Betreuung und eine bessere kritische Haltung gegenüber der Nutzung dieses Mediums.

**Inhalt:** Sensibilisierung, Einführung in Videospiele, Herausforderungen und Vorstellungen, Fallanalyse, Tischrunde/Diskussionen, Entwicklung von Managementinstrumenten

**Dauer:** anpassbar

**Anzahl der TeilnehmerInnen:** ab 4 Personen

**Zielgruppe:** Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter - Freiwillige

**Sprache:** Französisch



---

## Entdeckungsworkshop "La Magie de la Métamorphose": Entdeckung des Körpers und seiner Veränderungen in der Pubertät

Spielerische Workshops für Mädchen und Jungen (2 verschiedene Workshops), in denen sie auf Entdeckungsreise durch ihren Körper gehen können, der sich in der Pubertät verändert. In einer kleinen, sicheren Gruppe können sie etwas über die verschiedenen Anzeichen im Zusammenhang mit der Pubertät lernen und sich darüber austauschen, sich in ihrer eigenen Pubertät verorten, sich auf die Veränderungen vorbereiten, die auf sie zukommen, die "richtigen" Worte hören und die Anatomie ihrer Genitalien ohne Tabus entdecken. Mit spielerischer Unterstützung, aber auch mit anderen Aktivitäten, die speziell für diese Altersgruppe entwickelt wurden, entdecken die Jugendlichen auch die Begriffe Geheimgarten und Einwilligung. Sie lernen, sich mit ihrem Körper, ihren Gefühlen und Emotionen zu verbinden, um sich selbst zu pflegen und ihre Pubertät bestmöglich zu durchlaufen.

**Inhalt:** Entdeckung, Sensibilisierung, Ausmalen, Körperausdruck, Meditationen, Austausch rund um die Pubertät

**Dauer:** 1,5- 2 Stunden

**Anzahl der Teilnehmer/innen:** 4 bis 6 Personen

**Zielgruppe:** Mädchen zwischen 8 und 12 Jahren (vor ihrer ersten Menstruation). Jungen von 9 bis 12 Jahren (es handelt sich um zwei verschiedene Workshops).

**Sprache:** Französisch

**Weitere Informationen :** [Präsentationsmappe la](#)

[Magie de la Métamorphose](#)



## Workshop Theater-Forum: "Schlüselfertige" Szenarien: Geschlechterungleichheit

Das Konzept ist einfach: Eine Gruppe von Schauspielerinnen und Schauspielern, die eine Szene vorbereitet hat, die eine soziale Problematik darstellt, spielt diese ein erstes Mal vor dem Publikum, das die Problematik entdeckt. Die Szene wird dann noch einmal gespielt, damit sich das Publikum alle möglichen anderen Szenarien an verschiedenen Schlüsselstellen der Szene vorstellen kann. Ein/e Zuschauer/in kann "STOPP" sagen, wenn er/sie sich ein anderes Verhalten als das in der gespielten Szene vorgeschlagene vorstellt. Er/sie ersetzt dann einen der Schauspieler und setzt die Szene mit seiner/ihrer Idee fort. Die anderen Schauspieler/innen bleiben im Spiel und reagieren, indem sie improvisieren und versuchen, die Kohärenz mit dem ursprünglichen Szenario aufrechtzuerhalten. Die Ideen, die zur Lösung oder Verbesserung der dargestellten Situation vorgeschlagen werden, können so in einer wohlwollenden Umgebung getestet werden.

Es werden drei "schlüselfertige" Szenarien zur Auswahl angeboten (pro Workshop wird nur ein Szenario gespielt):

### Szenario 1: "Sommeraktivitäten" :

- Themenbereiche: Wahl der Tätigkeit in Bezug auf das eigene Geschlecht, sozialer Druck, Anweisung, diese Gefühle nicht zu äußern
- Zusammenfassung: Ein Junge und ein Mädchen diskutieren über das Sommerprogramm des Animationszentrums. Sie und er wollen eine gemeinsame Aktivität unternehmen, doch Geschlechterstereotypen und sozialer Druck werden schwer zu überwindende Hindernisse sein.

### Szenario 2 "Überbelegung des Raums" :

- Themenbereiche: Überbelegung des Raums und der Geräusche durch Jungen/Männer
- Zusammenfassung: Ein Mädchen liest ruhig auf einem Sofa in einem Animationszentrum. Ihre Aktivität wird durch die Ankunft eines lauten und schroffen Jungen gestört, der sich auf demselben Sofa niederlässt. Es kommt zu einem Streit, weil das Mädchen nicht in der Lage ist, ihre Störung auszudrücken, und der Junge nicht in der Lage ist, den Raum des anderen zu respektieren.

### Szenario 3 "Sexistische Beleidigungen" :

- Behandelte Themen: sexistische Beschimpfungen, mangelndes Zuhören und Einfühlungsvermögen
- Zusammenfassung: Ein Mädchen und ein Junge berichten über ihr jeweiliges Praktikum. Das Mädchen ist aktiver am Gespräch beteiligt, während der Junge sich zurückhält, sich unwohl fühlt und sich nicht weiter äußern möchte. Dies führt dazu, dass das Mädchen ihn mit sexistischen Bemerkungen über seine Wahl des Praktikums provoziert. Es folgt ein Streit, der immer größere Ausmaße annimmt und in dem sexistische und homophobe Beleidigungen verwendet werden.





**Inhalt:** Sensibilisierung für Geschlechterungleichheiten, sozialen Druck und Sexismus

**Dauer:** 2 Stunden

**Anzahl der Teilnehmer/innen:** 5 bis 20 Personen

**Zielgruppe:** anpassungsfähig

**Sprache:** Französisch

**Weitere Informationen:** [Präsentationsmappe LASSO](#)

---