

Suchtpräventionsstelle avs vermittelte Grundlagen zum Thema «Sucht»

Rüeblichrut Ausbildungstage in Aarau

Vor kurzem trafen sich in Aarau zahlreiche Leiter der Aargauer Jugendverbände zur ersten Staffel der Aus- und Weiterbildung des Gesundheitsförderungs- und Suchtpräventionsprojekts Rüeblichrut.

Der Verein Rüeblichrut ist ein Zusammenschluss der aargauischen Jugendverbände Blauring/Jungwacht, Pfadi, Cevi und zahlreichen kleineren Verbänden wie, Jugendschach, Oegru, Jungschar EMK, die Jugendseelsorge Fricktal oder das Kinder- und Jugendwerk des blauen Kreuzes. Rüeblichrut verfolgt seit über 13 Jahren das Ziel, in Lagern mit Kindern und Jugendlichen, Programme zu gestalten, welche sich mit dem eigenen Verhalten, mit eigenen Grenzen, Neigungen zu Süchten und Stärken und Schwächen der Teilnehmenden auseinandersetzen. Es wird versucht Gesundheitsförderung und Suchtprävention auf einfache und aktive Art und Weise umzusetzen. Der Verein Rüeblichrut wird vom Kanton Aargau, sowie von Voilà dem nationalen Dachverband für Gesundheitsförderung und Suchtprävention in Kinder- und Jugendverbänden gefordert und finanziell unterstützt. Weitere interessante Informationen zu Rüeblichrut können auf der Homepage www.rueblichrut.ch eingesehen werden.

Grundausbildung

Am Samstagmorgen trafen sich im Gemeinschaftszentrum Telli in Aarau zirka 40 Leiterinnen und Leiter zum

Grundausbildungstag. Nach der Begrüssung und einer Einleitung zum Thema: «Rüeblichrut, was ist das?» wurden durch Fanny Nüssli und Gabriela Leuthard von der Suchtpräventionsstelle avs Grundlagen zum Thema «Sucht» vermittelt. Es ging um Fragen wie: «Was ist eine Sucht? Wie erkenne ich, dass jemand Suchtprobleme hat? oder Wie entsteht eine Sucht?». Ebenfalls besprach man erste Möglichkeiten der Suchtprävention in Lagern und im Jugendverband.

Gestärkt durch einen kleinen Imbiss, ging es am Nachmittag mit Workshops zu den Themen: Elternarbeit-PR, Rüeblichrut konforme Spiele und «Wie gestalte ich einen guten Team-Block für das Leitungsteam» weiter. Im letzten Teil der Ausbildung, ging es darum die eher etwas mühsamere Seite der ganzen Administration kennen zu lernen. Damit dieser Block nicht allzu trocken vermittelt werden musste, wurde er mittels eines Planspieles an die Teilnehmer weitergegeben. So wurden in den kommenden zwei Stunden fleissig, Anmeldungen ausgefüllt, Programmblöcke gestaltet und natürlich durften auch die Abrechnung und die Lagerauswertung nicht fehlen.

Nach einer kurzen Auswertung des vergangenen Ausbildungstages und dem

verteilen von letzten Informationsblättern wurden die Teilnehmenden in den wohlverdienten «Feierabend» entlassen.

Weiterbildung: Ernährung und Bewegung im Kinder- und Jugendlager

Am Sonntagmorgen trafen sich rund 30 Kursteilnehmerinnen und -Teilnehmer im katholischen Pfarrhaus in Aarau für den Rüeblichrut Weiterbildungstag. Ernährungsfachfrau Isabelle Weber-Kordina stellte die neue Nahrungsmittelpyramide vor und informierte über gesunde Ernährung und Bewegung. In einem Postenlauf erhielten die Teilnehmenden Ideen für Spiele zu Ernährung und Bewegung. Nach dem Mittagessen, einem feinen Blechgratin mit Gemüsedip, wurden der neue Programmordner «Link» vorgestellt, das Anmeldeverfahren repetiert und die Leiterinnen und Leiter erhielten viele Ideen wie sie das Thema «Ernährung und Bewegung» in ihren Lagern umsetzen können. Zum Abschluss wurden noch die Themen Esskultur im Lager, Menüplanung, Lagerküche und der Umgang mit «Fresspäckli» diskutiert. Mit vielen neuen Ideen und den neuesten Informationen über Ernährung durften die Teilnehmenden den Nachhauseweg antreten.