

Positives Körperbild und Vielfalt

Weiterbildung



Adobe Stock

Der Druck «körperlich perfekt» zu sein, ist für Jugendliche besonders gross. Manchen gelingt es nicht, eine positive Einstellung zu sich zu bewahren. Ist dies der Fall, so können auch schulische Massnahmen zur Förderung gesunder Ernährung und Bewegung weiteren Druck erzeugen. Personen mit einem positiven Körperbild hingegen reflektieren vorherrschende Schönheitsideale kritischer und gehen sorgsamer mit ihrem Körper um.

Welche Möglichkeiten gibt es für uns als Schule?
Was kann ich als einzelne Lehrperson tun? Welche Haltung hilft? Welche Konzepte und Unterrichtsmaterialien sind geeignet?

Zielgruppe	Schulteams, Lehrpersonen, Schulsozialarbeitende
Ziele und Inhalte	Prüfen von Begriffen und Ergebnissen rundum positive und negative Körperbilder, Körper-Respekt bzw. Körper-Neutralität Kennenlernen und Erproben von Konzepten und Materialien, insbesondere «Vergiss niä» von PEP, Bern.
Form und Zeitrahmen	Workshop; 90-120 Minuten
Kosten	Das Angebot ist für Organisationen im Kanton Solothurn kostenlos
Information und Anmeldung	Suchthilfe Ost GmbH, Aarburgerstrasse 63, 4600 Olten Mobile 079 851 84 76, simone.rindlisbacher@suchthilfe-ost.ch