

# Körperkult

## Workshop für Lehrpersonen, Schulsozialarbeitende, Jugendarbeitende und Betreuungspersonen

Soziale Medien, Modewelt und Industrie vermitteln heutzutage häufig Idealbilder zu Aussehen und Körper, welche der Realität nicht wirklich entsprechen. Noch nie war der Druck auf Jugendliche «körperlich perfekt» zu sein so gross wie heute. Eine positive Einstellung zum eigenen Körper ist Voraussetzung dafür, dass Massnahmen für eine gesunde Ernährung und mehr Bewegung bei Kindern und Jugendlichen greifen. Die entsprechenden Lebenskompetenzen können sowohl in der Schule wie auch im Freizeitbereich gezielt gefördert werden.

Dieser Workshop bietet Hintergrundinformationen zu Essstörungen, Fitnesssucht und zur Rolle der sozialen Medien. Sie lernen Unterrichtsmaterialien und Lektionsbeispiele verschiedener Anbieter kennen und diskutieren Umsetzungsmöglichkeiten im Unterricht oder im Freizeitbereich.



Bild: PxHere

- Zielgruppen:**
- Lehrpersonen der Oberstufe
  - Schulsozialarbeitende
  - Jugendarbeitende
  - Betreuungspersonen
- Ziele:**
- Teilnehmende erhalten Informationen zur Problematik im Zusammenhang mit einem positiven/negativen Körperbild bei Kindern und Jugendlichen
  - Sie erhalten fachliche Unterstützung bei der Umsetzung des Themas
  - Sie lernen geeignete Materialien kennen
- Inhalte / Methoden:**
- Fachlicher Input zum Thema «positives Körperbild»
  - Kennenlernen von geeigneten Arbeitsmaterialien und Unterrichtsbeispielen
  - Planung von Lektionsinhalten
- Zeitrahmen:** 60 – 120 Min.
- Kursort:** vor Ort oder in der Suchthilfe Ost, Olten
- Kosten:** Das Angebot ist für Schulen und Organisationen im Kanton Solothurn kostenlos
- Kontakt:** Katharina Jost, Suchthilfe Ost GmbH, Olten  
062 206 15 35 / katharina.jost@suchthilfe-ost.ch