

«Freelance»

Program da prevenziun interchantunal cunter la dependenza d'alcohol u da tubac

■ Las cifras actualas areguard il consum da tubac, alcohol e cannabis musan anc adina in cumportament da consum sin in nivel aut. Activitads da prevenziun en scola, en la famiglia ed en la societad èn perquai anc adina impurtantas. Per quest scopo ha lantschà l'Associazion svizra da las incumbensadas e dals incumbensads chantunals per la promoziun da la sanadad (AIPS) l'onn 2008 il program da prevenziun da dependenza «Freelance». Quel s'adressa als giuvenils dal stgalm superiur



cun in giu da prevenziun e cun ina concurrenza da placats davart ils temas tubac, alcohol e cannabis.

Igl è enconuscent: In consum da substanzas psicoactivas che fa dependent, impedescha il svilup ed il schlargiament da las atgnas abilitads e fa donn a la sanadad. Giuvenils en la pubertad vu-



«Freelance». Prevenziun. Sanadad. – Il program da prevenziun en la rait.

Il program «Freelance»

Il program da prevenziun «Freelance» è vegnì lantschà cuminaivlamain da las commembras e dals commembers da l'Associazion svizra da las incumbensadas e dals incumbensads chantunals per la promoziun da la sanadad (AIPS) en il territori da la Svizra Orientala e dal Principadi da Liechtenstein. Ina tala collavuraziun interchantunala è in novum en il sectur da la prevenziun. Uschia vegnan concentradas las resursas professiunals da las differentas regiuns ed il medem mument vegn cuntanschida ina meglra valorisaziun. Tar il program sa participeschan sper l'Uffizi da sanadad dal Grischun er il Post da cussegliaziun per dumondas da toxicomania dal chantun Appenzell Dadora, la Cumissiuun per dumondas da toxicomania da l'Uffizi per servetschs socials dal principadi da Liechtenstein, ils responsabels per la promoziun da la sanadad dal chantun Schaffusa, l'associazion ZEPRA, prevenziun e promoziun da la sanadad, dal chantun Son Gagl ed il Servetsch medicinal dal chantun Turgovia.

Instituzions da contact:

Il partenari da contact per il Grischun è l'Uffizi da sanadad dal Grischun, tel. 081 257 26. Scolasts e scolastas che s'interessan per il program pon s'adressar a la ZEPRA Grischun, tel. 081 254 38 75.

lan tschertgar cunfin, èn sut squitsch da la gruppa e sa laschan influenzer savens d'idols che fan impressiun e d'intimizziuns zuppadas en las medias. Tras il program «Freelance» duai resultar ina confruntaziun dals giuvenils cun l'agen depurtament da ristga e da dependenza, ed ils connexs cun las strategias da las reclamas per bains da consum duain vegnir mussads ed elavurads.

«Freelance» en stanza da scola

«Freelance» è in program nov per la prevenziun cunter dependenzas e cuntegna unitads d'instrucziun che pon vegnir utilisadas en stanza da scola en moda flexibla. Il scolast u la scolasta po arranschar sez il program tenor il temp che stat a disposiziun e tenor ils temas ch'el u ella vul tractar. Il material d'instrucziun sa basa sin las enconuschientschas, las cifras ed ils fatgs ils pli novs en connex cun il cumportament da ristga e da consum. Il program sa lascha divider en las suandantas trais parts: unitads d'instrucziun, stgatla da prevenziun, concurrenza da placats.

Instrucziun davart la prevenziun: Sin la pagina d'internet survegn ins materialias ch'èn documentadas bain e ch'èn gia preparadas per l'instrucziun tematica u interdisciplinara, sco exempels per ateliers d'emprender e per l'emprender en gruppas da scolaras e da scolars da differentas vegliadetgnas. Questas unitads pon ins er duvrar per dis u emnas da project.

Stgatla da prevenziun: Las unitads d'exercizi curtas da 5 fin 10 minutas or da la stgatla da prevenziun tractan ils temas «tubac», «alcohol», «cannabis» e «reclama». Ins survegn blers impuls per applitgar quests temas en l'instrucziun en furma d'elements da moviment, en furma da quizzes u en furma da dialogs, e quai senza stuair far grondas preparativas.

Unitads d'instrucziun

Las unitads d'instrucziun èn deditgadas a las suandantas tematicas: tubac, alcohol, cannabis, dependenzas en general. Ils temas èn elavurads e redigids tenor ils puncts da vista metodics moderns (agids per la preparaziun, materialias d'instrucziun, pensums e leziis supplementaras, fegls cun incumbensas, consolidaziuns da las finamiras d'emprender, links ad auters temas e.u.v.) e stattan a disposiziun sco documents da pdf che pon vegnir chargiads giu da l'internet. Tar las unitads d'instrucziun tutgan per exempel ils suandants trais documents: tubac – unitad d'instrucziun davart il tema dal motiv dal fimar e da rituals dal fimar; dependenzas en general – unitad d'instrucziun davart il tema da la segirezza da sasez e dal tegnair ora squitsch; dependenzas en general – unitad d'instrucziun davart il tema «atgna campagna cunter la dependenza».

Il program «Freelance» è concepì uschia che las competenzas personalas, las competenzas socialas e las competenzas da la materia vegnan promovidas. Las unitads d'instrucziun ed ils elements da la stgatla da prevenziun resguardan las abilitads cognitivas e las abilitads emozionalas en cumbinaziun cun elements da moviment. La multifariadad dals exercizis e da las lecziuns duai garantir in'occupaziun pli profunda cun il tema dal cumportament da ristga e da dependenza ed er mussar ils connexs da messadis da reclamas cun il cumportament da consum. Grazia a la proposta per ina planisaziun pussaivla da l'onn survegn ins er gist in fil cotschen areguard il program. Ultra da quai vegn ins sustegnì cun purschidas da support dals organisaturs dal program.

La stgatla da prevenziun

Cun la stgatla da prevenziun survegnan ils scolars e las scolaras in instrument d'em-

prender pratic per discutir temas preventivs, per als amplifitgar, per als approfundar u per consolidar las finamiras da l'emprender. Il scolast u la scolasta tschernan in dals quatter temas surordinads – tubac, alcohol, cannabis u dependenzas en general – e las scolaras ed ils scolars pon tschernar la metoda cun la quala els vulan tractar il tema. Las quatter metodos a disposiziun èn «quiz», (gìeus d'engjinar, pitschens gìeus da plets cruschads, questiuonaris e.u.v.), «dialog» (gìeus da rolla, intervistas, discussiuns en gruppa e gruppas d'expertas e d'experts), «moviment» (tests, gìeus ed exercizis davart ils temas equiliber, percepziun, moviment e stadi fisic) ed «incumbensa» (incumbensas curtas individualas e da gruppa, texts cun largias e.u.v.).

Concurrenza da placats

Mintga dus onns lantscha il program «Freelance» ina concurrenza da placats. Tar quella pon scolaras e scolars sviluppar atgnas ideas creativas davart il tema prevenziun e transformar quellas en in sboz per in placat. Las unitads d'instrucziun che «Freelance» metta a disposiziun per la concurrenza da placats porschan in agid optimal per preparar sco er per elavurar e per realisar ils sbozs.

En il center da la concurrenza stat l'idea sezza e betg la moda, co ch'ella è vegnida realisada: I vegnan tschertgades en empiria lingia bunas cumbinaziuns da text e da maletgs. Ils sbozs pon vegnir elavurads a maun, sco illustraziuns, sco collaschas u vi dal computer sco concepziuns da maletgs e da text. Betg tut las scolars n'han ils programs da computer ch'èn necessaris per realisar in'idea vi dal computer. Pervia da quai na nastga ina buna idea betg far naufragi vi da sia realisabladad tecnica. Uschia èsi mo il sboz d'ina idea che vegn valità da la giuria.

Dals sbozs da placats che vegnan inoltrads elegia ina giuria d'expertas e d'experts las duas meglras lavurs per mintga sectur tematic. Alura vegnan las gruppas correspundentas da scolaras e da scolars envidadas ad in lavuratori, nua ch'ellas pon preparar lur sbozs da placats cun agid da studentas e da students da la classa specialisada per design da la scola d'art applitgà da Son Gagl. Uschia pon ils placats vegnir realisads en moda professiunala. Dals dus placats ch'èn vegnids elegids per mintga sectur tematic vegn alura elegi – a chaschun d'ina valitaziun finala – mintgamai quel placat che vegn duvrà durant dus onns per la campagna da prevenziun en tut la Svizra Orientala.

Ultra da la confruntaziun activa cun il tema da la dependenza empendan ils giuvenils cun sa participar a la concurrenza, co ch'ina communicaziun po vegnir concepida. Uschia s'acquistan els las cumpetenzas da basa per interpretar, per percepì pli conscientamain e per reflectar ils messadis da reclamas.

Per pudair sa participar a la concurrenza duain vegnir respectadas las suandantas cundiziuns:

– Las unitads d'instrucziun da «Freelance» ston vegnir applitgadas. Per pudair communitgar ils secturs tematics tubac, alcohol e/u cannabis visualmain e verbalmain sur placats uschia ch'els han in effect, ston ils giuvenils s'occupar l'em-



La stgatla da prevenziun, in instrument d'emprender pratic e ludic.

prim cun questas dependenzas e reflectar ellas.

– La stgatla da prevenziun da «Freelance» sto vegnir applitgada.

– Las unitads d'instrucziun A, B e C dal «poster contest» ston vegnir applitgadas sco access e sco preparaziun per la concurrenza da placats.

– Ils dretgs da duvrar las ideas da placats elavurads vegnan transferids a «Freelance» en il rom da la lavur da prevenziun.

La presentaziun:

Freelance. Prevenziun da dependenza per il stgalm superiur: www.be-freelance.ch

Dapli infurmaziuns:

chatta.ch/?hiid=239
www.chatta.ch



Prevenziun: La broschura porscha infurmaziuns interessantas.



Ils victurs dal Freelance-Award 2010/2011 cun lur placats.