

## **Informationen zur Organisation PROphyl (ehemals Organisationsanleitung OA)**

**Stand März 2016**

### **PROphyl: Idee**

PROphyl ist ein Verein zur Suchtprävention und Gesundheitsförderung in Kinder- und Jugendverbänden des Kantons Thurgau. Seine Mitglieder sind die Thurgauer Jugendverbände Pfadi, Jungwacht & Blauring, Besj, Cevi und das Blaue Kreuz. PROphyl baut fast vollständig auf freiwilliger Arbeit auf. Zurzeit setzen sich neben dem Vorstand und den Coaches ca. 120 PROphyl-Leiter ehrenamtlich mit viel Engagement in den Lagern für die Kinder und Jugendlichen ein. Neben dem Thurgauer PROphyl gibt es noch in 15 weiteren Kantonen ähnliche Vereine. Diese kantonalen Programme sind durch das Netzwerk „Voilà“ verbunden. Sie alle verfolgen dasselbe Ziel, nämlich die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen so zu stärken, dass sie den Gefahren der Sucht widerstehen können.

PROphyl kämpft also nicht für Verbote oder Abstinenz, sondern für einen gesunden Umgang mit Suchtmitteln. Der Begriff „Suchtmittel“ ist dabei breit gefasst: Alkohol, Zigaretten und Cannabis sind Suchtmittel, genauso wie Schokolade, Arbeit oder Internet. Alles kann zur Sucht werden, wenn es in ungesunder Menge konsumiert wird.

PROphyl stärkt deshalb die physische, psychische und soziale Gesundheit von Kindern und Jugendlichen und sensibilisiert sie für die Suchtproblematik. Dabei arbeitet PROphyl mit den bekannten Formen der Jugendarbeit: Erlebnisse, Spiele, Gruppenerfahrung und Gespräche. Die PROphyl-Leiter gestalten Lagerprogramme, die das Körperbewusstsein der Kinder stärken, die Persönlichkeit durch das Erkennen der eigenen Stärken und Schwächen fördern und die Konfliktfähigkeit verbessern. Ebenso setzen sie sich für eine konstruktive Auseinandersetzung mit der Suchtproblematik in den Leiterteams ein und unterstützen so die Fähigkeit junger Menschen, ihr Leben gesund und bewusst zu gestalten.

Die PROphyl-Leiter werden von den Coaches unterstützt. Jeder Jugendverband hat eigene PROphyl-Coaches, die in den einzelnen Scharen und Abteilungen die Lagervorbereitung begleiten und das Leitungsteam zum Thema Suchtprävention und Gesundheitsförderung beraten.

Für die Aus- und Weiterbildung der Leiter und der Coaches ist der Vereinsvorstand zuständig. Ausserdem erarbeitet der Vorstand neue Programmvorschläge und Infomaterial für die Leiter. Schliesslich pflegt der Vorstand über Voilà den Kontakt zu den anderen Kantonalprogrammen. Die Vorstandsmitglieder werden jedes zweite Jahr von den Jugendverbänden gewählt.

### **Ein Lager mit PROphyl ist ein Lager mit Profil!**

PROphyl unterstützt eine effektive und nachhaltige Jugendarbeit im Bereich Suchtprävention und Gesundheitsförderung. Für Jugendlager bietet PROphyl folgendes Profil:

- Ausbildung der Leiter im Bereich Suchtprävention und Gesundheitsförderung
- Coaching der Lagerleitung bei der Vorbereitung des Lagers
- Programmvorschläge und Infomaterial
- Finanzielle Unterstützung

**Organisation und Finanzierung**

Der Verein PROphyl wird durch den Vorstand geleitet. Dieser setzt sich aus Delegierten der Mitgliederverbände zusammen. Bei der Administration unterstützt wird der Vorstand durch die Sekretariatsstelle. Die Betreuung der Lager besorgen ehrenamtliche Coaches aus den Mitgliederverbänden. Neben der strategischen Leitung erledigt der Vorstand auch operative Arbeiten: er erstellt Arbeitsunterlagen, gestaltet Programmideen und führt die Aus- und Weiterbildungen durch. Ausserdem sind die meisten Vorstandsmitglieder selbst als Coaches an der Basis tätig.

PROphyl wird durch den Alkoholzehntel des Kantons Thurgau und durch die beiden Landeskirchen finanziert. Ausserdem unterstützen uns verschiedene Vereine, Firmen und Privatpersonen als Passivmitglieder.

**PROphyl: Ziele**

Alle Suchtpräventionsvereine der Schweiz – auch PROphyl – haben das gleiche Ziel: Die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen so zu stärken, dass sie den Gefahren der Sucht widerstehen können.

Eine starke Gesundheit heisst: Die Kinder fühlen sich physisch, psychisch und sozial wohl. PROphyl will also das Lagerprogramm der Jugendverbände so gestalten, dass sich Kinder körperlich und geistig gesund entwickeln und in einer gesunden Gemeinschaft leben.

Mit Gesundheitsförderung allein ist das Ziel von PROphyl aber noch nicht erreicht; um den Gefahren der Sucht widerstehen zu können, müssen diese erkannt werden. PROphyl will deshalb die Kinder und die Leiter der Jugendverbände für die Merkmale und Mechanismen der Sucht sensibilisieren.

Das Ziel von PROphyl gliedert sich also in vier Bereiche. Zu jedem Bereich bietet PROphyl Programmvorschläge und Ausbildungsmaterial:

**Zielbereich A: Sensibilisierung auf die Suchtthematik**

Sucht beginnt im Alltag; jede und jeder hat kleine oder grosse Probleme mit Suchtmitteln, sei es Fernsehen, Schokolade, Zigaretten oder etwas anderes. Um sich nicht von der Sucht beherrschen zu lassen, müssen die Anzeichen und Hintergründe der Sucht erkannt werden. Welche Faktoren können Suchtverhalten auslösen? Welche äusseren Merkmale sind erkennbar? Welche Verhaltensweisen ermöglichen einen gesunden Umgang mit potentiellen Suchtmitteln? Solchen Fragen nähern sich Kinder und Jugendliche auf spielerische Art. So können sie Suchtverhalten bei sich selbst und bei anderen erkennen und ihm entgegenwirken.

**Zielbereich B: Psychische Gesundheit**

Psychische Gesundheit bedeutet, eine starke Persönlichkeit zu haben. Um eine gesunde Persönlichkeit zu entwickeln, müssen Kinder und Jugendliche ihre Fähigkeiten kennen, aber auch ihre Ängste und Sehnsüchte akzeptieren sowie ihre Bedürfnisse formulieren lernen. Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein werden in diesem Themenbereich gezielt gefördert. So können sie sich jeder Herausforderung stellen und müssen nicht vor dem Leben davonlaufen.

**Zielbereich C: Soziale Gesundheit**

In einer gesunden Gemeinschaft zu leben heisst, sich als Teil des Ganzen zu fühlen und trotzdem eine eigene Persönlichkeit zu bleiben. Um mit anderen zusammen zu leben, müssen Kinder und Jugendliche mit Streit, Konflikt und Gruppendruck umgehen können. So entsteht aus einer Gruppen ein starkes Team, in dem jeder sich selbst sein kann.

**Zielbereich D: Physische Gesundheit**

Körper und Geist sind verbunden; was den Körper stärkt oder schwächt, wirkt sich auch auf die Psyche aus. Um gesund zu sein, müssen Kinder und Jugendliche die Signale ihres Körpers wahrnehmen und verstehen. Sie sollen wissen, was ihrem Körper gut tut und was ihm schadet, damit sie sich wohl fühlen in ihrer Haut. Das Ziel dieses Themenbereichs ist nicht nur die sportliche Betätigung, sondern in erster Linie das Bewusstsein der Kinder für ihren Körper zu fördern.

Zu diesen vier Themenbereichen hat PROphyl eine Sammlung von Programmvorschlägen und Infoblöcken zusammengestellt. Die Dossiers sind jeweils mit dem Buchstaben des Zielbereichs (A,B,C,D) gekennzeichnet. Das Material kann für die Lagervorbereitung verwendet werden – natürlich dürfen die PROphyl-Leiter die Blöcke aber auch abändern und eigene Programmblöcke entwerfen.

Selbstverständlich möchte PROphyl möglichst viele Jugendvereine erreichen. Zu den vier Zielbereichen kommt also noch ein fünftes Ziel hinzu: Die Leiter der Jugendverbände auf

PROphyl aufmerksam zu machen und sie über Suchtprävention und Gesundheitsförderung zu informieren.

**Zielbereich E: Ausbildung und Information**

In den Ausbildungskursen der Verbände sollen angehende Leiter PROphyl kennen lernen. Sie sollen einerseits erfahren, was sie in ihren Kinder- oder Jugendgruppen für Suchtprävention und Gesundheitsförderung tun können. Andererseits sollen sie selbst erleben, wie PROphyl-Programmblocke wirken. Die Blöcke des Bereichs E sind deshalb an die anderen Zielbereiche angelehnt und eignen sich speziell für die Altersstufe von angehenden und aktiven Leitern. Zudem finden sich in diesem Bereich Vorschläge für Infoblöcke, mit denen sich die Leiter umfassend über das PROphyl-Programm informieren können.

## **Teilnahmebedingungen**

### *Beteiligte Jugendverbände*

PROphyl steht thurgauischen Gruppen, Abteilungen und Scharen offen, deren Verband Mitglied im Verein PROphyl Thurgau ist. Die Mitarbeit einer vom Verband delegierten Person im Vorstand ist Bedingung für die Mitgliedschaft. Ein jährlicher Mitgliederbeitrag entfällt. Bei längerer Vakanz eines Verbandes im Vorstand wird ein finanzieller Beitrag als Entschädigung gefordert.

### *Leitung*

Der verantwortlichen Leitung eines PROphyl-Lagers muss ein anerkannter PROphyl-Leiter mitgültigem PROphyl-Leiterausweis angehören. Der Ausweis ist jeweils zwei Jahre gültig und kann mit der Teilnahme an einer der jährlich stattfindenden Weiterbildungen erneuert werden.

Der PROphyl-Vorstand legt folgende Kriterien für die Teilnahme an einer Aus- oder Weiterbildung fest:

- PROphyl-Leitende sind mindestens 18 Jahre alt. Sie haben eine tragende Funktion im Leitungsteam (J+S-Leiter, Schar- oder Abteilungsleiter, Gruppen- oder Stufenleiter)
- Sie haben mindestens einmal in einem Leitungsteam ein Lager vorbereitet und durchgeführt
- Sind Vorbilder für ihr Team
- Hinterfragen regelmässig ihren eigenen Lebensstil (zur Suchtthematik)
- Sie setzen sich aktiv für Suchtprävention und Gesundheitsförderung in ihrem Jugendverein ein

Für PROphyl-Lager liegt die Haftung bei der Lagerleitung bzw. bei dem entsprechenden Jugendverband. In der Lagervorbereitung setzt sich das Leitungsteam mit der Idee von PROphyl sowie der eigenen Sensibilisierung bezüglich der Suchtthematik auseinander.

### *Teilnehmer*

PROphyl ist für Kinder im Schulalter konzipiert. Die Teilnahme am PROphyl-Programm ist nur für Lager mit Teilnehmern zwischen fünf und 16 Jahren möglich. Eine Ausnahme bilden natürlich die Ausbildungskurse mit Teilnehmern über 16.

### *Coaching*

Die Lager werden durch Mitglieder des eigenen Verbandes betreut. Der PROphyl-Coach kann gleichzeitig auch für das J+S-Coaching zuständig sein. Jedes Leitungsteam kann seinen PROphyl-Coach frei wählen. Eine aktuelle Adressliste ist auf dem PROphyl-Sekretariat sowie auf den kantonalen Verbandssekretariaten und auf der PROphyl-Website erhältlich.

Der Coach prüft das angemeldete Programm nach den PROphyl-Kriterien. Entspricht das Programm nicht den Anforderungen, wird er zusammen mit dem PROphyl-Lagerleiter die nötigen Korrekturen vornehmen. Der Coach besucht jedes Lagerleitungsteam an einem Höck.

### *Bewilligung von Lagern*

PROphyl-Lager müssen von einem anerkannten PROphyl-Coach bewilligt werden. Das Lagerprogramm muss die formalen und die inhaltlichen Kriterien von PROphyl erfüllen. Der vorgeschriebene Ablauf der Lageranmeldung muss eingehalten werden. Eine rechtzeitige Anmeldung (acht Wochen vor dem Lager beim Coach mittels offiziellem Anmeldeformular) ist Voraussetzung für eine Bewilligung. Der Vorstand kann im Falle eines Verstosses die Bewilligung jederzeit rückgängig machen und damit eine Auszahlung des Lagerbeitrags verhindern.

### *Lagerprogramm*

Die Lager können zwischen zwei Programmen wählen: Für die grosse Beteiligung an PROphyl müssen zehn Stunden PROphyl-Programm durchgeführt werden. Die grossen Lager dauern mindestens fünf Tage. Die kleine Beteiligung erfordert vier Stunden PROphyl-Programm bei einer Lagerdauer von mindestens drei Tagen.

Die vorgeschriebene Anzahl PROphyl-Blöcke muss ins Lagerprogramm integriert werden. Für die einzelnen Blöcke können die PROphyl-Programmverschlüsse übernommen werden. Natürlich dürfen die Programmverschlüsse auch verändert und völlig neue Programmblöcke gestaltet werden. PROphyl-Blöcke, welche vom PROphyl-Leitungsteam selber entwickelt werden, müssen den formalen und inhaltlichen Kriterien von PROphyl entsprechen und der Thematik der Zielbereiche A,B,C,D oder E angepasst sein.

Das Lager sollte als Ganzes stimmig sein; dem Lager aufgesetzte PROphyl-Programmenteile sind unerwünscht. Die Lager dürfen keine Elemente enthalten, welche den Zielen von PROphyl widersprechen. Die Erfüllung der von PROphyl an das Programm gestellten Anforderungen muss klar ersichtlich sein.

### *Auswertung*

Nach dem Lager wertet das Leitungsteam mit dem Coach die Vorbereitung und Durchführung des PROphyl-Programms aus. Die Auswertung erfolgt schriftlich oder in einem zweiten Teambesuch.

### **PROphyl-Blöcke: Qualitätskriterien**

Der PROphyl-Vorstand legt folgende formale und inhaltliche Kriterien fest:

- Ein Block dauert mindestens 2 Stunden.  
In Absprache mit dem Coach können einzelne Blöcke über die Dauer des Lagers aufgeteilt werden. Für Einstieg und Reflexion muss jedoch ausreichend Zeit eingeplant werden.
- Alle Lagerteilnehmer nehmen am gesamten PROphyl-Programm teil.  
Falls sich bestimmte Blöcke nur für ältere Teilnehmer eignen, ist für die jüngeren ein ebenfalls PROphyl-taugliches Programm zu erstellen (und umgekehrt). Wenn möglich sollen auch alle Leiter am PROphyl-Programm teilnehmen.
- Die Blöcke sind entlang der PROphyl-Blockvorlage zu gestalten und enthalten alle erforderlichen Angaben.  
Besonders ist auf die Zielformulierungen zu achten. Auch die Reflexion am Ende des Blockes ist besonders wichtig.
- Jeder Block enthält eine Einleitung, einen Hauptteil und eine Reflexion.  
In der Einleitung werden die Teilnehmer auf das Erlebnis im Hauptteil vorbereitet. Die Einleitung besteht deshalb nicht nur aus Administration (Gruppeneinteilung etc.), sondern enthält auch eine inhaltliche Vorbereitung.  
Die Reflexion am Ende des Blockes soll den Teilnehmern ermöglichen, ihre Gedanken zum Erlebten zu formulieren und so das Erlebnis für sich nutzbar zu machen.
- Die Blöcke werden durch das Leitungsteam ausgewertet.  
In der Auswertung sollten folgende Fragen beantwortet werden: Wurden die formulierten Ziele erreicht? Weshalb? Weshalb nicht? Konnte der Block wie vorbereitet durchgeführt werden? Was könnte beim nächsten Mal verbessert werden? Hatten die Teilnehmer und die Leiter Spass bei der Durchführung des Blocks? Am besten wird die Auswertung gleich unmittelbar nach dem Block durchgeführt.

**Ausbildung**

PROphyl führt jährlich einen Aus- und Weiterbildungskurs für PROphyl-Leiter und Coaches durch. Auch die Coaches werden durch PROphyl ausgebildet. Neben den internen Aus- und Weiterbildungen können die PROphyl-Leiter und die Coaches auch die Ausbildungsangebote von voilà nutzen.

(Ausbildungskonzept als separates Dokument)

**Beteiligungsmöglichkeiten***Prophyl-Lager und -Kurse*

Es gibt drei Möglichkeiten bei PROphyl mitzumachen. (siehe „Teilnahmebedingungen“)

Die Beteiligung am Programm PROphyl verlangt je nach Art der Teilnahme eine Anzahl Blöcke pro Lager, aufgeteilt auf die Zielbereiche A, B, C, D und E. Ein Block dauert mindestens zwei Stunden am Stück. Wo es sinnvoll ist, können PROphyl-Blöcke auf verschiedene Tage aufgeteilt werden. Solche Ausnahmen sind in Absprache mit dem Coach möglich.

*Lager mit kleiner Beteiligung*

Die kleine Beteiligung erfordert mindestens 2 x 2 Stunden PROphyl-Programm bei einer Lagerdauer von mindestens 3 Tagen. Eine Kombination mit dem J+S-Sportfach Lagersport/Trekking ist möglich.

*Lager mit grosser PROphyl-Beteiligung*

Die grosse Beteiligung erfordert mindestens 5 x 2 Stunden PROphyl-Programm bei einer Lagerdauer von mindestens 5 Tagen. Eine Kombination mit dem J+S-Sportfach Lagersport/Trekking ist möglich.

*Verbandskurse*

Verbandskurse können grosse oder kleine Beteiligung anmelden. Im PROphyl-Programm muss mindestens ein Block des Zielbereichs E enthalten sein.

Mindestteilnehmerzahl für ein PROphyl-Lager: 10 Kinder oder Jugendliche

**Lagerbeiträge**

Der Vorstand legt die Lagerbeiträge folgendermassen fest:

Grosse Beteiligung (auch für Verbandskurse):

CHF 300 Basisbetrag plus CHF 10 pro Teilnehmer (ohne Leiter).

Kleine Beteiligung (auch für Verbandskurse):

CHF 150 Basisbetrag plus 1.– CHF pro Teilnehmer (ohne Leiter).

Die Obergrenze für alle Lagerbeiträge liegt bei CHF 900.

Der Vorstand behält sich jederzeit Änderungen vor.

Zusätzlich zum Lagerbeitrag erhält jedes Leitungsteam einen Bonusbeitrag, der für den Auswertungshöck eingesetzt werden soll (für Getränke, Snacks, Süssigkeiten oder etwas anderes).

Der Bonusbeitrag wird auf 20.– CHF plus 1.–CHF pro Teilnehmer (ohne Leiter) festgelegt.



Zeit	Aktion des Lagerleiters	Erklärung	Check
Januar	Leiteranerkennung überprüfen / Anmeldung an AWB	Die Leiteranerkennung ist jeweils zwei Jahre gültig. Die Ausschreibung der AWB erfolgt jeweils im November des Vorjahres.	<input type="checkbox"/>
März	Teilnahme an AWB	Die Teilnehmer der Ausbildung sind zur Lageranmeldung im Jahr der Ausbildung und im darauffolgenden Jahr berechtigt. Die Teilnahme an der Weiterbildung verlängert die Berechtigung für zwei Jahre.	<input type="checkbox"/>
März (bzw. 4 Monate vor dem Lager)	Kontakt mit Coach Termin für den Teambesuch mit dem Coach vereinbaren	Erfolgt spätestens an der AWB. Kontaktaten sind auf der Website ersichtlich. Am Teambesuch soll das ganze Lagerleitungsteam anwesend sein. Der Teambesuch dauert ca. eine Stunde.	<input type="checkbox"/>
8 Wochen vor dem Lager	Anmeldung und Picasso an Coach schicken	Das Formular digital bis „Bewilligung“ ausfüllen und per eMail schicken	<input type="checkbox"/>
5 Wochen vor dem Lager	Detailprogramm an Coach schicken	Der Coach gibt innert zwei Wochen seine Rückmeldung zum Detailprogramm.	<input type="checkbox"/>
min. 4 Wochen vor dem Lager	Teambesuch	Der Teambesuch wird vom Lagerleiter mit Hilfe des Coaches vorbereitet.	<input type="checkbox"/>
2 Wochen vor dem Lager	Erhalt der Bewilligung durch den Coach	Erfolgt per eMail und nur wenn: 1. das Detailprogramm i.O. ist und 2. der Teambesuch stattgefunden hat. 3. das Lager vom Coach im Sekretariat angemeldet und von diesem bestätigt worden ist.	<input type="checkbox"/>
je nach Lagerdatum	Lager durchführen	Tipp: PROphyl-Blöcke jeweils umgehend auswerten	<input type="checkbox"/>
8 Wochen nach dem Lager	Auswertung und Abrechnung per Post an den Coach schicken	Die Auszahlung erfolgt nur wenn: 1. die effektiven Teilnehmerzahlen im Formular eingetragen und mit einer Teilnehmerliste bestätigt sind. 2. das durchgeführte Programm detailliert ausgewertet wurde. 3. die vollständige Kontoverbindung dem Coach mitgeteilt wurde. Es werden nur Konten von Scharen oder Verbänden akzeptiert.	<input type="checkbox"/>
30. November	Stichtag Auszahlung	Abrechnungen, die nach diesem Datum beim Coach eintreffen, werden nicht ausbezahlt.	<input type="checkbox"/>