

Mixyourlife.ch – die Website für Jugendliche

Die Website Mixyourlife.ch ist seit rund einem Jahr online und informiert Jugendliche über die Themen Ernährung, Sexualität, Bewegung, Sucht und Gesundheit. Wie gut der Start der Website gelungen ist und wie die weitere Entwicklung der Website aussieht, beantwortet die Projektleiterin Eva Hollosi.



Die Website Mixyourlife.ch richtet sich an Jugendliche zwischen 14 und 17 Jahren. Wie gut haben Sie bisher die Zielgruppe erreicht, und wie können Sie das überprüfen?

Es gibt Indikatoren, die darauf hinweisen, dass vor allem die 14- bis 17-Jährigen unsere Website besuchen, so erhalten wir zum Beispiel die meisten Rückmeldungen und Fragen von Jugendlichen dieser Altersgruppe. Auch unsere Facebook-Seite gibt Aufschluss über die Userinnen und User: Der grösste Teil unserer Fans stammt auch hier aus der Gruppe der 14- bis 17-Jährigen. Leider haben wir aber noch nicht alle Jugendlichen in Basel-Stadt erreicht.

Wie viele Besucherinnen und Besucher haben Sie pro Monat?

Im Moment haben wir durchschnittlich 1000 Besucherinnen und Besucher pro Monat. 2010 konnten wir insgesamt 16183 unterschiedliche User erreichen.

Welches sind die beliebtesten Themen?

Auf dem ersten Platz steht ganz klar das Thema Sexualität, gefolgt vom

Thema Bewegung. Dass Sexualität die Jugendlichen am stärksten interessiert, verwundert wenig. Zu diesem Thema erhalten wir auch die meisten Fragen. Zunächst überrascht hat mich, dass das Thema Bewegung so weit vorn ist. Das könnte daran liegen, dass mit der Rubrik «Sport des Monats» regelmässig ein neues Thema auftaucht, welches wir auch auf unserer Facebook-Seite bewerben.

Wie sieht die weitere Entwicklung von Mixyourlife.ch aus?

Wir werden die Website stärker mit Aktionen und Projekten verbinden. So arbeiten wir enger mit der gleichnamigen Sexualausstellung «Mix Your Life» zusammen und sind dieses Jahr bei «Let's play», der Präventionskampagne zum Thema Alkohol und Cannabis, in den Gartenbädern dabei. Zudem arbeiten wir zukünftig mit der nationalen Website feelok.ch zusammen. Wir konnten bereits einige Tools übernehmen, wie zum Beispiel die Sportarten-Datenbank. Um zu sehen, wie gut die Website bei den Jugendlichen ankommt, führen wir im Schuljahr 2011/2012 zudem eine Befragung aller Schülerinnen und Schü-

ler der 9. Klassen im Rahmen der schulärztlichen Untersuchung durch.

Wo bestehen noch Lücken?

Die Onlineberatung muss noch weiter ausgebaut und besser positioniert werden. Die Seite soll insgesamt interaktiver werden. Die Jugendlichen haben in Zukunft die Möglichkeit, an Onlineumfragen und Wettbewerben teilzunehmen. Zudem wird das Werbekonzept auf Facebook.com neu aufgesetzt, wir versuchen etwas mehr in Richtung Web 2.0 zu gehen.

www.mixyourlife.ch

www.facebook.com/mixyourlife

Kontakt und Bestelladresse für alle genannten Publikationen (gratis):
Gesundheitsförderung und Prävention
St. Alban-Vorstadt 19
4052 Basel
Telefon: 061 267 45 20
E-Mail: g-p@bs.ch
www.gesundheitsdienste.bs.ch

Impressum

Texte: Abteilung Gesundheitsförderung und Prävention Basel-Stadt

Grafik/Illustration: Hugo Bossard, Biberist

Druck: Gremper AG, Basel



timeout

Illustr.: Hugo Bossard



Gesundheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt

Bereich Gesundheitsdienste

► Gesundheitsförderung und Prävention

Prävention trifft Jugendkultur – kann das gut gehen?

Prävention ist bereits im Kindes- und Jugendalter ein wichtiges Thema. Doch wie erreicht man Jugendliche, die vermeintlich bestens über alles informiert sind?

Jugendliche sind lange nicht so gut informiert, wie man das vielleicht denken könnte. Oft fällt die Orientierung im Medienschwung schwer und gerade im Internet tummeln sich viele Halbwahrheiten. Die Abteilung Gesundheitsförderung und Prävention veröffentlicht deshalb seit 2008 Jugendmagazine zu verschiedenen Gesundheitsthemen, die Orientierungshilfe geben sollen: «Eat Fit» (Gesunde Ernährung), «Sit-up» (richtiges Sitzen), «Hautnah» (Haut) und neu «Ohaa» zum Thema Sexualität. Die Magazine enthalten viele Bilder und orientieren sich an der Lebenswelt von jungen Menschen. Zentrale Elemente sind dabei die vielen Tipps – garantiert ohne Mahnfinger. Durch die Zusammenarbeit mit den Schulen und den Verteilaktionen erreichen die Informationen die Schülerinnen und Schüler und können dank Feedbackkarten auch bewertet werden. Dadurch können die Inhalte gezielt evaluiert und weiterentwickelt werden.

Sexualität und Prävention

Eine besondere Herausforderung besteht darin, Sexualität und Prävention auf eine für Jugendliche attraktive Art und Weise zusammenzubringen.

Aufbauend auf den Erkenntnissen aus dem Präventionsworkshop über sexuelle Gesundheit «Mix Your Life», richtet sich das Magazin «Ohaa» an 11- bis 13-Jährige und beantwortet Fragen, die im Aufklärungsunterricht oft zu kurz kommen: «Wie küsse ich richtig?» oder «Wie geht Selbstbefriedigung?».



«Ohaa» nimmt die Fragen und Probleme der Jugendlichen ernst, berichtet fundiert und humorvoll und bietet viele Tipps. Die Abteilung Gesundheitsförderung und Prävention nimmt damit auch die neuen Richtlinien der Basler Schulen auf, welche das Thema «sexuelle Gesundheit» für alle Schulstufen für obligatorisch erklären. Neu wird «sexuelle Gesundheit» auch in die Lehrpläne aufgenommen.

Das nächste Jugendmagazin ist ebenfalls schon in Arbeit: Es beschäftigt sich mit dem Thema Sucht und wird diese Problematik aus Sicht der Jugendlichen beleuchten.

In dieser Ausgabe

Seite 2 «Tom & Lisa»: ein Präventionsworkshop zum Thema Alkohol für Schulklassen – **Seite 2 und 3** Testkäufe sind ein wirksames Instrument für den Jugendschutz – **Seite 4** Mixyourlife.ch – die Website für Jugendliche

«Tom & Lisa»: ein Präventionsworkshop zum Thema Alkohol für Schulklassen



«Tom & Lisa» ist ein trinationales Präventionsprojekt, das gemeinsam mit Präventionsstellen aus Deutschland und Frankreich entwickelt wurde. Die Präventionsworkshops, die sich an Jugendliche zwischen 14 und 16 Jahren richten, werden von der Abteilung Gesundheitsförderung und Prävention des Gesundheitsdepartements Basel-Stadt an den Basler Schulen angeboten. Im Workshop erhalten die

Jugendlichen grundlegende Informationen zum Thema Alkoholkonsum und lernen, wie sie sich besser gegen Gruppendruck durchsetzen können. Kernstück der Klassenworkshops ist die Simulation einer fiktiven Geburtstagsparty: von der Planung über deren Durchführung – mit allen damit verbundenen Risiken – bis hin zur Nachbereitung und der Planung der nächsten, sicheren Party. Ziel der Workshops ist es, die Risikokompetenz der Jugendlichen – die in einem Alter sind, in welchem sie in der Regel bereits erste Erfahrungen mit Alkohol gesammelt haben – zu fördern. Dabei geht es vor allem darum, auf akute Gefahren wie beispielsweise Unfälle, Gewalt oder schwere Vergiftungen, die im Zusammenhang mit Alkohol stehen, hinzuweisen, da diese für die meisten Jugendlichen viel eher ein Problem darstellen als die Gefahr einer Chronifizierung schädlicher Konsummuster. An den Workshops haben bereits 100 Schülerinnen und Schüler teilge-

nommen. Die Informationen werden spielerisch und interaktiv vermittelt, sodass die Schülerinnen und Schüler Spass an den verschiedenen Aufgaben haben und sich dabei auch sehr interessiert zeigen. Insbesondere der Einsatz von Rauschbrillen und das Absolvieren eines dazugehörigen Parcours lösen jedes Mal einen Sturm der Begeisterung aus. Auch für die Workshopleiterinnen und Workshopleiter ist es eine enorm spannende und interessante Arbeit, da bei jeder Klasse neue wertvolle Diskussionen stattfinden. «Ich bin positiv überrascht, wie viel die Schülerinnen und Schüler bereits wissen und wie sehr sie sich privat schon mit den Themen auseinandergesetzt haben. So profitiere auch ich von den Workshops, indem ich mein Wissen über die Zielgruppe fortlaufend erweitern kann», so Nicole Zingg, Projektleiterin «Tom & Lisa».

Das Angebot ist kostenlos. Anmeldungen unter: nicole-gsd.zingg@bs.ch

Testkäufe sind ein wirksames Instrument für den Jugendschutz

Der Verkauf von Bier und Wein an unter 16-Jährige sowie der Verkauf von Spirituosen an unter 18-Jährige sind in der Schweiz verboten. Zur Kontrolle und Analyse der Situation im Kanton Basel-Stadt führte die Abteilung Gesundheitsförderung und Prävention in Zusammenarbeit mit dem Blauen Kreuz bereits zum zweiten Mal Alkoholtestkäufe mit Minder-

Bei 35% aller durchgeführten Testkäufe wurde Alkohol an Jugendliche im gesetzlichen Schutzalter verkauft. Diese Zahl ist verglichen mit den Testkäufen von 2008/2009 (51%) ebenfalls tiefer.

Bei 19% aller durchgeführten Testkäufe wurde Tabak an Jugendliche unter 18 Jahren verkauft. Dies ist im Vergleich zu den Testkäufen von 2008/2009 (44%) ein deutlicher Rückgang.



jährigen durch. Das Alter der Jugendlichen lag zum Zeitpunkt der Testkäufe zwischen 14 und 15 Jahren.

Alle Verkaufsstellen wurden schriftlich über das Ergebnis informiert und, wo nötig, zur Einhaltung der Jugendschutzbestimmungen ermahnt. Interessant sind die unterschiedlichen Ergebnisse je nach Quartier: Besonders häufig werden im Stadtzentrum und rund um den Bahnhof Alkohol und Tabakwaren an Minderjährige verkauft. In den Quartieren scheint der Jugendschutz besser zu funktionieren.

Aus anderen Kantonen, welche wiederholt Testkäufe durchführen, ist bekannt, dass – wie sich dies nun auch im Kanton Basel-Stadt abzeichnet – regelmässig durchgeführte Testkäufe einen nachhaltigen Beitrag zur Durchsetzung von Jugendschutzbestimmungen sind. Um diesen positiven Trend zu überprüfen, findet in Basel auch in diesem Jahr ein Testkaufmonitoring statt.

suchtinfo.ch

Suchtinfo.ch ist eine zentrale Anlaufstelle in Basel wenn es um Suchtprävention geht. Martin Schwitter und sein Team von Suchtinfo.ch begleiten Schulklassen und Lehrer bei den Themen Sucht und Suchtmittelkonsum.



Herr Schwitter, brauchen Jugendliche «gute» Vorbilder?

Da sich Kinder und Jugendliche an Vorbildern orientieren: ja. Ob diese von den Jugendlichen als «gut» oder «schlecht» betrachtet werden, ist vom Hintergrund von deren Moralerziehung abhängig. Erwachsene sollten möglichst authentisch sein, nur dann sind sie als Vorbilder glaubhaft.

Auch unter den Stars in der Musikszene gibt es einige schlechte Vorbilder. Wie gehen Jugendliche damit um?

Jugendliche orientieren sich vor allem am Modestil ihrer Idole. Die Musik muss fetzen, und die Freunde müssen diese Musik auch cool finden. Drogengeschichten oder soziale Fehlritte werden zwar interessiert verfolgt, aber eher bedauert. «Saubermänner» und «-frauen» geniessen viel Hochachtung (z.B. Tokio Hotel, Justin Bieber).

Was sind die wichtigsten Themen, die Jugendliche beschäftigen?

Wichtige Themen sind Sexualität, Moralvorstellungen, Gefahren von Genuss- und Suchtmitteln, Gewalt sowie der Umgang mit modernen Kommunikationsmitteln, gefolgt vom Umgang mit privaten Problemen und Umweltschutz.

Was lernen Sie persönlich aus Ihrer Arbeit mit den Jugendlichen?

Kurz gesagt: zuhören, ernst nehmen, authentisch bleiben. Zuhören = erkennen, wo die momentanen Trends liegen und wo die meisten Fragen auftauchen. Ernst nehmen = echtes Interesse an den Fragen, Sorgen und Nöten der Jugendlichen haben. Den erzieherischen Auftrag wahrnehmen, die Jugendlichen bei deren Lösungsfindung begleiten, ohne dabei zu missionieren. Authentisch blei-

ben = nicht jugendlicher sein zu wollen, als man ist. Anbiedernde Erwachsene sind schlechte Berater. Die Kids wollen die Meinung der «Alten», um sie im eigenen Weltbild einzuordnen.

In der Presse liest man immer wieder über exzessiven Alkoholkonsum von Jugendlichen. Weshalb wird (so viel) Alkohol getrunken?

Ich erkenne im Gespräch mit den Jugendlichen vor allem drei begünstigende Faktoren:

1. Langeweile

Fehlende sinnvolle Freizeitbeschäftigung lädt dazu ein, einfach nur «abzuhängen». Um diese Zeit der Langeweile erträglicher zu machen, wird getrunken.

2. Fehlende Möglichkeit der Verantwortungsübernahme

Jugendliche und junge Erwachsene, die als Gruppenleiter/innen in Jugendorganisationen tätig sind, trinken weniger, da sie sich ihrer Verantwortung gegenüber den Schützlingen bewusst sind. Zudem entspricht das Mitorganisieren und Leiten in Jugendorganisationen einem wichtigen Grundbedürfnis in der Bedürfnispyramide «sinnvolle Beschäftigung». Es fehlt dadurch oft die Zeit und die Gelegenheit, abzustürzen.

3. Angst

Angst vor der Zukunft, Angst vor sozialen Unannehmlichkeiten, Angst vor fehlender sozialer Akzeptanz.

Aber im Allgemeinen täte die Presse auch gut daran, die Vielzahl jener Jugendlichen zu zitieren, die «sauber» und unauffällig sind und damit ein mögliches suchtfreies Leben bestätigen.