



ready  
4life

institut  
sucht  
prävention  
pro mente OÖ



## ready4life – die digitale Coaching App in Klassen und Gruppen einsetzen

**ready4life** ist ein digitales, interaktives Coaching-Programm, das speziell für Lehrlinge, Jugendliche in arbeitsmarktpolitischen Maßnahmen sowie für Schüler:innen von Berufsschulen als Chatbot-App entwickelt wurde. Stress, Konflikte und negative Gefühle sind Teil der jugendlichen Lebensphase und stehen oftmals in engem Zusammenhang mit Substanzkonsum und problematischem Verhalten. Das Programm hat sich zum Ziel gesetzt, Jugendliche via App am Smartphone frühzeitig zu sensibilisieren und ihre Ressourcen zu stärken, um sie in ihrer Gesundheit zu fördern und einer möglichen Suchtentwicklung vorzubeugen.

Nähere Details unter: [www.ready4life.at](http://www.ready4life.at)

Dieser Workshop richtet sich an Lehrlingsverantwortliche, Lehrpersonen in der Berufsschule und Trainer:innen in arbeitsmarktpolitischen Maßnahmen, die **ready4life** in ihre Arbeit oder in den Unterricht integrieren wollen. Nach diesem dreistündigen Online-Workshop sollen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit der App soweit vertraut sein, um sie selbst gut anzuwenden und bei der Arbeit mit den Jugendlichen einsetzen zu können.



### Inhalt

- Vorstellung der App
- Ablauf des Programms
- Eigene Erfahrung mit der App
- Ziele und Anwendungsgebiete

### Zielgruppe

Lehrlingsverantwortliche, Lehrpersonen in Berufsschulen und Trainer:innen in arbeitsmarktpolitischen Maßnahmen

### Workshopleitung

Mag.<sup>a</sup> Tanja Schartner, MA  
(Institut Suchtprävention, pro mente OÖ)  
Mag.<sup>a</sup> (FH) Claudia Mikosz  
(Institut für Suchtprävention, Wien)

### Dauer

3 Stunden – via Cisco Webex-Videokonferenz

**Dieses Angebot ist kostenlos!**

### Termin

7.3.2023 | 9.00 – 12.00 Uhr

### Anmeldeschluss

3.3.2023

### Kontakt und Anmeldung

Mag.<sup>a</sup> Tanja Schartner, MA,  
E-Mail: [tanja.schartner@praevention.at](mailto:tanja.schartner@praevention.at)  
Telefon: 0732 / 77 89 36 – 42

