

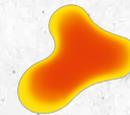
vergiss nia

VERGISS NIA

PEP

Prävention
Essstörungen
Praxisnah

Fachstelle PEP – www.pepinfo.ch – bodytalk@pepinfo.ch



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

22. März 2019

vergiss nie

KAMPAGNE FÜR SCHULEN UND JUGENDARBEIT

ZUR STÄRKUNG EINES POSITIVEN KÖRPERBILDS

vergiss nia

WIR MACHEN NEUGIERIG

Während dieser Zeit werden verschiedene Poster mit Nachrichten mit positiven Statements wie (z. B. "Dein Lachen steckt an"), in den Schulen aufgehängt. Die Poster wecken Neugier und regen die Schüler zum denken an. Sie fragen sich was die Botschaften zu bedeuten haben.

vergiss nia

DU
BISCH
EINFACH EN
DEILE
SIECH

vergiss nià

INTROWORKSHOP

INTERAKTIVES REFERAT

Durch ein Referat/ Workshop, das/der darauf abzielt, Jugendlichen bewusst zu machen, wie mit Bildern gearbeitet wird und dass die Medien kein reales Schönheitsbild vermitteln, startet die Kampagne «Vergiss nià».



vergiss nie

AND NOW, LET'S TALK ABOUT YOUR BODY



Workshop, der darauf zielt Jugendlichen innerhalb der Klasse zu einem kritischen und selbstbewussten Umgang mit Schönheitsnormen und einer Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper- und Selbstbild anzuregen basierend auf den Bausteinen und Materialien von Bodytalk PEP.



vergiss nie

#SOBINICH

In diesem Workshop sprechen die Jugendlichen über ihre Stärken und Fähigkeiten.

vergiss nie

Ich kann mich in andere
einfühlen.

vergiss nie

Ich hab's gerne lustig.

vergiss nie

Ich bin nicht
nachtragend.

vergiss nie

Ich gefalle mir wie ich
bin.

vergiss nie

Ich kann meine Meinung
vertreten.

vergiss nie

Ich kann gut rennen.

vergiss nie

WIR VERBREITEN GUTE STIMMUNG

Es ist einfacher, ein negatives Feedback zu geben, anstelle eines positiven. Für die Jugendlichen ist es häufiger noch wichtiger, was andere von ihnen denken, als was sie selbst über sich denken.

Wir ermutigen die Jugendlichen andere anonym Komplimente und positive Feedbacks zu geben. Dadurch mindern wir die Hemmschwelle und stärken das Selbstwertgefühl (über die Peergroup)



vergiss nia

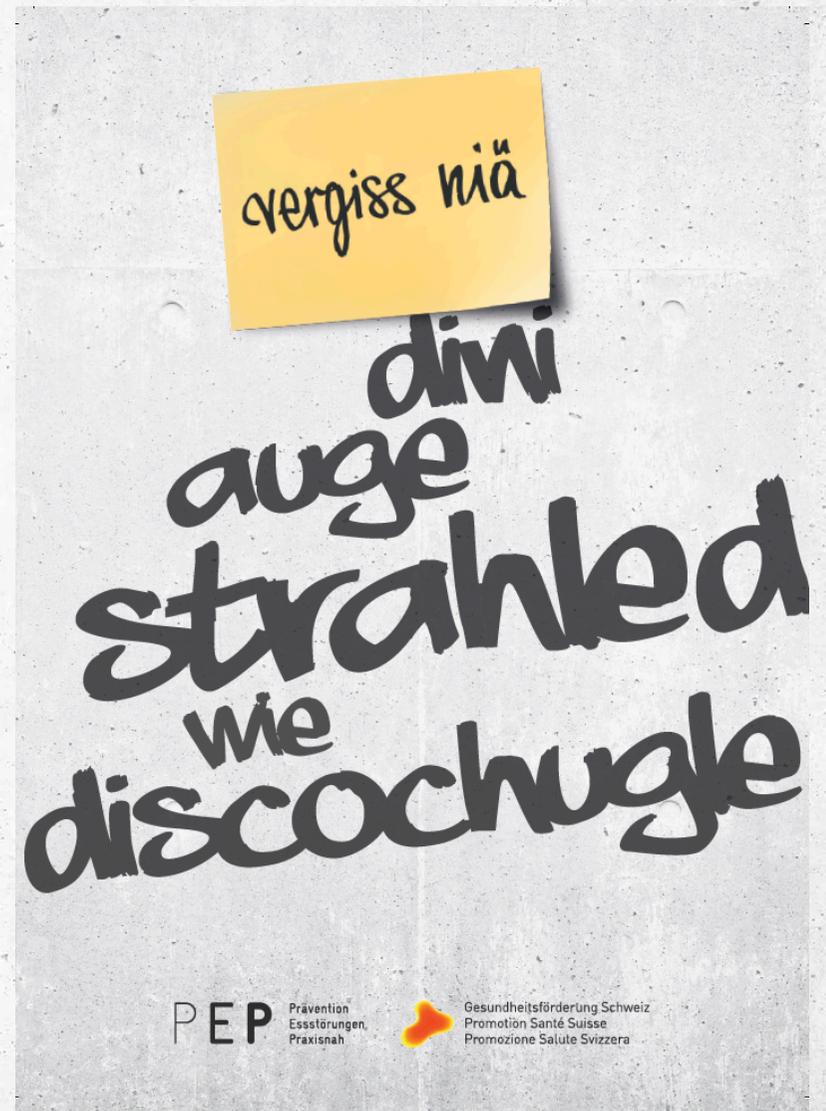
DEIN...IST WIRKLICH WOW

WIR HALTEN DIE BOTSCHAFTEN FEST

Sobald sich die Jugendlichen ihre Stärken bewusst sind, möchten wir ihnen helfen, diese zu schärfen.

Dafür organisieren wir mit den Schülern ein Fotoshooting.

Anmerkung: Die Schulen/LP/Jugendlichen sollen nach Möglichkeit selber ein Fotoshooting (nach Anleitung) umsetzen können oder sie finden Fotografen (eventuell auch Schauspieler/innen), die von ihnen finanziert werden.



vergiss nie



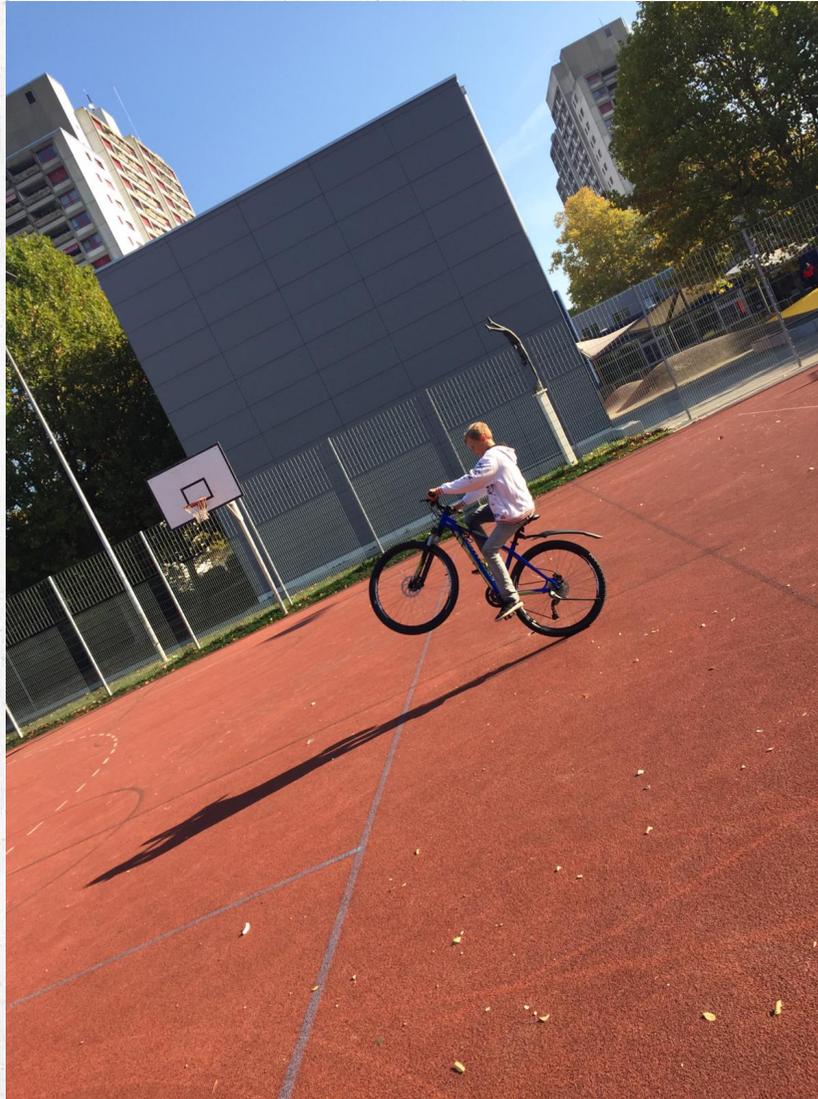
vergiss nie



vergiss nie



vergiss nie



vergiss nie



vergiss nie



vergiss nie





Danke für deine
Aufmerksamkeit und
dein Interesse

vergiss nie

YOU ARE!
BEAUTIFUL!

Aktion für ein positives Körperbild
www.pepinfo.ch

QUELLE: FACHSTELLE PEP

Fachstelle PEP – www.pepinfo.ch – bodytalk@pepinfo.ch

22. März 2019

17