

feel-ok.ch

Das Handbuch

Dieses Handbuch können Sie kostenlos herunterladen:

www.feel-ok.ch/+handbuch

Mai 2019

Überblick	3
Trägerschaft	4
Kantonale Partner/-innen	4
Inhaltliches Fachnetzwerk	5
Einsatz mit Jugendlichen	6
Arbeitsblätter	6
Lehrplan 21	6
Cool Jugendliche wählen das Thema aus	7
Materialien bestellen	7
Themen A-Z	7
Offline-Nutzung	7
Anregungen von Lehrpersonen	8
Schnuppermethode	8
Tests und Auswertungen	8
Hypothesen	9
Brainstorming	9
Konfrontation mit Bildern	10
Interviews und Filme drehen	10
Antwort auf Leserbriefe	11
Quiz vorbereiten	11
Expertise	11
Plakat	12
Vortrag	12
Konsequenzen	12
Weitere Dienstleistungen von feel-ok.ch	13
Info Quest	13
Sprint	13
Newsletter	13
Schulprogramme	14

Überblick

feel-ok.ch unterstützt junge Menschen seit 1999 dabei, ihre Lebenskompetenz zu fördern. Zahlreiche Themengebiete werden mittels Texte, Spielen, Tests und Video-Clips jugendgerecht und vielseitig vertieft.

Jugendliche werden von feel-ok.ch unterstützt

- bei der Berufswahl, bei beruflichen Schwierigkeiten, bei der Förderung der Medienkompetenz und der Jugendrechte
- bei der Förderung des Selbstvertrauens, eines gesunden Umgangs mit Stress, einer verantwortungsbewussten Sexualität und bei der Gestaltung von respektvollen Beziehungen
- bei der Förderung der körperlichen Aktivität, eines gesunden Körpergewichts und einer ausgewogenen Ernährung
- bei der Vermeidung von Gewalt, häuslicher Gewalt, Suizidalität und Vorurteilen
- bei psychischen Störungen, wie Depression, Essstörungen und Zwangsverhalten
- bei Suchtproblemen wie Alkohol, Cannabis, Tabak, Onlinesucht und Glücksspiel.

feel-ok.ch bietet auch Inhalte für Erwachsene an:

- Multiplikatoren/-innen finden auf feel-ok.ch Inhalte und Empfehlungen zu den Themen Früherkennung und Frühintervention sowie Smart Drugs.
- Für Eltern von Jugendlichen ist feel-ok.ch ein Ratgeber im Themenbereich Erziehung und Beziehung, Alkohol, psychische Belastungen und Onlinesucht.

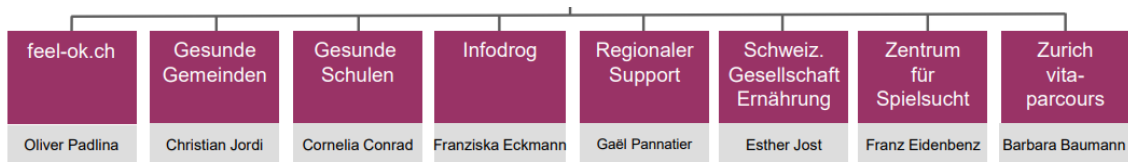
feel-ok.ch ist ein einzigartiges Interventionsprogramm: Es gibt kaum eine andere Plattform mit dieser Themenbreite und -tiefe, welche zugleich verschiedene Zielgruppen adressiert, sowie vielfältige Methoden und Arbeitsblätter (auch in Verbindung mit dem [Lehrplan 21](#)) anbietet, mit denen man auf jugendgerechte und kreative Art Gesundheitsinhalte bearbeiten kann.

Von Beginn weg wurde die Entwicklung von feel-ok.ch als damaliges Interventionsprogramm der Universität Zürich von einer intensiven Forschungstätigkeit begleitet. Alle Studien können unter [feel-ok.ch/infos-berichte](https://www.feel-ok.ch/infos-berichte) heruntergeladen werden.

Trägerschaft

Die Schweizerische Gesundheitsstiftung RADIX ist seit 1972 ein nationales Kompetenzzentrum für die Entwicklung und Umsetzung von Massnahmen der öffentlichen Gesundheit und der Nachhaltigen Entwicklung. Die Dienstleistungen von RADIX fördern den Wissenstransfer, die Innovation, die Qualität und die Wirksamkeit.

Zwischen 1999 und 2009 hatte die Universität Zürich die Trägerschaft von feel-ok.ch. Diese wurde im Jahr 2010 von RADIX übernommen. Seitdem ist feel-ok.ch eine Facheinheit der gemeinnützigen Stiftung.



RADIX | feel-ok.ch

Pfingstweidstrasse 10

8005 Zürich

feel-ok@radix.ch

044 360 41 00

Kantonale Partner/-innen

Für die kantonalen Versionen von feel-ok.ch sind folgende Organisationen in Zusammenarbeit mit RADIX und mit den inhaltlichen Partnern/-innen zuständig:

«Kanton Aargau - Departement Gesundheit und Soziales» (ag.feel-ok.ch), «Berner Gesundheit» (be.feel-ok.ch), «Erziehungsdepartement des Kantons Basel-Stadt» (blbs.feel-ok.ch), «Kanton Glarus - Volkswirtschaft und Inneres» (gl.feel-ok.ch), «Kanton Luzern - Dienststelle Gesundheit und Sport» (lu.feel-ok.ch), «Kanton St. Gallen - Gesundheitsdepartement - Amt für Gesundheitsvorsorge» (sg.feel-ok.ch), «Fachstelle für Gesundheitsförderung, Prävention und Suchtberatung» (sh.feel-ok.ch), «Amt für soziale Sicherheit - Sozialintegration und Prävention - Kanton Solothurn» (so.feel-ok.ch), «Kanton Thurgau - Amt für Gesundheit» (tg.feel-ok.ch), «Kinder- und Jugendgesundheit - Kanton Zug» (zg.feel-ok.ch), «Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich» (zh.feel-ok.ch)

Inhaltliches Fachnetzwerk

Welche Fachorganisation für welches Thema auf feel-ok.ch zuständig ist und wer das Programm finanziert, erfahren Sie auf feel-ok.ch/info-netzwerk

Die Patronatsinstitutionen sind für die Inhalte auf feel-ok.ch verantwortlich. In dieser Rolle stellen sie sicher, dass die vermittelten Informationen aktuell bleiben und korrekt sind.

Dazu gehören: «Aids Hilfe Schweiz», «Arbeitsgemeinschaft Ess-Störungen AES», «Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention», «ask! - Beratungsdienste für Ausbildung und Beruf Aargau», «Berner Gesundheit», «Bundesamt für Sport (Leistungssport, J+S)», «Dachverband Kinder- und Jugendförderung Graubünden», «du-bist-du.ch», «Eidgenössisches Büro für Konsumentenfragen BFK», «Erziehungsdepartment des Kantons Basel-Stadt», «Fachstelle Prävention Essstörungen Praxisnah», «Forum für Suizidprävention und Suizidforschung Zürich», «Geschäftsstelle Elternbildung, Amt für Jugend und Berufsberatung, Bildungsdirektion Kanton Zürich», «Fachstelle für Gewaltprävention der Stadt Zürich», «Fachstelle für Gleichstellung der Stadt Zürich», «IKS - Institut für Kinderseele Schweiz», «Info Drog», «Kinderschutz Schweiz», «Lungenliga beider Basel», «Mühlemann Nutrition», «NCBI», «DENK-WEGE, Universität Zürich», «Pädagogische Hochschule Schwyz», «Pro Juventute», «Schweizerischer Fachverband Adipositas im Kindes- und Jugendalter», «Schweizerisches Institut für Gewaltprävention», «Schweizerische Kriminalprävention», «Staatssekretariat SECO», «Sucht Schweiz», «Unfairtobacco», «Verein Lilli», «Zentrum für Spielsucht und andere Verhaltenssüchte», «ZEPRA Prävention und Gesundheitsförderung St. Gallen», «ZHAW Departement Angewandte Psychologie», «zischtig.ch», «Zürcher Fachstelle zur Prävention des Alkohol- und Medikamenten-Missbrauchs (neu seit 2019: Zürcher Fachstelle zur Prävention des Suchtmittelmissbrauchs)», «Züri Rauchfrei».

Einsatz mit Jugendlichen

Bezüge zum Lehrplan ergeben sich insbesondere im Rahmen der Lebenskunde und der Berufswahlkunde, dem Sexualkunde-Unterricht, im Bereich Mensch und Umwelt und in Bezug auf weitere Themen wie Sucht und Gewalt.

Das Material auf feel-ok.ch ergänzt den Hauswirtschaftsunterricht im Bereich der Ernährungslehre.

Im Sportunterricht kann das Programm insbesondere im Bereich Informationen über Sportarten und Motivation für ausserschulische Sportaktivitäten eingesetzt werden.

Die Arbeit mit feel-ok.ch lässt sich auch gut in ein bestehendes Programm/Angebot integrieren, z.B. in Projektwochen oder als thematische Schwerpunkte zu Gesundheitsthemen und zur Suchtprävention. feel-ok.ch eignet sich zudem für den Einsatz im Rahmen von Ersatzstunden.

Um feel-ok.ch mit Jugendlichen einzusetzen, haben sich folgende Strategien bewährt.

Arbeitsblätter

Mit mehr als 100 Arbeitsblättern haben Sie die Möglichkeit, fast alle Inhalte von feel-ok.ch mit Jugendlichen zu vertiefen. Die Arbeitsblätter sind Word- und PDF-Dokumente, die Wissensfragen und Gruppenarbeiten enthalten und die Arbeit mit feel-ok.ch strukturieren.

Sie können das gewünschte Arbeitsblatt herunterladen, bei Bedarf anpassen, ausdrucken und der Klasse verteilen. Schon haben Sie eine pfannenfertige Unterrichtseinheit zur Verfügung, um das aktuelle Thema mit den Schülern/-innen zu vertiefen.

Die Arbeitsblätter sind beliebt und werden oft eingesetzt. Sie wurden im Jahr 2018 fast 24'000 Mal heruntergeladen. Alle Arbeitsblätter finden Sie auf

- [feel-ok.ch/arbetsblaetter](https://www.feel-ok.ch/arbetsblaetter).

Lehrplan 21

Der Lehrplan 21 legt die Ziele für den Unterricht aller Stufen der Volksschule fest und ist ein Planungsinstrument für Lehrpersonen, Schulen und Bildungsbehörden.

Mit welchen Arbeitsinstrumenten von feel-ok.ch und von unseren Partnerorganisationen die Kompetenzziele des Lehrplans 21 in verschiedenen Fachbereichen und inhaltlichen Perspektiven umgesetzt werden können, erfahren Sie auf

- [feel-ok.ch/lehrplan21](https://www.feel-ok.ch/lehrplan21)

Cool | Jugendliche wählen das Thema aus

Möchten Sie, dass Jugendliche das Thema von Interesse auf feel-ok.ch wählen? Zu diesem Zweck haben wir eine neue Seite vorbereitet - Cool genannt -, die alle Tools und Inhalte auflistet, die besonders oft aufgerufen werden und offensichtlich auf Interesse stossen. Dazu gehören zum Beispiel der Interessenkompass für die berufliche Orientierung, das Spiel der Lebensmittelpyramide oder das Leiterspiel zu den Themen Alkohol, Cannabis und Tabak. Wenn Sie Jugendliche auf die Seite «Cool» verweisen möchten, lautet die Adresse

- feel-ok.ch/cool

Materialien bestellen

Besonders beliebt ist der Zickzack-Falz-Flyer von feel-ok.ch, der in Kürze das inhaltliche Angebot der Webplattform in Jugendsprache beschreibt wie auch die 27 thematischen Visitenkarten und 24 thematischen Fragenkarten, die man in der Schweiz kostenlos bestellen kann:

- feel-ok.ch/+bestellung

Themen A-Z

Das inhaltliche und methodische Angebot von feel-ok.ch ist sehr umfassend. Trotzdem wird man schnell fündig, weil alle Themen, didaktische Instrumente, Tools und Dienstleistungen der Webplattform auf einer Orientierungsseite - nach Thema und Zielgruppe sortiert - aufgelistet wurden. Auf dieser Orientierungsseite findet man auch heraus, welche Themen für welche Altersgruppe geeignet sind und mit welchen Kurz-Webadressen die gewünschte Seite erreicht wird. Rasch gewinnen Sie den Überblick auf

- feel-ok.ch/alles

Offline-Nutzung

Am Ende jedes Artikels von feel-ok.ch können Sie die Export-Funktion für die Offline-Nutzung der Inhalte verwenden. Wenn Sie auf «Nur Artikel zeigen...» klicken, erscheinen die Texte und Bilder in einem neuen Fenster ohne Navigation oder sonstige störende Elemente. Mit der

Tastenkombination CTRL A können Sie die Inhalte markieren, mit CTRL C kopieren und dann mit CTRL V in ein Word-Dokument einfügen und bei Bedarf kürzen oder bearbeiten. Der Artikel lässt sich so bequem drucken und kann der Klasse verteilt werden.



Anregungen von Lehrpersonen

Folgende Ideen stammen entweder von Lehrpersonen, welche feel-ok.ch mit ihren Schülern/-innen bereits verwenden oder von angehenden Lehrpersonen, die sich im Rahmen ihrer Ausbildung mit verschiedenen Möglichkeiten zur Anwendung von feel-ok.ch auseinandergesetzt haben.

Schnuppermethode

Lernen mit der Vielfalt von Informationen von feel-ok.ch umzugehen.

Lassen Sie die Schüler/-innen eine Weile auf feel-ok.ch surfen. Sie können so das Programm kennen lernen, Fragen zu dessen Anwendung stellen und sich einen Überblick über die Themen verschaffen. Sie können auch Fragen stellen, die von den Schülern/-innen beantwortet werden müssen, z. Bsp.:

- «Zu welchen Themen findest du auf feel-ok.ch Informationen?»,
- «Welche Themen interessieren dich?»,
- «Zu welchen Themen gibt es Tests und Videos?»,

Mit dieser einfachen Strategie erreichen Sie folgende Ziele:

- Die Schüler/-innen lernen feel-ok.ch kennen und wissen, welche Themen auf die Plattform behandelt werden.
- Die Schüler/-innen werden selbst tätig und finden den Einstieg in ein Thema, das für sie evtl. in einer späteren Lebensphase von Interesse wird.

Tests und Auswertungen

Die Schüler/-innen können sich auf Grund einer Testauswertung zu einem persönlich relevanten Thema äussern und lernen, sich mit anderen Meinungen auseinanderzusetzen bzw. den anderen zuzuhören. Sie lernen, die Ergebnisse einer "objektiven Messung" mit der eigenen Selbstwahrnehmung zu vergleichen.

Kurze Tests, die zu einer sofortigen Auswertung führen, sind bei Jugendlichen besonders beliebt. Wenn Sie planen, ein Thema von feel-ok.ch zu vertiefen, werden Sie merken, dass feel-ok.ch zahlreiche Tests anbietet und können so prüfen, ob sie für Ihre Zwecke geeignet sind. Alle Tests sind auf feel-ok.ch/alles aufgelistet (Suchbegriff: «Test»).

Nachdem die Schüler/-innen ein individuelles Testresultat erhalten haben, können sie es in Kleingruppen besprechen. Diskussionsthemen können sein:

- «Was bringt so ein Testresultat?»
- «Was stimmt für mich? Was nicht?»
- «Was kann ich persönlich aus so einem Test lernen?»
- «Ändere ich mein Verhalten nach diesem Test? Und falls ja, warum? Falls nein, warum nicht?»

Hypothesen

Wissen über ein Thema vertiefen. Internet als Medium verwenden, um Inhalte zu recherchieren.

Die Lehrperson oder die Schüler/-innen stellen Hypothesen zu einem Thema auf und notieren diese auf ein Blatt. Beispiele für solche Hypothesen sind:

- «Gelegentlich Alkohol trinken ist gesund.»
- «Das Kondom ist das einzige Verhütungsmittel, das gleichzeitig vor Schwangerschaft und einer sexuell übertragbaren Krankheit schützt.»
- «Auch Fast Food gehört zu einer gesunden Ernährung.»
- «Cannabis ist eine Pflanze, die ursprünglich aus den Schweizer Bergen stammt.»
- «Homosexualität gibt es nicht nur bei den Menschen, sondern auch bei den Tieren.»

Nachdem Sie oder die Schüler/-innen ihre Hypothesen zu Papier gebracht haben, sammelt die Lehrperson die Blätter ein. Jede/-r Schüler/-in zieht nach dem Zufallsprinzip ein Blatt und beantwortet die Hypothese als wahr oder falsch mithilfe von feel-ok.ch oder einer anderen professionellen Website. Die Antworten können danach in der Gruppe diskutiert und/oder der Klasse präsentiert werden.

Brainstorming

Die Schüler/-innen machen sich selbständig Gedanken zu einem Thema. Sie lernen zu recherchieren und sich mit anderen Meinungen auseinanderzusetzen.

Jede/-r Schüler/-in überlegt sich, welche Stichworte ihm/ihr zu einem Thema (z. Bsp. Alkohol, Rauchen, Cannabis) einfallen.

Stichwortbeispiele zum Thema Alkohol: «Alcopops», «Genuss», «Rauschtrinken», «Promille», «Jugendschutz», «Abhängigkeit», «Alkoholvergiftung», «Hochprozentig», «Betrunken sein», «Kater», «Sich übergeben/Erbrechen», «Ausser Kontrolle».

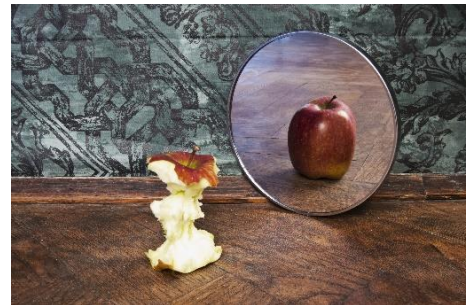
Die Stichworte werden zuerst individuell auf ein Blatt Papier notiert, danach wird in der Kleingruppe über die Stichworte diskutiert. Mithilfe von feel-ok.ch findet die Gruppe

Antworten auf Fragen, die während der Diskussion aufgetaucht sind. Schliesslich schreibt ein/-e Schüler/-in, stellvertretend für die Gruppe, die wichtigsten der besprochenen Begriffe an die Wandtafel und berichtet, was zu dem Thema diskutiert worden ist und was die Gruppe mithilfe von feel-ok.ch gelernt hat.

Konfrontation mit Bildern

Die Schüler/-innen machen sich Gedanken über die symbolische Kraft von Bildern. Sie lernen diese Inhalte zu hinterfragen, zu recherchieren und sich mit anderen Meinungen auseinanderzusetzen.

Die Klasse bildet mit Stühlen einen Kreis. Die Lehrperson hat in der Mitte des Kreises Kärtchen mit Bildern auf den Boden gelegt. Solche Bilder können mit Hilfe der Bildsuche von Google oder mit Webdiensten wie shutterstock.com einfach gefunden werden, indem das entsprechende Stichwort, wie «Diät», «Kiffen» oder «Selfie» eingegeben wird.



Jede/-r Schüler/-in wählt ein Kärtchen aus nach den Kriterien «Was stimmt für mich? Was spricht mich an?» oder «Was spricht mich nicht an? Was stimmt nicht für mich?» oder «Was hat einen positiven Einfluss? Was hat einen negativen Einfluss?».



Anschliessend werden Gruppen aufgrund der Bilderwahl gebildet, die Schüler/-innen beschreiben ihre Eindrücke und Gedanken, diskutieren und suchen bei Bedarf auf feel-ok.ch ergänzende Informationen zum Diskussionsthema. Schliesslich stellt jede Gruppe im Plenum das Bild und die eigenen Überlegungen vor.

Interviews und Filme drehen

Die Schüler/-innen lernen Fragen zu stellen sowie auf Menschen zu- und einzugehen, um Antworten zu erhalten.

Wir empfehlen dazu:

- feel-ok.ch/liebe-themenfilme oder
- feel-ok.ch/interviews_tabak

Nachdem sich die Jugendlichen die Videos angeschaut haben, schreiben sie ein kurzes Protokoll mit den Themen, die sie vertiefen möchten. Sie entwerfen Fragen, die sie stellen können, um mehr zum entsprechenden Thema zu erfahren. Auf Grund dieses Protokolls

können sich die Schüler/-innen gegenseitig interviewen oder – falls das Thema es erlaubt – gehen sie auf die Strasse, um Passant/-innen zu den ausgewählten Themen zu befragen.

Falls die Möglichkeit dazu besteht, können die Schüler/-innen die Interviews auch filmen, schneiden und anschliessend den eigenen Kurzfilm der Klasse zeigen. Wenn die Filme besonders gut gelungen sind, besteht die Möglichkeit, sie auf YouTube oder Vimeo zu veröffentlichen. Auf diese Weise vertiefen sie nicht nur das gewählte Thema, sondern lernen auch mit Videokamera, der dazu gehörenden Software und mit den Ressourcen des Webs 2.0 («soziale Medien») umzugehen.

Antwort auf Leserbriefe

Lernen für Probleme und Fragen Lösungen und Antworten zu finden.

Als Grundlage für die Leserbriefe können reale oder fiktive Probleme von Jugendlichen verwendet werden, z. Bsp. aus tschau.ch/home/beratung_home.html oder 147.ch. Die Jugendlichen beantworten die Fragen schriftlich in einer kleinen Gruppe und nehmen dabei feel-ok.ch zur Hilfe, wenn sie Informationen brauchen.

Quiz vorbereiten

Auf spielerische Art ein Thema behandeln. Lernen, Fragen und Antworten korrekt und präzise zu formulieren.

Die Schüler/-innen bereiten ein Quiz zu einem oder mehreren Themen vor, die auf feel-ok.ch behandelt werden. Sie erfinden Fragen, deren richtige Antworten sie auf feel-ok.ch recherchiert haben. Alle Quizfragen werden gesammelt und anschliessend in der Klasse gestellt. Die Antworten auf die Fragen im Quiz können entweder frei formuliert oder es kann eine Auswahl von mehreren Antworten gegeben werden, aus der eine die Richtige ist. Umfragen unter Lehrpersonen haben gezeigt, dass besonders das Wettbewerbselement, das bei einem Quiz mitspielt, bei den Schüler/-innen besonders beliebt ist.

Expertise

Lernen mit den Vorlagen von Word umzugehen.

Um zu lernen mit den Vorlagen von Word oder von einem anderen Programm zu arbeiten, können die Jugendlichen eine Expertise zu feel-ok.ch schreiben. Sie wählen eine thematische Sektion von feel-ok.ch, lesen die Inhalte und beurteilen die Sprache, den Stil und die Nützlichkeit der Ratschläge der Website gemäss einer Liste von Kriterien. Anschliessend verwenden sie eine Vorlage von Word, um die Expertise zu schreiben.

Plakat

Komplexität der Inhalte reduzieren und das Wichtigste in visualisierter Form in den Vordergrund stellen.

Auf einem grossen Blatt gestalten die Schüler/-innen ein Plakat zum ausgewählten Thema auf feel-ok.ch. Auf dem Plakat sollen die wichtigsten Erkenntnisse, Informationen und Verhaltenstipps auf den Punkt gebracht werden.

Um das Plakat zu erstellen, kann z. Bsp. die Mind-Map-Technik geübt werden. Ein Beispiel finden Sie unter feel-ok.ch/stress-up nachdem Sie auf «Notizen schreiben» geklickt haben.

Weiter können die Jugendlichen ihre Kreativität ausleben, z. Bsp. indem sie Farben, Fotos und Bilder verwenden (die sie geknipst, aus Zeitschriften ausgeschnitten oder vom Internet heruntergeladen haben). Das Plakat kann im Schulhaus oder im Schulzimmer aufgehängt werden und erinnert die Schüler/-innen an das Gelernte.

Vortrag

Präsentationstechniken anwenden. Fragen beantworten, eine Diskussion moderieren.

Die Schüler/-innen tragen der Klasse in Form eines kurzen Vortrags oder einer Präsentation vor, was sie mithilfe von feel-ok.ch gelernt haben (in der gleichen oder in jüngeren Klassen). Dazu können sie verschiedene Präsentationstechniken üben, z. Bsp. können Sie ihren Vortrag mit Wandtafel, Flipchart, Hellraumprojektor oder PC/Beamer unterstützen. Im Anschluss an die Präsentation können Fragen aus der Klasse oder von der Lehrperson beantwortet oder Impulse für eine Diskussion gegeben werden.

Konsequenzen

Auseinandersetzung mit einem Problemverhalten fördern.

feel-ok.ch wird von einigen Lehrpersonen auch als negative Konsequenz auf unangemessenes Verhalten von Schüler/-innen eingesetzt, z. Bsp., wenn ein/-e Schüler/-in - trotz Nichtraucherregel - raucht oder kiff. Dann muss (oder kann) er/sie sich mit dem Thema auseinandersetzen, indem er/sie eine Aufgabe mit feel-ok.ch löst oder seine Inhalte liest und anderen Schüler/-innen dazu etwas präsentiert.

Weitere Dienstleistungen von feel-ok.ch

Info Quest

Mit INFO QUEST erfahren Sie, welche Projekte, Websites, Info-Materialien, Kurse, Beratungsdienste und didaktische Unterlagen verschiedener Institutionen Ihnen in Ihrem Kanton zur Verfügung stehen. Sie können diese Ressourcen in Anspruch nehmen, falls Sie Unterstützung brauchen oder ein bestimmtes Gesundheitsthema mit den Jugendlichen vertiefen möchten.

- feel-ok.ch/infoquest

Sprint

Sie können mit SPRINT in wenigen Minuten ohne Programmierkenntnisse einen webbasierten Fragebogen zu ausgewählten Gesundheitsthemen vorbereiten und die Befragung mit Jugendlichen durchführen, um mit geringem Aufwand herausfinden, ob es sinnvoll ist, bei den Schüler/-innen bestimmte Themen zu vertiefen oder Unterstützung anzubieten.

- feel-ok.ch/sprint

Newsletter

Mit dem Newsletter werden Sie über Neuheiten von feel-ok.ch (Themen, Tools, Arbeitsinstrumente...) informiert.

- feel-ok.ch/+rundbrief

Schulprogramme

Didaktische Angebote wie feel-ok.ch und Freelance stellen pfannenfertige Unterrichtseinheiten zur Verfügung, um viele (Gesundheits-)Themen mit Schulklassen zu vertiefen.

Manchmal benötigen Schulen jedoch nicht nur fixfertige Arbeitsinstrumente, sondern auch eine schulinterne Begleitung für die Entwicklung eines förderlichen Schulklimas, für die Erarbeitung sowie Realisierung gemeinsamer Ziele und für die Etablierung einer gemeinsamen Haltung. Hier setzen überregionale erprobte Programme/Organisationen ein. Unsere Empfehlungsliste finden Sie auf

- feel-ok.ch/programme