

ready4life

Die suchtpräventive
Coaching App
für Jugendliche und
junge Erwachsene

kostenlos
anonym
freiwillig

ready4life

Wir sind deine Coaches
in deiner App

ready4life goes school

 Bundesministerium
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz

Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich
Gesundheit Österreich
GmbH 

Geschäftsbereich
 **Fonds Gesundes
Österreich**

Was ist ready4life?

ready4life ist ein digitales, interaktives Coaching-Programm, das für Jugendliche ab 14 Jahren als Chatbot-App entwickelt wurde.

ready4life unterteilt sich in einen **persönlichen Kontakt** in der Schule, Internat oder anderen Institutionen und ein anschließendes **digitales Coaching**, welches in Form eines Chatbots, mit Hilfe von Microdialogen, durchgeführt wird.

Kombination

Face-to-face Kontakt



Picture created with DALL-E via ChatGPT 4

Workshop (be smart)
Bestehender Workshop + Vorstellung der App
Multiplikator:innen (Lehrpersonen, Trainer:innen)

ready4life App



Beschäftigung mit selbstgewählten Themen
Selbstreflexion
Wissensvermittlung
Persönliche Fragen an Expert:innen

Hintergrund

Programm für Jugendliche ab 14 Jahren, das Inhalte der Suchtprävention nicht nur über Workshops vermittelt, sondern weiterführend über eine (Chatbot) App arbeitet.



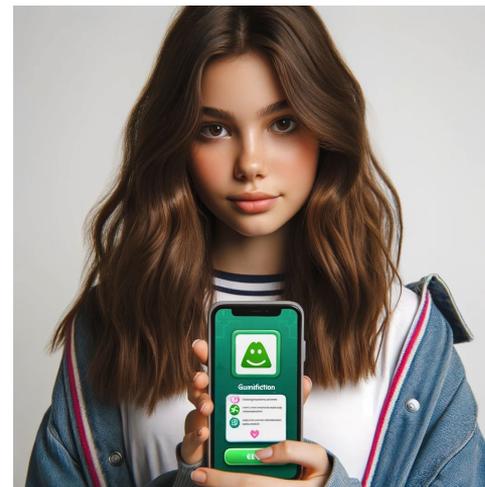
Gesundheitsförderung
Förderung der Lebenskompetenzen
psychosozialen Gesundheit

... wird weiter über digitalen Zugang
vermittelt.

Pictures created with DALL-E via ChatGPT 4

Zugang von ready4life

- Motivation durch Gamification
- Wissensvermittlungs-, Sensibilisierungs- und Nachdenkimpulse durch die Auseinandersetzung mit selbstgewählten Themen
- Reflexion des eigenen Verhaltens
- Längerfristiger Zugang über mehrere Wochen



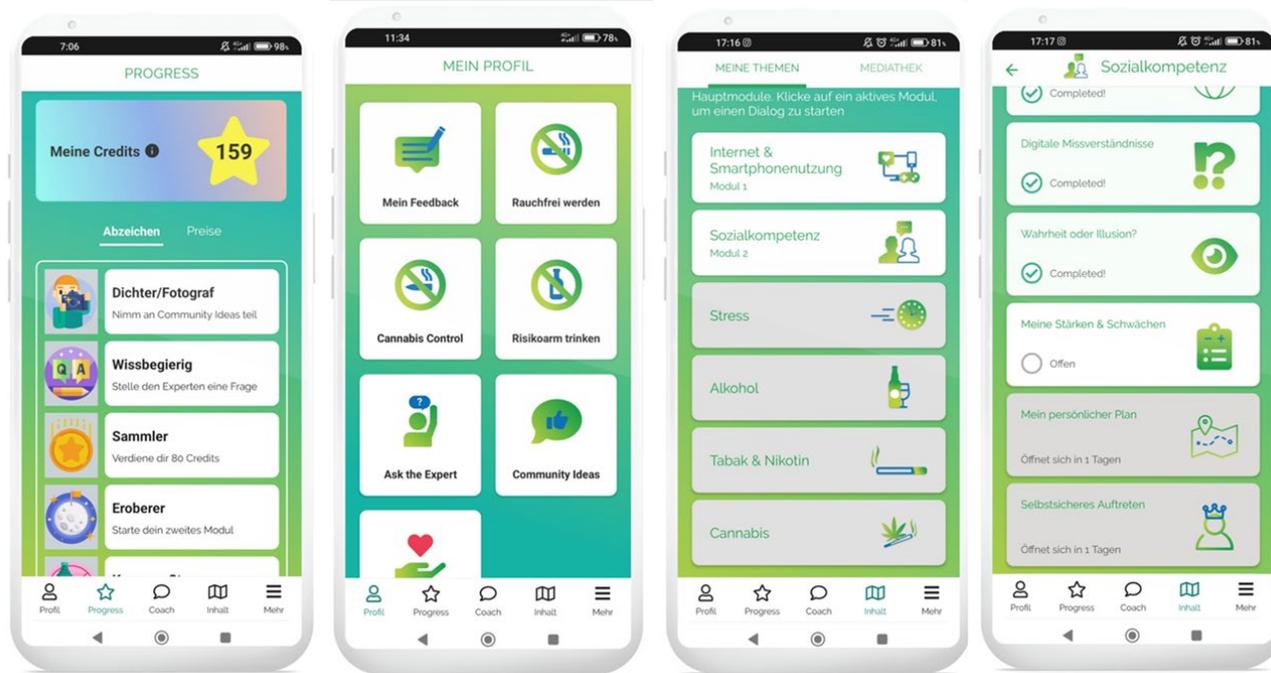
Picture created with DALL-E via ChatGPT 4

Jugendliche werden frühzeitig sensibilisiert, um sie in ihrer Gesundheit zu fördern und einer möglichen Suchtentwicklung vorzubeugen.

App



institut
sucht
prävention
pro mente OÖ



Umsetzung

Beteiligte Länder

ready4life ist ein Projekt der schweizerischen Lungenliga in Kooperation mit Österreich und Liechtenstein



SCHWEIZ



ÖSTERREICH



LIECHTENSTEIN



Workshopangebote

- Workshop „be smart“ an (Berufs-)Schulen
- Workshop Nikotin an PTS
- Workshop „Rausch und Risiko“
- Anhang an bestehende Workshops in Schulen
- Multiplikator:innen-Schulungen in (Berufs-)Schulen und arbeitsmarktpolitischen Kursen



Picture created with DALL-E via ChatGPT 4

Multiplikator:innenansatz

Lehrpersonen, Trainer:innen, Pädagog:innen, Sozialarbeiter:innen werden geschult, um ready4life in ihre Arbeit mit Jugendlichen selbst einzusetzen.

Auch in Kombination mit bestehenden Lebenskompetenzförderungsprogrammen



Schulsozialarbeiter:innen

NEU**START**



Picture created with DALL-E via ChatGPT 4

Letter of Intent für das Schulsetting

Unterzeichnung des **Letter of Intent** von Bundesministerium



Picture created with DALL-E via ChatGPT 4

= Bundesministerium
Bildung, Wissenschaft
und Forschung

Website und Instagram

www.ready4life.at

Home Media Module Gewinne Bundesländer

Die suchtpreventive Coaching App für Jugendliche und junge Erwachsene

Stress und Konflikte sind Teil der jugendlichen Lebensphase und stehen oft in Zusammenhang mit Substanzkonsum und problematischem Verhalten. ready4life unterstützt Jugendliche und junge Erwachsene in der Bewältigung von Stresssituationen und gibt Informationen, um im Sinne der Gesundheitsförderung einer möglichen Suchtentwicklung vorzubeugen.

ready4life ist freiwillig, anonym und kostenlos.

Wie kommt denn dieses Foto ins Netz???

Wieviel ist zu viel ???

Dialogwoche Alkohol

Wir sind auf "Weiterbildung"

[ready4life auf instagram](#)



ready4life_at