

Tool: 03

Aufgabe

Hilfe finden:

Lass Dich beraten!



Hilfe finden: Lass Dich beraten!

Bei dieser Aufgabe geht es um Folgendes:

Es geht darum,
herauszufinden,
wo Du Hilfe von Experten findest,
wenn Du aufhören willst mit dem Rauchen von:

- Zigaretten



- E-Zigaretten



- Shishas



Was brauchst Du?

Du brauchst ein Handy



oder ein Tablet mit Internet-Verbindung



oder einen Laptop mit Internet-Verbindung



Du brauchst ein Team.



Du brauchst einen Stift



Oder ein Handy mit Aufnahme-Funktion.



Die Aufgabe besteht aus mehreren Schritten.

Mache diese Schritte nacheinander.

Schaue Dir die Aufgabe an.

→ Aufgabe :

Du hast eine Beratungsstelle für das Thema Sucht-Mittel oder Sucht gefunden.

In dieser Aufgabe geht es jetzt darum, mit dieser Beratungs-Stelle Kontakt aufzunehmen.

1. Überlege im Team:

Welche Fragen möchtest Du den Experten in der Beratungs-Stelle stellen?



2. Schreibe 3 Fragen auf, die für Dich am wichtigsten sind.



Oder nimm die Antworten mit dem Handy auf.



Oder notiere Deine Fragen mit dem Team auf einem Plakat.

3. Rede in deinem Team darüber:

Wie wollt Ihr mit der Beratungs-Stelle Kontakt aufnehmen?



Zum Beispiel:

- per Telefon
- per Video-Telefonat
- per E-Mail
- über die Internet-Seite
- Ihr geht direkt zur Beratungs-Stelle.

→ Tipp

Infos dazu findest Du oft
auf der Internet-Seite von der Beratungs-Stelle.



- 4.** Nun kannst Du entscheiden,
was Du machen möchtest.
Du kannst Dich für eine Aufgabe entscheiden
oder alle Aufgaben machen.

Wahl-Möglichkeit 1:

Lass Dir deine Fragen am Telefon beantworten.

Wahl-Möglichkeit 2:

Mache einen Termin für ein Beratungs-Gespräch aus.
Bei einem Beratungs-Gespräch berät Dich ein Experte.

Wahl-Möglichkeit 3:

Lass Dir deine Fragen schriftlich beantworten.
Lasse Dir zum Beispiel Infos schicken.

Wahl-Möglichkeit 4:

Gerne kannst Du einen Experten oder eine Expertin auch in Deiner
Einrichtung oder Wohn-Gruppe einladen.

Wahlmöglichkeit 5:

Oder Du gehst direkt zur Beratungs-Stelle. Schau dort zum Beispiel,
ob Info-Materialien zu Nikotin ausliegen.
Wenn nicht, sprich den Experten oder die Expertin darauf an.

Bespreche Deine gesammelten Erfahrungen im Team:

- Wie hast Du dich während der Aufgabe gefühlt?
- Wurde Dir geholfen?
- Hast Du neue Infos erhalten?

Prima!

Jetzt hast Du alle Aufgaben geschafft!

Quelle:

Eigene Erstellung

Der Text wurde in Leichte Sprache übertragen und geprüft von:

leicht zu lesen

Traundorf 25

83313 Siegsdorf

E-Mail: luxburg@leichtzulesen.org

Internet: www.leichtzulesen.org

Übersetzerin: Isabella von Luxburg

Prüfer: Tanja Herold und Philipp Weirich (Zentrum Leichte Sprache Allgäu,
Kronenstraße 36, 87435 Kempten)