

Entwicklungsaufgaben | Themenkatalog | Abenteuerinsel

- E-1a | S.2-3 | **Beruf** | Wie findest du einen Beruf, der zu dir passt?
- E-2a | S.4-5 | **Medienkompetenz** | Wie findest du mit Google, was du suchst und erzielst bessere Suchergebnisse?
- E-3a | S.6-7 | **Sexualität** | Welche sexuell übertragbaren Krankheiten sind verbreitet? Sind sie heilbar?
- E-3b | S.8-9 | **Sexualität** | Es geht um das Thema sex. Orientierung und Geschlechtsidentität. Was bedeutet LGBT?
- E-4a | S.10-11 | **Umgang mit Geld** | Budget: Welche fixen und variablen Ausgaben sind dir bekannt?

Drucken Sie die Folien (ab Seite 2) als Duplex:
Mit Hilfe der Vorderseite finden Sie heraus, ob
sich Jugendliche fürs Thema interessieren.

Die Rückseite bietet eine Antwort an, die erst
nach der Diskussion vorgelesen wird.



Vorderseite
Für Erwachsene



Rückseite
Für Jugendliche

Vorschläge, wie Sie die Themen von
Abenteuerinsel mit Jugendlichen
behandeln können, erfahren Sie
auf feel-ok.ch/ai

Legende



Lehrplan 21 | Altersgruppe | Benötigte Zeit



Arbeitsblätter von feel-ok.ch und von unseren Partner*innen



Thematisch verwandte Projekte | Programme



Videos



Methodische Tipps



Artikel auf feel-ok.ch



Externe Websites



Quelle

Abenteuerinsel wird durch Gesundheitsförderung Schweiz und durch
den Nationalen Alkoholpräventionsfonds finanziell unterstützt.



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Wie findest du einen Beruf, der zu dir passt?



Kein Interesse



Mässiges Interesse



Interessant!



BO.3.1 | 13-16 Jahre | 10-30 min. | feel-ok.ch/ai-E-1a | E-1a



Arbeitsblätter | feel-ok.ch/+beruf



Das MindMatters Modul «Fit für Ausbildung und Beruf!» unterstützt Schulen und Lehrpersonen des Zyklus III dabei, Schüler*innen im Übergang von der Schule in die Ausbildung bzw. in den Beruf zu begleiten. Das Modul enthält 25 Unterrichtseinheiten. Mehr Infos auf feel-ok.ch/ext/mm



Wie findest du einen Beruf, der zu dir passt?

Folgende Empfehlungen haben sich bewährt, wenn man sich beruflich orientieren will:

- **Lerne deine Interessen und Stärken kennen.**
Was machst du gerne und gut in der Schule und in deiner Freizeit? Wenn du deine Stärken kennst, findest du heraus, welcher Beruf zu dir passt.
- **Besuche ein Berufsinformationszentrum.**
- **Finde eine Schnupperlehre.**
- **Konsultiere Websites zum Thema Berufswahl** (siehe Link unten)



Berufswahl und Einzelberatung BIZ (4 min) | feel-ok.ch/ext/yt-19



Der Interessenkompass auf feel-ok.ch | feel-ok.ch/beruf-kompass

Der Interessenkompass erlaubt dir, anhand deiner Interessen herauszufinden, welche Art von Berufen zu dir passen. Dafür benötigst du etwa 10 Minuten Zeit.



• **Das Informationsportal** | berufsberatung.ch

Für alle Fragen rund um Lehrstellen, Berufe, Aus- und Weiterbildungen.



• **Arbeitsmarktinformatio.ch** | arbeitsmarktinformatio.ch

Arbeitsmarktinformationen für die Berufswahl, Weiterbildung und Stellensuche.



• **Angebote der kantonalen Berufsberatung** | feel-ok.ch/ext/biz-kt

Die Adressen und Angebote der kantonalen Berufs-, Studien-, Laufbahnberatungen.





Wie findest du mit Google die Informationen, die du brauchst?
Welche Tipps helfen dir, bessere Suchergebnisse zu erzielen?

Kein Interesse

Mässiges Interesse

Interessant!



MI.1.1 | Ab 10 Jahren | 10-30 Minuten | feel-ok.ch/ai-E-2a | E-2a



Arbeitsblätter | feel-ok.ch/+webprofi



Testen Sie den Wissensstand Ihrer Schulklasse: Mit dem wissenschaftlich fundierten Test von Pro Juventute ermitteln Sie auf einfache Art und Weise, wie fit Schüler*innen der 3. bis 8. Klasse im Bereich Medienkompetenz sind.

Mehr Infos auf feel-ok.ch/ext/pj-mpt





Wie findest du mit Google die Informationen, die du brauchst? Welche Tipps helfen dir, bessere Suchergebnisse zu erzielen?

Man kann bei Google mehr eingeben als nur Suchbegriffe. Hier einige Tipps:

- Mit einem Minus («-») vor einem Wort (ohne Leerzeichen) kannst du das Wort aus der Suche ausschliessen. Beispiel: Du willst mehr zum Thema «Stress» erfahren, aber nicht über den Rapper, der auch Stress heisst, dann suchst du nach: «stress -rapper».
- Suchst du nach PDF-Dateien, kannst du als Suchausdruck verwenden: «Suchbegriff filetype:pdf», z.B. «stress filetype:pdf».
- Willst du nach Videos suchen ohne nur auf YouTube zu zählen, gebe als Suchausdruck: «Video:Suchbegriff», z.B. «Video:Stress»
- Willst du nach Inhalten in einer bestimmten Website suchen, schreibe «site:Webadresse Suchbegriff», z.B. «site:feel-ok.ch Stress»



Googeln wie ein Profi - 20 Tipps zur Google Suche (5 min) | feel-ok.ch/ext/yt-20



Tipps und Tricks mit Google | feel-ok.ch/0013



Wenn die Jugendlichen Laptops oder Tablets (ev. Smartphones) zur Verfügung haben, könnten sie die Tipps dieser Einheit mit Google direkt testen. Dies nach dem Prinzip: Man erinnert sich besser an das, was man einmal gemacht hat, als an das, was man nur gehört oder gelesen hat.

Welche sexuell übertragbaren Krankheiten sind verbreitet?
Sind sie heilbar?

Kein Interesse

Mässiges Interesse

Interessant!



NT.7.3 | Ab 14 Jahren | 10-30 Minuten | feel-ok.ch/ai-E-3a | E-3a



Arbeitsblätter | feel-ok.ch/+sex



Möchten Sie Beratung zu Schwangerschaft, sexuell übertragbaren Infektionen, Sexualpädagogik oder sexuelle Gewalt? Hier finden Sie Fachstellen in Ihrer Nähe. Die meisten Leistungen sind gratis: feel-ok.ch/ext/ss

Welche sexuell übertragbaren Krankheiten sind verbreitet? Sind sie heilbar?

Viele sexuell übertragbaren Krankheiten sind heilbar oder können wirksam behandelt werden, wenn sie rechtzeitig diagnostiziert werden.

Jemand kann eine sexuell übertragbare Krankheit haben und nichts davon merken. Aus diesem Grund sollten Personen, die sexuell aktiv sind, mit dem Arzt oder mit der Ärztin besprechen, wann und ob Kontrollen sinnvoll sind. Zu einer ärztlichen Konsultation sollte man unbedingt gehen, wenn es beim Urinieren juckt, brennt oder schmerzt, aber auch bei Rötungen, Schwellungen, Geschwüren oder Bläschen an den Geschlechtsorganen.

Zu den sexuell übertragbaren Krankheiten gehören unter anderem HIV, Herpes, Chlamydien, Gonorrhö, Syphilis, Hepatitis, Pilzinfektionen und das Humane Papillomavirus.

Hier nur ein paar Zusatzinformationen:

- HIV-positive Menschen sind unter wirksamer Therapie nicht ansteckend und führen ein normales Leben. Leider wissen nicht alle HIV-positive Menschen, dass sie den Virus in sich tragen. Gegen eine Ansteckung schützt die Verwendung von Kondomen.
- Chlamydien-Infektionen und Gonorrhö werden durch Bakterien verursacht und mit Antibiotika geheilt. Eine unbehandelte Infektion kann zu Unfruchtbarkeit führen. Kondome verringern das Risiko, sich zu infizieren.



• Krank durch Sex? (5 min) | feel-ok.ch/feel-ok.ch/ext/yt-21



• Wie erkenne ich sexuelle Krankheiten? (4 min) | feel-ok.ch/feel-ok.ch/ext/yt-22



Sexuell übertragbare Infektionen | feel-ok.ch/0012



Infektionen | feel-ok.ch/ext/lovelife



Es geht um das Thema sexuelle Orientierung und Geschlechtsidentität. Man verwendet die Abkürzung LGBT. Für was stehen die einzelnen Buchstaben? Was weisst du darüber?



Kein Interesse

Mässiges Interesse

Interessant!



ERG.5.3 | Ab 12 Jahren | 10-30 Minuten | feel-ok.ch/ai-E-3b | E-3b



Arbeitsblätter | feel-ok.ch/+sex



In der Deutschschweiz gibt es Schulprojekte, welche in die Schule kommen und von sich als LGBT-Mensch erzählen und Fragen beantworten: ABQ: abq.ch | 

Comout: feel-ok.ch/ext/ahsga | GLL: gll.ch



Es geht um das Thema sexuelle Orientierung und Geschlechtsidentität. Man verwendet die Abkürzung LGBT. Für was stehen die einzelnen Buchstaben? Was weißt du darüber?

Die Buchstaben LGB betreffen die sexuelle Orientierung und der Buchstabe T betrifft die Geschlechtsidentität:

- **L = Lesbisch:** Frauen, die sich romantisch und/oder sexuell zu anderen Frauen hingezogen fühlen. **G = Gay (deutsch schwul):** Männer, die sich romantisch und/oder sexuell zu anderen Männern hingezogen fühlen. **B = Bisexuell:** Menschen, die sich romantisch und/oder sexuell zu Frauen und Männer hingezogen fühlen.
- **T = trans/Transgender:** Menschen, die wissen, dass ihnen bei der Geburt das falsche Geschlecht zugeteilt wurde.

Cis Menschen sind Menschen, welche zufrieden sind mit dem Geschlecht, welches ihnen bei der Geburt zugeteilt wurde.

Heterosexuelle Menschen sind Frauen, die sich romantisch und/oder sexuell zu Männern hingezogen fühlen, beziehungsweise Männer, die sich romantisch und/oder sexuell zu Frauen hingezogen fühlen.

Menschen die heterosexuell und cisgeschlechtlich sind, gehören nicht zur LGBT-Community und kommen deshalb in der Abkürzung «LGBT» nicht vor.

1.



2.



3.



4.



5.



1. LGBT+ | Aufklärung (24 min) | feel-ok.ch/ext/yt-42
2. Tobias | schwul (6 min) | feel-ok.ch/ext/yt-23
3. Vicky | lesbisch (6 min) | feel-ok.ch/ext/yt-24
4. Julia | Transfrau* (6 min) | feel-ok.ch/ext/yt-25
5. Anute | pansexuell (bisexuell) | feel-ok.ch/ext/yt-26



Hast du Fragen zu LGBT oder zum Coming Out? Frage die jungen Berater*innen von du-bist-du auf feel-ok.ch/queer-austausch

Was sind Fixkosten und variable Kosten? Welche Ausgaben zählen zu den Fixkosten und welche zu den variablen Kosten?

Kein Interesse

Mässiges Interesse

Interessant!



WAH | Ab 12 Jahren | 10-30 Minuten | feel-ok.ch/ai-E-4a | E-4a



Arbeitsblätter und Methoden | feel-ok.ch/+geld

Was sind Fixkosten und variable Kosten? Welche Ausgaben zählen zu den Fixkosten und welche zu den variablen Kosten?

Fixkosten sind regelmässige monatliche oder jährliche Ausgaben, die unabhängig vom tatsächlichen Verbrauch anfallen. Ein Beispiel dafür ist das Abonnement für den öffentlichen Verkehr. Wenn du ein solches Abonnement hast, bezahlst du dafür monatlich oder jährlich einen bestimmten Betrag. Dieser Betrag bleibt gleich, egal ob du oft oder selten mit dem Zug fährst.

Weitere Beispiele für typische Fixkosten im Jugendalter sind die Abo-Gebühren für das Handy, Cloud-Dienste, Apps, Software, Spiele und Streaming-Dienste sowie die Beiträge für die Krankenkasse oder für die Mitgliedschaft in Vereinen.

Im Gegensatz zu den Fixkosten variieren **die variablen Kosten** je nachdem, wie oft du eine Dienstleistung in Anspruch nimmst. Wenn du ohne Abonnement mit dem Zug fährst, brauchst du eine Fahrkarte. Je öfter du fährst, desto öfter musst du eine Fahrkarte kaufen. Das bedeutet, dass du mehr Geld ausgibst, je öfter du diese Dienstleistung in Anspruch nimmst.

Typische Beispiele für variable Kosten im Jugendalter sind Kleider, Schuhe und Accessoires, Freizeittätigkeiten, Coiffure, Körperpflege, Schulmaterial, Hobbys und Sport.



- Budget-Tutorial (auf schweizerdeutsch) | (4 min) | feel-ok.ch/ext/yt-27

- Dein Geld im Griff – Einnahmen und Ausgaben (3 min) | feel-ok.ch/ext/yt-28



- Erstelle dein Budget mit dem Ausgabenjournal von feel-ok.ch | feel-ok.ch/geld-tutorial