



Pressekontakt: Remo Ryser
Berner Gesundheit
031 370 70 98
remo.ryser@beges.ch
(Do und Fr abwesend,
erreichbar ab Mo, 17. März 08)

Beat Gafner
Vernetzte offene
Jugendarbeit Kanton Bern
(VOJA)
031 930 12 70
beat.gafner@voja.ch

13. März 2008, Abdruck frei

MEDIENMITTEILUNG

Jugend im Stress!?

Ein Drittel der Jugendlichen leidet unter Stress. Um die Jugendlichen gezielt bei der Stressbewältigung zu unterstützen, entwickeln die Berner Gesundheit und der Trägerverein "Vernetzte offene Jugendarbeit Kanton Bern" (VOJA) entsprechende Angebote. Am 18. März 2008 findet zu diesem Thema eine Impulsveranstaltung für Fachpersonen der offenen Jugendarbeit statt.

Schulabschluss, Integration in die Berufswelt, Ablösung vom Elternhaus, Identitätssuche: Die Jugend ist eine äusserst stressexponierte Zeit. Gemäss der aktuellen Jugend-Gesundheitsbefragung SMASH ist bei jenen Jugendlichen, die ihre Gesundheit mässig bis schlecht einschätzen, Stress das Hauptproblem: 48% der weiblichen und 25% der männlichen Jugendlichen zwischen 16 und 20 Jahren wünschen sich Unterstützung, um Stress und Nervosität abzubauen.

Die Berner Gesundheit und VOJA veranstalten folgende Impulsveranstaltung:

Titel: Voll Stress! Stress und Stressbewältigung im Jugendalter - Theoretisches und praktisches Knowhow für Fachpersonen der offenen Jugendarbeit

Datum/Zeit: Dienstag, 18. März 2008, 8.45 bis 17.00 Uhr

Ort: Zentrum Bürenpark, Bern

Die Impulsveranstaltung vermittelt den Fachpersonen Zahlen und Fakten, Orientierungshilfen und Impulse, wie das Thema Stress und Stressbewältigung im Alltag mit Jugendlichen angegangen werden kann. Nebst zentralem Wissen zu Stress und Stressbewältigung im Jugendalter werden konkrete Beispiele aus der Praxis präsentiert. Zudem stehen die anwesenden Fachexpertinnen und Fachexperten zur Verfügung, um über konkrete, lokale Umsetzungsideen zu diskutieren. Als kulturelles Highlight liest Pedro Lenz, der Berner Schriftsteller und Wortakrobat, zum Thema.

Die Impulsveranstaltung ist eine Massnahme des kantonalen Pilotprojekts relax!max. Im Rahmen dieses Projekts entwickeln die Berner Gesundheit und VOJA gemeinsam ein Angebotspaket im Bereich der Stressbewältigung im Jugendalter. Auftraggeberin ist die Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern.

Das detaillierte Programm der Impulsveranstaltung finden Sie auf www.voja.ch (Rubrik ‚News‘), weitere Informationen zum Pilotprojekt relax!max. auf www.bernergesundheit.ch (Rubrik ‚Projekte‘).

2178 Zeichen