

# Gesundheitsförderung

Gesundheitsförderung wird am BZLT grossgeschrieben. Seit 2009 gehört unsere Schule dem Schweizerischen Netzwerk gesundheitsfördernder Schulen an. Mit diesem Label nehmen wir uns in die Pflicht, uns zu einer Organisation zu entwickeln, die gesundes und nachhaltiges Lehren und Lernen ermöglicht. Für die Koordination sämtlicher Aspekte der Gesundheitsförderung und Suchtprävention sind in Zusammenarbeit mit der Schulleitung die Lehrpersonen Prävention und Gesundheitsförderung (LPG) zuständig.

**In der Berufsausbildung läuft nicht immer alles perfekt. Manchmal ist es wichtig, mit jemandem zu sprechen. Wir sind für Sie da und bieten verschiedene Formen der Unterstützung.**

- Sie fühlen sich im Lehrbetrieb unwohl oder es gibt Konflikte?
- Alles wächst Ihnen über den Kopf? Sorgen im privaten Umfeld belasten Sie?
- Lernen fällt schwer und die Leistungen stimmen noch nicht?
- Ihr Lehrvertrag wird aufgelöst oder Sie haben die Ausbildung abgebrochen?

**Wir beraten, begleiten und unterstützen Sie – professionell, unkompliziert und vertraulich.**

## Schulhausinterne Unterstützung:

LPG

Lehrpersonen für Prävention und Gesundheitsförderung:

Lukas Trummer ([lukas.trummer@bzlt.ch](mailto:lukas.trummer@bzlt.ch))

Benedikt Brunner ([benedikt.brunner@bzlt.ch](mailto:benedikt.brunner@bzlt.ch))

Kabel

Martin Müller ([martin.mueller@kabel-berufslehre.ch](mailto:martin.mueller@kabel-berufslehre.ch))

## Externe Hilfsangebote

### Psychische Gesundheit & Krisenhilfe

#### **Kokon Zürich**

Link: <https://kokon-zh.ch/>

Beratung & Opferhilfe für Kinder und Jugendliche.

#### **Schlupfhuus Zürich**

Link: <https://schlupfhuus.ch/>

24/7 Krisenintervention für Jugendliche.

#### **Psychiatrische Universitätsklinik Zürich (PUK), KJPP**

Link: U18: <https://www.kjpd.uzh.ch/de.html>

Ü18: <https://www.pukzh.ch/unsere-angebote/erwachsenenpsychiatrie/behandlungsschwerpunkte/krisenintervention-kiz/>

Kinder- und Jugendpsychiatrie.

#### **Selbsthilfe Zürich**

Link: <https://www.selbsthilfezuerich.ch/shzh/de.html>

Vermittlung von Selbsthilfegruppen.

## Gewalt, Missbrauch & Opferhilfe

### **Mädchenhaus Zürich**

Link: <https://www.maedchenhaus.ch/ueber-uns.html>

Schutzhaus für gewaltbetroffene Mädchen.

### **Männerhaus ZwüscheHalt Zürich**

Link: <https://zwueschehalt.ch/zuerich/>

Unterkunft & Beratung für Männer in Krisen.

### **Castagna**

Link: <https://castagna-zh.ch/>

Beratung bei sexueller Ausbeutung in Kindheit/Jugend.

## Sexualität, HIV/AIDS & Gesundheit

### **Aids-Hilfe Schweiz**

Link: <https://aids.ch/>

HIV/STI Prävention, Beratung & Unterstützung.

### **HIV-Hilfe Stadtpital Zürich**

Link: [https://www.stadt-](https://www.stadt-zuerich.ch/stadtpital/de/leistungsangebot/dermatologie/geschlechtskrankheiten-sti/hiv.html)

[zuerich.ch/stadtpital/de/leistungsangebot/dermatologie/geschlechtskrankheiten-sti/hiv.html](https://www.stadt-zuerich.ch/stadtpital/de/leistungsangebot/dermatologie/geschlechtskrankheiten-sti/hiv.html)

HIV-Tests, Beratung & Therapie.

### **Sexuelle Gesundheit Zürich (SeGZ)**

Link: <https://segz.ch/>

Beratung und Tests zu Sexualität & STI.

## Sucht & Prävention

### **Suchtfachstelle Zürich**

Link: <https://www.suchtfachstelle.ch/>

Beratung zu Sucht & Substanzkonsum.

### **feel-ok**

Link: <https://www.feel-ok.ch/>

Jugendportal zu Gesundheit & Prävention.

### **ready4life**

Link: [ready4life](#)

Lebenskompetenz & Präventions-App.

## Recht & Finanzen

### **Frauenzentrale Zürich**

Link: <https://www.frauenzentrale.ch/>

Rechts- & Budgetberatung.

### **Rechtsauskunft Anwaltskollektiv**

Link: <https://www.anwaltskollektiv.ch/>

Günstige Rechtsberatung.

### **SGB – Rechte der Lernenden**

Link: <https://www.rechte-der-lernenden.ch/>

Infos zu Rechten in der Lehre.

### **Ausbildung & Beruf**

### **Laufbahnzentrum Zürich**

Link: <https://www.laufbahnzentren.ch/>

Beratung zu Beruf & Laufbahn.

## **LGBTQIA+ spezifisch**

**du-bist-du**

**Link:** <https://du-bist-du.ch/>

Beratung für LGBTQIA+ Jugendliche.