

Weidenallee 56
20357 Hamburg



Tel: 040 / 25 33 05 04

E-Mail: zeitspender@asb-hamburg.de

Web: <http://www.zeitspender.de>

Angebot: Ehrenamtliche Content-Erstellung für die neue SoberApp für ein suchtfreies Leben ges

Angebotsnr.: 285694

(Nennen Sie uns diese Nummer, wenn Sie Kontakt mit uns aufnehmen möchten)

Aufgaben der Freiwilligen

Um der aktuellen "Sober Curiosity"-Bewegung einen Ort zu geben, an dem sie sich treffen, kennenlernen und austauschen kann, möchte die traditionsreiche Präventions- und Selbsthilfeorganisation Guttempler in Zusammenarbeit mit der Krankenkasse Barmer unter dem Arbeitstitel "SoberApp" eine App aufbauen. Sober Curiosity ist eine Bewegung, die sich für einen bewussten Umgang mit Alkohol einsetzt. Anhänger:innen der Bewegung hinterfragen ihren eigenen Alkoholkonsum und experimentieren mit einem alkoholfreien Lebensstil.

Mit der App soll ein Informations- und Community-Angebot für alle Interessierten, gezielt aber auch für jüngere Menschen geschaffen werden, die ihren Suchtmittelkonsum reflektieren und reduzieren wollen oder einfach neugierig auf die alkoholfreie Lebensweise sind und darüber hinaus auch Interesse an weiteren Gesundheitsthemen mitbringen.

Aber auch für Menschen, die nach einer Suchterkrankung auf der Suche nach einem Raum für Inspiration und neuen Impulsen sind, bietet die App eine ausgezeichnete Anlaufstelle. Zudem werden sie durch die Community und den durch sie entstehenden Resonanzraum in ihrer neuen Lebensführung gestärkt. Somit leistet die App nicht nur einen wertvollen Beitrag gegen die Stigmatisierung, sondern stellt auch eine zeitgemäße Form der Rückfallprophylaxe dar. Die Veröffentlichung der App soll im Herbst 2024 erfolgen.

Für den Aufbau der App wird nach Deiner ehrenamtlichen Unterstützung gesucht! Als ehrenamtlicher Content Creator hilfst Du dabei, Inhalte in verschiedenen Formaten zu Gesundheitsthemen der folgenden sechs Rubriken zu erstellen: 0,0% Getränke, Ernährung, Bewegung, Entspannung, mentale Balance und Kreativität (Kunst, Musik etc.).

Zu diesen Themenbereichen können beispielsweise Infografiken, Videos, Bilder oder auch Textbeiträge erstellt werden. Zudem möchten wir mit der "SoberApp" auch unseren eigenen Podcast das "SoberRadio" wieder aufleben lassen. Den Fokus unserer Podcast-Episoden möchten wir zukünftig mehr auf gesundheitsbezogene Themen und speziell auf die Ressourcenförderung legen (z. B. Thema Achtsamkeit, Resilienz etc.).

Egal ob Du kunst- oder musikbegeistert, bewegungsverliebt, Hobby-Koch/-Köchin, Entspannungsprofi, Ernährungsexpert:in, Veranstaltungsplaner:in, Hobby-Yogi,

Video-Cutter:in oder einfach gesundheitsinteressiert bist: Deine Mitwirkung ist willkommen.

Zeitlicher Rahmen und Ort: So breit und vielfältig unser Tätigkeitsfeld, so flexibel kann auch Dein freiwilliges Engagement bei uns sein. Sowohl den zeitlichen Umfang als auch Deinen Einsatzort kannst Du selbst bestimmen und ganz individuell an Deine Lebenssituation anpassen. Nur für einzelne Tätigkeiten wie die Video-Edition wäre es vorteilhaft, im Umkreis von Hamburg zu wohnen und ab und an einmal zu uns in die Bundesgeschäftsstelle in Hamburg-St. Georg zu kommen. Ansonsten halten wir per Mail, Telefon oder Videocall Kontakt zu Dir.

Wenn Du Dich für dieses Ehrenamt interessierst, melde Dich gerne in Deiner Freiwilligenagentur.

Zeitlicher Rahmen

Array

Einsatzort

Hamburg