

Jetzt kostenfrei im Play Store runterladen.
Los geht's! Probieren Sie es aus!



© wutzkoh – stock.adobe.com



© Nana_studio – stock.adobe.com

„Die Frage ist nicht 'Warum?', die Frage ist 'Warum nicht?'.“

BePrepared (Kultursensible digitale Kurzintervention für junge Geflüchtete zur Reduktion von problematischem Alkohol- und Cannabiskonsum) ist Teil des Verbunds PREPARE ("Prävention und Behandlung von substanzbezogenen Störungen bei Geflüchteten").



Förderkennzeichen: 01EF1805D



Be Prepared

Deutsch

– Arabisch – Deutsch – Englisch –
– Farsi – Paschtu –

Die App für junge Geflüchtete zum Thema Alkohol und Cannabis und wie man sicher damit umgeht.



Sie wollen...



etwas verändern?

Die App hilft Ihnen, Prioritäten zu setzen und herauszufinden, was gerade wirklich zählt.



Alternativen finden?

Die App begleitet Sie im Alltag und lädt Sie dazu ein, Neues auszuprobieren.



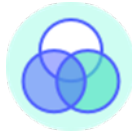
Ihre Ziele selbst bestimmen?

Ob weniger konsumieren oder ganz aufhören, die App unterstützt Sie auf Ihrem Weg.



den Überblick behalten?

Die App zeigt Ihnen übersichtlich, wieviel Sie pro Tag/Woche/Monat zu sich genommen haben.



entspannen?

Die App informiert sie über Gefühle und Konsum und zeigt Ihnen, wie Sie ganz ohne Alkohol oder Cannabis runterfahren können.



Infos über Alkohol und Cannabis?

Ein Quiz und viele kurze Infotexte reden Klartext über Hilfsangebote, Gesetze und sicheren Umgang.



Unterstützung vor Ort?

Die App informiert Sie über Beratungsstellen in Ihrer Nähe – in vielen Sprachen!

– kostenlos –

– anonym –

– wissenschaftlich –

Die BePrepared-Studie

Um die Qualität der App zu verbessern und ihre Wirksamkeit zu testen, werden jedem Nutzer vor und während der App-Nutzung einige Fragen gestellt. Das heißt für Sie:



App im Play Store kostenlos downloaden,



Einstiegsfragen beantworten,



App benutzen,



nach 4 Wochen, 3 Monaten und 6 Monaten nochmal Fragen beantworten,



nach jeder Befragung Chance auf einen **Gutschein im Wert von 10 – 15 €!**



Wir schützen Ihre Daten!

Während der gesamten App-Nutzung sind Ihre Daten nach modernsten Standards geschützt.

Nichts, was Sie in der App über sich preisgeben, wird weitergegeben.

Verantwortliche

Deutsches Institut für Sucht- und Präventionsforschung (DISuP), Katholische Hochschule NRW

- Leitung: Prof. Dr. Michael Klein
- Inhalte, Konzept und Koordination:
Laura Fischer, M.Sc. Psych.
Vera Kölligan, M.Sc. Psych.
Bennett Symma, B.Sc. Psych.

Distributed Artificial Intelligence Laboratory (DAI-Labor), Technische Universität Berlin

- Leitung: Prof. Dr. Dr. h.c. Sahin Albayrak
- Technische Umsetzung:
Nizar Ben-Sassi, Dipl.-Inform.
Paul Zernicke, Dipl.-Inform.
- Konzept und Design:
Dr. Jörn Schulz
YunYao Wan

Übersetzung

Bonner Institut für Migrationsforschung und Interkulturelles Lernen e. V.: Ihab El Sharkawi, Mohamed Inalo (arabisch), Djabar Kamalizade (farsi), Marie Lomberg (englisch), Dr. Abdullah Mohmand (paschtu)

Transfernetzwerk Soziale Innovation – s_inn:
Laura Corsten (englisch)

Praxispartner

- Bonner Institut für Migrationsforschung und Interkulturelles Lernen (BIM) e.V.
- Deutsches Rotes Kreuz (DRK) Köln
- Evangelische Jugendhilfe Godesheim gGmbH
- Sozialdienst Katholischer Männer (SKM) Köln e.V.
- Stadt Köln (Wohnungswesen)