

## Mental Health Coaches

### Ein Programm der Jugendmigrationsdienste (JMD)

Das Präventionsprogramm JMD Mental Health Coaches bietet jungen Menschen Raum für Informationen, Erfahrungsaustausch und Diskussionen rund um das Thema psychische Gesundheit. In präventiven Gruppenangeboten haben Jugendliche die Möglichkeit, offen darüber zu sprechen, was sie beschäftigt. Sie erfahren, wie sie mit belastenden Situationen umgehen und ihre Resilienz stärken können. Dabei entscheiden die Schüler\*innen selbst mit, welche Themenschwerpunkte gesetzt werden.

Die Jugendmigrationsdienste und Träger der Jugendsozialarbeit setzen das vom BMFSFJ geförderte Programm Mental Health Coaches an über 80 Standorten und mehr als 100 Schulen um.

### Präventionsarbeit an Schulen

Ein Großteil des Alltags junger Menschen spielt sich in der Schule ab. Daher ist Schule ein guter Ort gelingender Präventionsarbeit. Das JMD-Programm Mental Health Coaches richtet sich an Schüler\*innen ab der 5. Klasse. Die Programmangebote entstehen in Zusammenarbeit mit Akteur\*innen in der Schule und externen Partner\*innen.

### Ziele

- Junge Menschen werden ermutigt, sich aktiv mit dem Thema psychische Gesundheit auseinanderzusetzen.
- Die Jugendlichen erlernen Strategien für den Umgang mit belastenden Gefühlen und erfahren so, dass Reden ein erster Schritt zur Veränderung sein kann.
- Primärpräventive Angebote tragen zu einem offenen Umgang mit dem Thema psychische Gesundheit bei und wirken Stigmatisierung entgegen.
- Eine Vernetzung und Zusammenarbeit der Jugendmigrationsdienste mit Trägern der Präventionsarbeit aus dem Bereich mentale Gesundheit sowie mit Akteur\*innen der Kinder- und Jugendhilfe wird gefördert.
- Schüler\*innen erfahren, welche Hilfs- und Beratungsangebote es gibt und wie sie diese in Anspruch nehmen können.
- In multiprofessionellen Teams werden Bedarfe der Jugendlichen im Bereich psychische Gesundheit ermittelt.

---

### Standort Bremen

#### **Jugendmigrationsdienst Bremen – Stadtgebiet**

AWO Soziale Dienste gemeinnützige GmbH

Fachdienst Migration und Integration

Knochenhauerstr. 41/42

28195 Bremen

0421 6953418

0421 3377-185

**Ahmet Akkus (JMD Leitung Bremen/ Bremerhaven)**

ahmet.akkus@awo-bremen.de

0421 3377182

Respekt Coaches

**Inka Löns (sie/ihr)**

Inka.Loens@awo-bremen.de

0179 4349571

Mental Health Coach

**Silvia Walter**

Silvia.Walter@awo-bremen.de

0179 4394836

**Ein Angebot von:**

**AWO Bremen**

**JugendMigrationsDienst (JMD)**

**Adresse:**

Knochenhauerstr. 41/42

AWO Soziale Dienste gemeinnützige GmbH

28195 Bremen

**Ansprechperson:**

Fachdienst Migration und Integration

**Telefon:**

0421 6953418

**Internetadresse:**

[www.mental-health-coaches.de](http://www.mental-health-coaches.de)

**Nächste Termine:**

Termine bitte erfragen