



Ehrenamtliche Content-Erstellung im Bereich Mentale Balance und Entspannung für die neue „SoberApp“ für ein suchtmittelfreies Leben gesucht!



Beschreibung der Einrichtung:

Wir sind ein gemeinnütziger Verein der Sucht-Selbsthilfe, der seit der Gründung im 19. Jahrhundert eine beeindruckende Entwicklung durchlaufen hat. Unser Ziel war und ist es, für eine Welt einzutreten, in der sich Menschen ohne Beeinträchtigung durch Alkohol und andere Suchtmittel weiterentwickeln und in Selbstbestimmung, Eigenverantwortung und Gesundheit leben können.

Unser Engagement wird zum weitaus größten Teil ehrenamtlich und bürgerschaftlich getragen. Neben dem ehrenamtlich geführten Nottelefon, der ehrenamtlichen Beratung und Begleitung durch unsere SoberGuides, back-me-up für Angehörige und der örtlichen und virtuellen Selbsthilfegruppen, sind wir auch ein Teil der internationalen Bewegung, die sich für ein Leben frei von Sucht einsetzt und speziell mit unserem neuen Projekt der "SoberApp", das durch die Krankenkasse BARMER gefördert wird, auch Teil der aktuellen Sober Curiosity-Bewegung. 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.



Aufgaben der Freiwilligen:

Mit der App soll ein Informations- und Community-Angebot für alle Interessierten geschaffen werden und somit der aktuellen "Sober Curiosity"-Bewegung ein Ort gegeben werden, an dem sie sich treffen, kennenlernen und austauschen kann.

Neben **dem Austausch** als wichtiges Element der App soll auch **unterschiedlicher Content** zu Gesundheitsthemen der folgenden sechs Rubriken: 0,0% Getränke, Ernährung, Bewegung, **Entspannung, mentale Balance** und Kreativität (Kunst, Musik etc.) Platz in der App finden.

Als ehrenamtlicher **Content Creator für die Bereiche Mentale Balance und Entspannung** hilfst du dabei, Inhalte in verschiedenen Formaten zu erstellen.

Ganz konkret suchen wir Personen, die Lust haben zum **Themenbereich Mentale Balance und Entspannung Infografiken, Bilder, Videos und/oder Textbeiträge zu erstellen.**

Natürlich freuen wir uns aber auch über eine Mitwirkung über die Rubrik Mentale Balance bzw. Entspannung hinaus. Also egal ob Du kunst- oder musikbegeistert, bewegungsverliebt, Hobby-Koch/-Köchin, Entspannungsprofi, Ernährungsexpert:in, Veranstaltungsplaner:in, Hobby-Yogi oder einfach gesundheitsinteressiert bist: **Deine Mitwirkung ist willkommen!**

Zeitlicher Rahmen und Ort:

Das freiwillige Engagement für unsere App **findet remote und ganz flexibel statt**. Sowohl der zeitliche Umfang als auch der Einsatzort kann selbst bestimmt werden. Zudem freuen wir uns sowohl über Dein einmaliges Mitwirken als auch über ein langfristiges Engagement.

Kontakt halten wir per Mail, Telefon, Videocall oder auch mit dem Kommunikationstool Discord. Wenn Du Dich für dieses Ehrenamt interessierst, **melde Dich gerne bei uns!**

Kontakt:

Melanie Maier

Mobil: 0162-9612327

Phone: +49(0)40-28407699-12

Email: maier@guttempler.de

Website: <https://www.guttempler.de/>

Instagram: <https://www.instagram.com/guttempler/>

YouTube: <https://www.youtube.com/channel/UCMvDse3o91gTdYTxk2s2n7g>

Facebook: <https://de-de.facebook.com/Guttempler/>