

## Ready4life- Die Chatbot App für Jugendliche



ready4life ist ein digitales, interaktives österreichweit angebotenes Coaching-Programm (Detailinformationen: [www.ready4life.at](http://www.ready4life.at))

**Warum r4l?** Stress, Konflikte und negative Gefühle sind Teil der jugendlichen Lebensphase und stehen oftmals in engem Zusammenhang mit Substanzkonsum und problematischem Verhalten.

**Für wen?** Für jene, die dringend Unterstützung brauchen, nämlich Schüler\*innen ab der 9. Schulstufe, somit auch Lehrlinge, Berufsschüler\*innen, Schüler\*innen von polytechnischen Lehrgängen

**Ziel?** ready4life hat sich deshalb zum Ziel gesetzt, Jugendliche frühzeitig zu sensibilisieren und ihre Ressourcen zu stärken, um sie in ihrer Gesundheit zu fördern und einer möglichen Suchtentwicklung vorzubeugen.

### Weitere Features:

- Kombination aus face-to-face Kontakt und digitalem Coaching
- Motivation durch Gamification
- Chatbot-Nachrichten sind individuell und orientieren sich an der Einstiegsbefragung
- Wissensvermittlungs-, Sensibilisierungs- und Nachdenkimpulse durch die aktive Auseinandersetzung mit den Themen
- Reflexion des eigenen Verhaltens
- Längerfristiger Zugang -> Nachhaltigkeit

### Projektleitung und Information:

Mag.a (FH) Sophia Szerences

Tel: +43 5 0944 2100

E-Mail: [sophia.szerences@soziale-dienste-burgenland.at](mailto:sophia.szerences@soziale-dienste-burgenland.at)



Gefördert aus den Mitteln: Land Burgenland



Gesundheit Österreich  
GmbH



 Bundesministerium  
Soziales, Gesundheit, Pflege  
und Konsumentenschutz

ready4life wurde in Kooperation mit den schweizerischen Lungenligen und dem Schweizer Institut für Sucht- und Gesundheitsforschung entwickelt. Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich.