



# Durchstarten im E-Sport Center mit Level Up

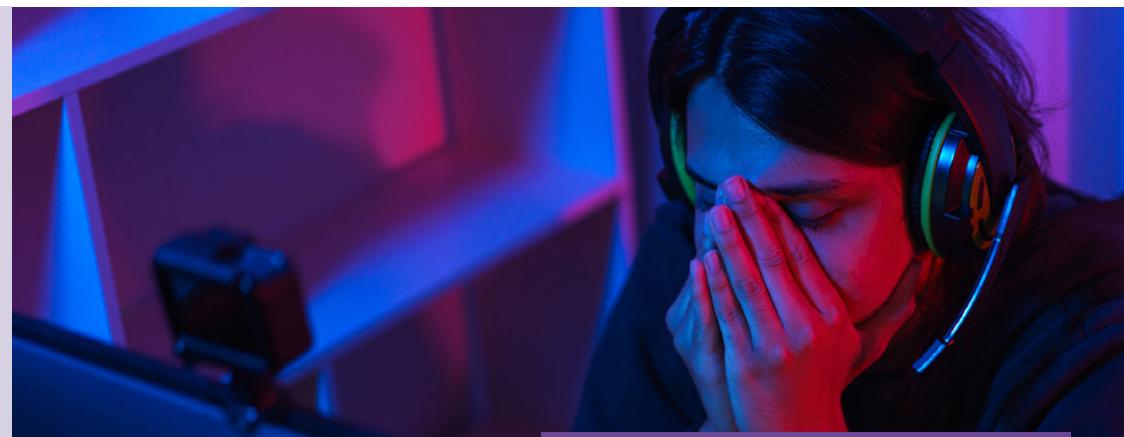
Das Pilotprojekt Level Up «Von jungen psychisch Betroffenen für junge psychisch Betroffene»





*«Viele Jugendliche bleiben mit ihren Problemen alleine. Sie isolieren sich und ziehen sich zurück. Das wollen wir ändern mit unserem Pilotprojekt Level Up.»*

Diana Hofstetter  
Geschäftsführerin und Gründerin Malia Stiftung



### AUSGANGSLAGE

Gemäss Unicef Studie (2021) gibt es immer mehr Jugendliche mit psychischen Problemen. Schwierige Familienverhältnisse, schlechte Kindheitserfahrungen und chronische Leiden sind nur einige der Risikofaktoren, welche die psychische Gesundheit der Jugendlichen beeinflussen können. Rund ein Drittel bleibt mit den Problemen alleine. Soziale Kontakte werden vermieden und die Motivation an einer Ausbildung schwindet. Dieser Problematik will die Malia Stiftung mit dem Pilotprojekt Level Up entgegenwirken.

### DIE MALIA STIFTUNG

Die Malia Stiftung wurde 2020 in Altstätten gegründet. Sie unterstützt Menschen mit einer psychischen Herausforderung, zurück in den Arbeitsalltag zu finden. Mit einem vielseitigen Angebot und verschiedenen Arbeitsbereichen, begleitet sie Menschen schrittweise und individuell. Ziel ist es wieder ein selbstbestimmtes und eigenes Leben führen zu können.

### UNSER ZIEL

**Jugendliche aus der Isolation wieder ins soziale und berufliche Leben integrieren und neue Perspektiven schaffen.**

### ZIELGRUPPE

**Jugendliche im Alter zwischen 18 bis 25 Jahren, die nicht erwerbstätig sind.**

## LEVEL UP – DIE IDEE VON BETROFFENEN FÜR BETROFFENE

Unser neues Programm Level Up ist von jungen Menschen mit psychischen Herausforderungen für Gleichaltrige entwickelt. Der Wunsch entstand, Unterstützung auf Augenhöhe zu erhalten und gemeinsam Wege aus der Krise zu finden.



*«Wir wollen ein modernes, vielfältiges und zeitgemäßes Programm, das uns motiviert und aufbaut.»*



*«Mit individueller Betreuung und Coaching Vertrauen aufbauen und so zurück ins soziale und berufliche Leben.»*

*«Zunächst gemeinsames Gaming und spannende Workshops – und danach schrittweise die Arbeit aufnehmen und steigern.»*



# LEVEL UP – DAS PROGRAMM IM ÜBERBLICK

## EINTRITT

Zuweisende Stellen



Depressive Symptome und Isolation

Geringer sozialer Kontakt

Wenig Struktur im Alltag

## STARTPHASE

(1 bis 3 Monate)



Gamezeit mit anderen Teilnehmenden

Erste Kontakte und Gespräche mit Teilnehmenden und Coaches

Isolation mindern

Geringe Präsenzzeit

## AUFBAU UND STABILISIERUNG

(4 bis 9 Monate)



Gamezeit verringern  
Durch gemeinsame Aktivitäten Isolation und depressive Symptome stabilisieren und reduzieren

Präsenzzeit aufbauen, Alltag strukturieren

Sozialer Kontakt mit anderen Teilnehmenden und Coaches erhöhen (Workshops, einkaufen, kochen)

Teilnahme in Arbeitsbereichen, neue Fähigkeiten entdecken und fördern

## SCHLUSSPHASE

(10 bis 12 Monate)



Geringe Gamezeit

Hohe Präsenzzeit

Regelmässiger sozialer Kontakt

Mit Jobcoach und Arbeitsagogen berufliche Perspektiven vorbereiten

## ZIELPHASE

Einstieg ins berufliche Leben

Isolation und Depression überwunden

Struktur im Alltag

Berufliche Perspektiven:  
Praktikum  
Lehrvertrag  
Arbeitsvertrag

LEVEL UP

## FÖRDERUNG DER SCHLÜSSELKOMPETENZEN

**Arbeitsverhalten:** Ausdauer, Einsatz, Ordnung, Selbständigkeit, Zuverlässigkeit, Pünktlichkeit

**Berufliches Können:** Arbeitsqualität, Arbeitstempo, Arbeitsvorgehen, Berufskenntnisse werden angeschaut

**Persönliches Verhalten:** Belastbarkeit, Motivation, Interesse, Umgangsformen, Zusammenarbeit, Teamfähigkeit, Verantwortungsbewusstsein

**Soziale Fähigkeiten:** Anpassungsfähigkeit, Konzentrationsfähigkeit, Kommunikationsfähigkeit, Kritikfähigkeit

AUS DER ISOLATION

GEMEINSAM

ZU NEUEN PERSPEKTIVEN

## LEVEL UP – SCHRITT FÜR SCHRITT ZUM ZIEL

### PILOTPROJEKT

Beim Austausch mit den Teilnehmern, hat Diana Hofstetter festgestellt, dass es für die Jugendlichen ein grosses Bedürfnis ist, bei einem modernem, zeitgemäßem Integrationsprogramm mitzumachen, welches sie begeistert und aufbaut. So entstand die Idee für das Pilotprojekt Level Up «Von psychisch Betroffenen für psychisch Betroffene».

### EINTRITT

Zuweisende Stellen

Wir bieten im hauseigenen E-Sport-Center das Pilotprojekt Level Up an. Hier treffen sich betroffene Jugendliche im Alter von 18 bis 25 Jahren ohne Erwerbstätigkeit und nehmen am Programm teil.

### STARTPHASE

(1 bis 3 Monate)

Das Programm Level Up beginnt mit gemeinsamem Gamen (keine Gewaltspiele, keine Shooting Games). Über die Spiele Minecraft oder Cities Skylines wird Teamfähigkeit, strategisches Denken, Problemlösungen, Prozessoptimierung geübt und gefördert. Der soziale Austausch unter den Teilnehmenden wird unterstützt, Gemeinschaft wird erfahren, Feedbackrunden und Themenworkshops runden das Angebot ab.

Nach dieser Startphase wird Schritt für Schritt die Gamezeit reduziert und die sozialen Fähigkeiten wie Eigeninitiative, Kommunikationsfähigkeit, Teamfähigkeit, Kritikfähigkeit, Begeisterungsfähigkeit gefördert.

### AUFBAU UND STABILISIERUNG

(4 bis 9 Monate)

In der Aufbauphase werden die Teilnehmer in den verschiedenen Werkstätten der Malia Stiftung mitwirken und erhalten eine Tagesstruktur. Alltagstätigkeiten nehmen immer mehr Platz ein; die Teilnehmer gehen einkaufen, kochen gemeinsam und essen zusammen. Unter agogischer Anleitung arbeiten die Teilnehmer selbstständig an Projekten oder Kundenaufträgen. Dank den unterschiedlichen Bereichen können neue Interessen und Fähigkeiten entdeckt, gefördert und gefestigt werden. Das Selbstvertrauen in das eigene Können wird gestärkt und die Isolation und Depression der Teilnehmenden gemindert oder überwunden.

### SCHLUSS- UND ZIELPHASE

(10-12 Monate)

Die Belastbarkeit, die Selbständigkeit und Arbeitsfähigkeit der Teilnehmenden werden stabilisiert und stetig aufgebaut. Fehlende Sozial-, Selbst- und Methodenkompetenzen werden aufgearbeitet. Schritt für Schritt beginnt jetzt das Bewerbungs- und Job Coaching. Erste Kontakte mit der Arbeitswelt werden geknüpft und Schnuppereinsätze oder Praktika absolviert. Durch Unterstützung der Jobcoaches und dem Berufsberater der IV wird der berufliche Einstieg vorbereitet und begleitet.

### AUSTRITT

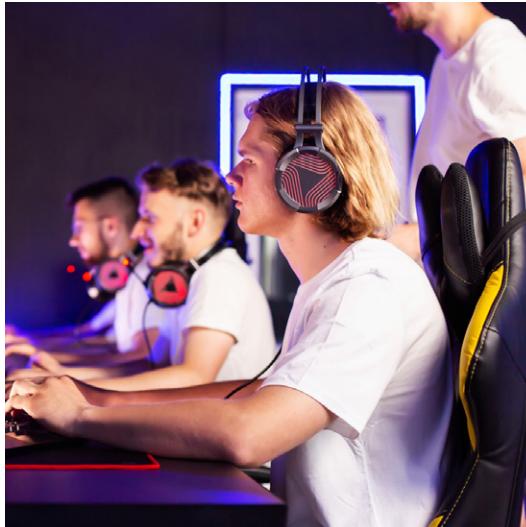
Die Jugendlichen konnten während des Programmes Level Up ihre sozialen Kontakte wieder aufbauen und eine feste Alltagsstruktur entwickeln. Zudem haben sie sich eine berufliche Perspektive geschaffen, sei es durch ein Praktikum, einen Lehrvertrag oder einen Arbeitsvertrag.



# LEVEL UP

E-SPORT CENTER MALIA STIFTUNG

Die Malia Stiftung schafft ideale Bedingungen, damit Jugendliche ihr Potenzial entfalten und eine selbstbestimmte Zukunft gestalten können. Die Jugendlichen sind unsere Zukunft und wir bieten ihnen dank dem einzigartigen Pilotprojekt Level Up neue Chancen und Perspektiven.



## E-Sport Center

Das E-Sport Center ist ein modern ausgestatteter Gaming-Bereich mit hochleistungsfähigen Computern und Racing-Simulatoren für ein erstklassiges Spielerlebnis.

## Vielfältige Arbeitsbereiche

Holzwerkstatt, Kreativ-Werkstatt, Floristik, Garten, Unterhalt, Küche, Hofladen, Konfektionierung, Office

## Psychosoziale Begleitung inkl. Reflexion

Unser qualifiziertes Fachpersonal erkennt die Stärken der Jugendlichen und begleitet sie gezielt, um ihr Selbstvertrauen nachhaltig zu stärken.

## Jobcoach im Haus

Unser Jobcoach begleitet und unterstützt die Jugendlichen kontinuierlich auf ihrem Weg in die Berufswelt. Damit ist eine reibungslose und konstante Betreuung gewährleistet.