

AKTION.TROCKEN APP

Hintergrund

- AKTION.TROCKEN seit 1979 in Vorarlberg
- Träger App: SUPRO, Caritas, Katholische Jugend und Jungschar, Familienverband
- Unterstützung durch Land Vorarlberg
- bereits im 2. Jahr
- 2016 haben über 3000 VorarlbergerInnen mitgemacht, es wurden 333 Gruppen gegründet und 54.799 alkoholfreie Tage gesammelt
- Fastenzeit 2017: 01. März - 15. April

Wie unterstützt die App die NutzerInnen in der Fastenzeit?

- mit Hilfe der App sammelt man alkoholfreie Tage, das Positive steht im Vordergrund
- Fördern von bewusstem Konsum und Konsumreflexion – nicht Abstinenz
- Verzicht erfordert Willensstärke. Die App soll dabei helfen selbstbestimmt über den eigenen Alkoholkonsum zu entscheiden
- die App dokumentiert auch jene Tage an denen man Alkohol getrunken hat und zeigt mit einem Blick, ob es ein spezielles Konsummuster oder spezielle Trinkanlässe gibt
- natürlich anonym, auf Datenschutz wurde geachtet

Gruppenfunktion für Unternehmen/Vereine/Familien/...

- Verzicht in der Gruppe kann sehr motivieren sein
- als Teil einer Gruppe sieht man nur seine eigenen Ergebnisse, die Einträge und Ergebnisse der anderen Gruppenmitglieder nicht - App dient nicht der Überwachung
- man kann sich selbst mit dem Gruppendurchschnitt vergleichen
- innovativer Zugang zur Gesundheitsförderung um bewussten, mündigen Konsum von Alkohol in den Mittelpunkt zu stellen
- kein Wettbewerb, da MitarbeiterInnen ehrlich ausfüllen sollen