Stufenschlüssel

Was muss ich tun um eine Stufe weiterzukommen?

Welche Privilegien erwarten mich?

Der Stufenschlüssel beantwortet deine Fragen

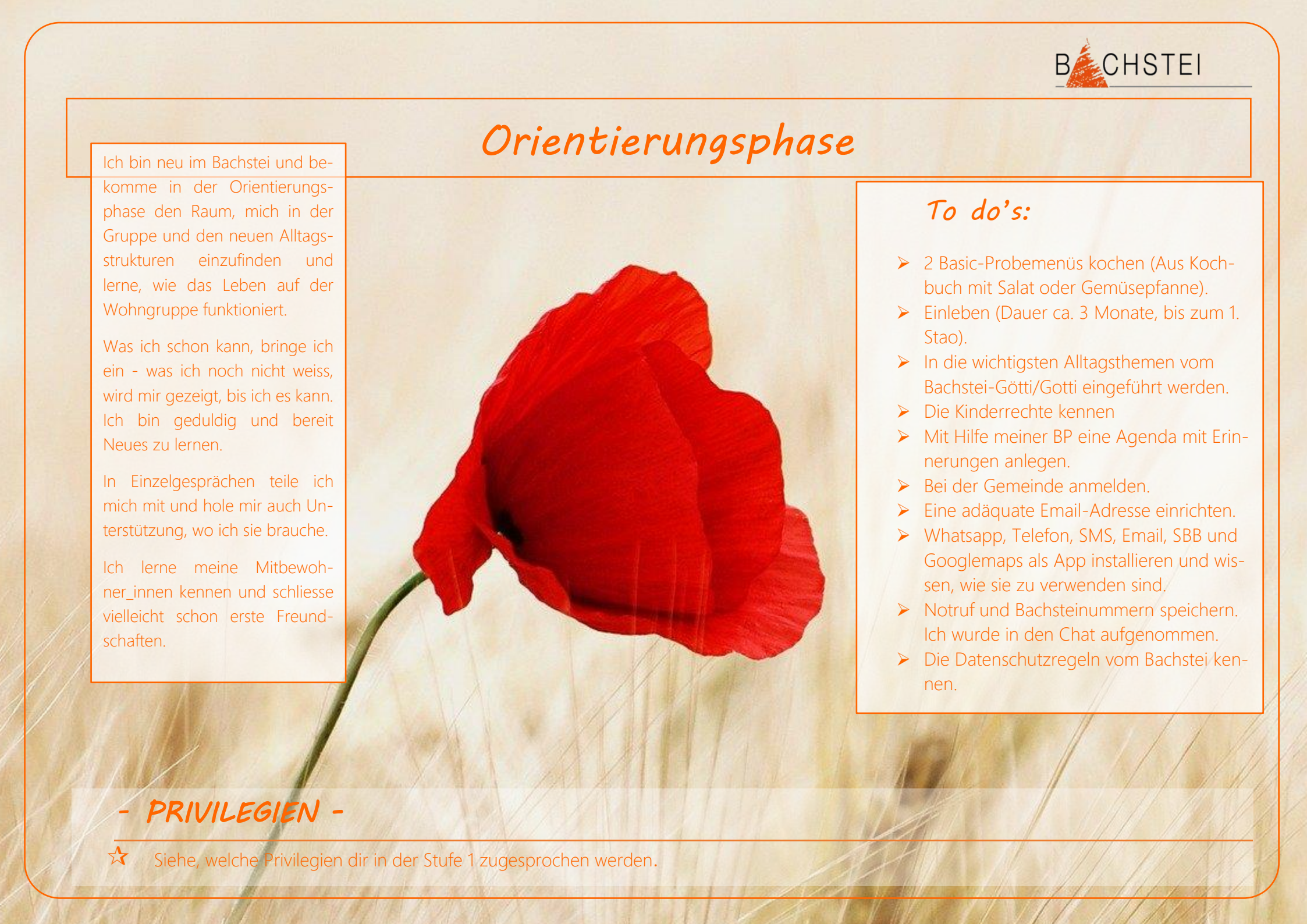
Orientierungsphase

Ich bin neu im Bachstei und bekomme in der Orientierungsphase den Raum, mich in der Gruppe und den neuen Alltagsstrukturen einzufinden und lerne, wie das Leben auf der Wohngruppe funktioniert.

Was ich schon kann, bringe ich ein - was ich noch nicht weiss, wird mir gezeigt, bis ich es kann. Ich bin geduldig und bereit Neues zu lernen.

In Einzelgesprächen teile ich mich mit und hole mir auch Unterstützung, wo ich sie brauche.

Ich lerne meine Mitbewohner_innen kennen und schliesse vielleicht schon erste Freundschaften.



To do's:

- 2 Basic-Probemenüs kochen (Aus Kochbuch mit Salat oder Gemüsepfanne).
- Einleben (Dauer ca. 3 Monate, bis zum 1. Stao).
- In die wichtigsten Alltagsthemen vom Bachstei-Götti/Gotti eingeführt werden.
- Die Kinderrechte kennen
- Mit Hilfe meiner BP eine Agenda mit Erinnerungen anlegen.
- Bei der Gemeinde anmelden.
- Eine adäquate Email-Adresse einrichten.
- Whatsapp, Telefon, SMS, Email, SBB und Googlemaps als App installieren und wissen, wie sie zu verwenden sind.
- Notruf und Bachsteinummern speichern. Ich wurde in den Chat aufgenommen.
- Die Datenschutzregeln vom Bachstei kennen.

- PRIVILEGIEN -

☆ Siehe, welche Privilegien dir in der Stufe 1 zugesprochen werden.

Tagesstruktur:

- ☑ Ich werde, **wenn nötig** noch von den Teamer_innen **geweckt**.
- ☑ Ich **führe** meine **Agenda** mithilfe meiner Bezugsperson und **halte** meine **Termine** ein. Zu gewissen Terminen werde ich noch begleitet. Die Teamer_innen helfen mir beim An- und Abmelden bei einer Verhinderung.
- ☑ Wenn ich in den Bachstei zurückkehre **melde** ich mich bei den Teamer_innen **an**, entsprechend **melde** ich mich **ab**, wenn ich das Haus verlasse. Die Teamer_innen erinnern mich wenn nötig daran.
- ☑ Ich mache meine **Hausaufgaben**, die Teamer_innen kontrollieren diese regelmässig. Wenn nötig, hole ich mir Unterstützung.

Sozialkompetenzen:

- ☑ Ich eigne mir gesellschaftsübliche **Umgangsformen** an.
- ☑ Ich nehme **regelmässig** an den **Einzelgesprächen** und **Gruppenaktivitäten** teil.
- ☑ Ich **reflektiere** meine sozialen Kontakte und Freundschaften mit meiner Bezugsperson.
- ☑ Ich wende **keine verbale oder nonverbale Gewalt** an. Gefühle bespreche ich mit meiner BP. Ich äussere mich **respektvoll** gegenüber meiner Mitmenschen. Wenn nötig, werde ich darauf hingewiesen.
- ☑ Ich **bespreche** mit meiner BP die **Themen Rassismus, Sexismus, Diskriminierung und Gewalt**.
- ☑ Ich **kenne** meine **Grundrechte** und weiss, an wen ich mich wenden kann, wenn ich mich in ebendiesen beschnitten fühle.

Gesundheit:

- ☑ Ich putze meine Zähne, dusche jeden Tag, wasche meine Haare, pflege meine Nägel. Brauche eventuell noch Aufforderung und Kontrolle.
- ☑ Ich trage **saubere**, **angemessene** und **wetterentsprechende Kleidung**, muss eventuell noch darauf hingewiesen werden.
- ☑ Ich eigne mir Wissen zu einer **gesunden Ernährung** an. Meine BP unterstützt mich dabei.
- ☑ Mit meiner BP bespreche ich Themen der **Sexualität** (Verhütung, Gesundheitsvorsorge).
- ☑ Ich setze mich mit verschiedenen **Suchtmitteln** und deren Konsequenzen auseinander. UP gebe ich diskussionslos ab.

Alltagsbewältigung:

- ☑ Ich mache meine **Ämtli** nach Anleitung und bei Bedarf mit Unterstützung. Wenn nötig werde ich noch ermahnt.
- ☑ Ich räume mein **Zimmer** regelmässig auf. Wenn nötig werde ich dazu aufgefordert. Ich kann dabei auch unterstützt werden.
- ☑ Ich schliesse mein Zimmer selbständig ab und kann den **Schlüssel** am Schlüsselbrett deponieren. Wenn ich es vergesse, erinnern mich die Teamer_innen daran.
- ☑ Ich **wasche** meine **Kleidung** gemäss Waschplan und räume sie in meinen Schrank. Ich bekomme Unterstützung, wenn ich sie brauche. Die Waschküche hinterlasse ich sauber und aufgeräumt. Eventuell werde ich dazu aufgefordert.
- ☑ Ich **übe das Kochen** mit Hilfe der Teamer_innen und kann schliesslich zwei Basic-Menüs aus dem BS-Kochbuch.

Finanzen:

- ☑ Ich teile mein **Budget** mit Hilfe meiner BP ein.
- ☑ Meine BP **begleitet** mich beim **Einzahlen der Rechnungen**.
- ☑ Meine **Dokumente** werden durch meine **BP verwaltet**.

Freizeitgestaltung:

- ☑ Ich setze mich mit Hilfe der Teamer_innen mit meiner **Freizeitgestaltung** auseinander.

Medienkompetenz:

- ☑ Ich **bespreche** mit meiner BP Themen bezüglich meiner **Mediennutzung** und **respektvollem Verhalten** in **sozialen Medien**.
- ☑ **Termine** trage ich in meinem **Kalender auf dem Handy** ein und kann mir Erinnerungen einrichten. Ich **kenne** mich mit Apps **wie Whatsapp, SBB, Google Maps, SMS und Mail** aus.
- ☑ Ich **habe die Notruf- und Bachsteinummern abgespeichert**.
- ☑ Ich **kenne Datenschutzbestimmungen**, habe einen **Virenschutz** und kenne sichere **Möglichkeiten zur Datensicherung**.

Stufe 1

Ich kenne nun das Leben in der Wohngruppe. Auf manches muss ich noch hingewiesen werden, der grössere Teil klappt jedoch schon selbständig.

Ich lerne und bin kooperativ. Meine Ideen bringe ich im Alltag mit ein.

Ich reflektiere meine Umgangsformen mit meiner Bezugsperson und bin bereit, mir Ziele zu setzen. Ich möchte herausfinden, was mir gut liegt und was ich noch lernen möchte.

To do's:

- 2 Probemenüs kochen (1 vegetarisch/1 Fleisch. Aus Kochbuch Menu bis Stufe 1. Mit Salat oder Gemüsepfanne).
- Ich besitze ein Akkuladegerät sowie eine Powerbank und habe mein Handy immerzu funktionstüchtig.

- PRIVILEGIEN -

- ☆ 1 zusätzlicher Ausgang / Monat
- ☆ Verlängerter Ausgang nach Antrag
- ☆ Auswärtsübernachtung nach Antrag für die Teamsitzung
- ☆ Ämtlifrei im Turnus
- ☆ 1 Joker / Kalenderjahr Sonntagssitzung

Stufenschlüssel

Tagesstruktur:

- ☑ Ich werde **maximal zweimal pro Monat** noch von den Teamer_innen **geweckt**.
- ☑ Ich **führe** meine **Agenda** mit Hilfe und Kontrolle meiner BP und **halte** meine **Termine** püntklich ein.
- ☑ Wenn ich in den Bachstei zurückkehre **melde** ich mich bei den Teamer_innen **an**, entsprechend **melde** ich mich **ab**, wenn ich das Haus verlasse. Evtl. brauche ich noch Erinnerung.
- ☑ Ich mache meine **Hausaufgaben** und **zeige** diese **selbständig** den Teamer_innen. Ich hole mir Unterstützung, wo nötig.

Sozialkompetenzen:

- ☑ Ich wende gesellschaftsübliche **Umgangsformen** an.
- ☑ Ich bringe mich **vermehrt** im Zusammenleben der Gruppe ein. Die **Einzelgespräche** funktionieren ohne Aufforderung.
- ☑ Ich **erkenne** meine **Gefühle** zunehmend und **übe** diese **mitzuteilen**.
- ☑ Ich **höre zu und lasse andere ausreden**. Meine **Lautstärke** passe ich der Situation an. Ich **reflektiere** die Art meiner **Kommunikation** und **Interaktion** mit meiner BP.
- ☑ Ich **reflektiere** mit Hilfe meiner BP mein **eigenes Verhalten** bezüglich **Rassismus, Sexismus, Diskriminierung** und **Gewalt**.

Gesundheit:

- ☑ Ich **putze** meine **Zähne**, **dusche** ausreichend, wasche meine **Haare**, pflege meine **Nägel** selbständig.
- ☑ Ich **trage** selbstverständlich **saubere**, **angemessene** und **wetterentsprechende Kleidung**.
- ☑ Ich **ernähre** mich regelmässig **gesund**. Eventuell brauche ich dazu noch ein wenig Unterstützung oder Ideen.
- ☑ Ich **nehme** aktiv an den **Themenabenden «Sexualität» teil** und **setze** mich mit meiner **Sexualität auseinander**.
- ☑ Ich **kenne** meine **Affinitäten** oder **Abhängigkeiten**. UP gebe ich diskussionslos ab.

Alltagsbewältigung:

- ☑ Ich **mache** meine **Ämtli** selbständig und **gut**. Manchmal muss ich noch auf **Verbesserungsmöglichkeiten hingewiesen** werden.
- ☑ Ich **halte** mein **Zimmer sauber** und **aufgeräumt**. Wenn nötig, werde ich noch daran **erinnert**.
- ☑ Ich **schliesse** mein **Zimmer selbständig ab,** wenn ich ausser Haus bin und kann den **Schlüssel** am Schlüsselbrett deponieren.
- ☑ Ich **wasche** meine **Kleidung** gemäss Waschplan und **räume** sie selbständig in meinen **Schrank**. Die **Waschküche hinterlasse** ich **sauber** und **aufgeräumt**. Wenn nötig werde ich dazu aufgefordert.
- ☑ Ich übe **zwei Menüs**, eines v**egetarisch**, das andere mit **Fleisch**, im BS-Kochbuch bis **Stufe 1**.

Finanzen:

- ☑ Ich teile mein **Budget** selbst ein und beachte die Tipps meiner Bezugsperson.
- ☑ Ich zahle meine **Rechnungen** selbständig ein. Meine BP kontrolliert dies noch.
- ☑ Meine **Dokumente verwaltet** noch meine **BP**.

Freizeitgestaltung:

- ☑ Ich **probiere** eine aktive, nicht konsumorientierte **Freizeitgestaltung aus**, welche mir gut tut.

Medienkompetenz:

- ☑ Ich nehme aktiv an den **Medienabenden** teil. Ich **kenne** mein **persönliches Mediennutzungsverhalten** und habe dies mit meiner BP reflektiert.
- ☑ Ich **stelle sicher**, dass ich das Haus mit einem **funktionstüchtigen Handy** verlasse und ich eine **Akkuladungsmöglichkeit** dabeihabe.

Stufe 2

Ich erledige meine Pflichten selbständig und muss kaum erinnert werden. Ich stehe selbständig auf und verlasse pünktlich, geduscht und mit frischen Kleidern das Haus.

Auf mich ist Verlass, Abmachungen halte ich ein. Ich verstehe, dass ich mehr Freiheiten erhalte, wenn ich mich zuverlässig zeige. Es ist ein Geben und Nehmen.

To do's:

- 2 Probemenüs (1 vegetarisch/1 Fleisch. Aus Kochbuch bis Stufe 2. Entweder 2 Salate oder 1 Salat und 1 Gemüsepfanne).
- Ich habe Word, Excel, PPT. mit meiner BP besprochen.
- Ich habe mit meiner BP einen Adminordner angelegt.
- Ich habe innerhalb eines Monats den Durchschnittt 2,5 bei der Zimmerbewertung erzielt.

- PRIVILEGIEN -

- ☆ 2 zusätzliche Ausgänge / Monat (Dauer gemäss Alter, Grundsätzlich keine Ausgänge nach LA, Themen und Sonntagssitzungen)
- ☆ 1 verlängerter Ausgang / Monat
- ☆ Auswärtsübernachtungen nach Planung mit BP
- ☆ Kochfrei im Turnus
- ☆ Das Budget wird mir in 2 Hälften (ausgenommen TG und Spareinlagen) zur selbstverantwortlichen Verfügung ausbezahlt. Ein eigenes Konto wird nun möglich.
- ☆ 1 zusätzlicher Joker Sonntagssitzung bei Stufenanstieg
- ☆ Antrag für Studio möglich

Stufenschlüssel

Tagesstruktur:

- ☑ Ich **stehe** selbständig **auf**.
- ☑ Ich **führe** meine **Agenda** selbständig und **halte** meine **Termine** ein. Ich teile sie den Teamer_innen mit.
- ☑ Ich mache meine **Hausaufgaben** selbständig.

Sozialkompetenzen:

- ☑ Gesellschaftsübliche **Umgangsformen** sind für mich **selbstverständlich**.
- ☑ Ich übernehme Mitverantwortung für eine **konstruktive Stimmung in der Gruppe** und **Einzelgespräche** funktionieren ohne Aufforderung.
- ☑ Ich **öffne mich** für **positive Kontakte**.
- ☑ Ich **setze mich** mit meinen **Handlungsmustern auseinander**.
- ☑ Ich **lasse mich nicht provozieren** und bin mir **bewusst**, wie ich mit meinen **Äusserungen** auf andere wirke. Ich **eigne** mir mit Hilfe der BP **neue Kommunikationsstrategien an**.
- ☑ Ich **akzeptiere** andere Menschen in ihrer **Eigenart**. Ich **setze mich** mit Hilfe meiner BP mit **Gesetzesgrundlagen (Gewalt) auseinander**.

Gesundheit:

- ☑ Ich **putze** meine **Zähne**, **dusche** jeden Tag, wasche meine **Haare**, pflege meine **Nägel selbständig**.
- ☑ Ich trage selbstverständlich **saubere**, angemessene und wetterentsprechende **Kleidung**. Ich **plane** meinen **Kleiderkauf** so, dass ich ausreichend **jahreszeitgerechte Kleidung** besitze.
- ☑ Ich **ernähre** mich in der Regel **gesund** und **achte** auf **ökologische Aspekte**.
- ☑ Ich habe mir **ein umfassendes Wissen** bezüglich einer **verantwortungsbewussten Sexualität angeeignet**.
- ☑ Ich **lerne** gesunde **alternative Strategien** in Bezug auf meine **Affinitäten** oder **Abhängigkeiten**. UP gebe ich diskussionslos ab.

Alltagsbewältigung:

- ☑ Ich mache meine **Ämtli** selbständig, gut und ohne Ermahnung.
- ☑ Ich habe mein **Zimmer wohnlich** eingerichtet. Am **Mittwoch** sind **alle Punkte erfüllt**. Im **letzten Monat** hatte ich einen **Durchschnitt von 2,5** erzielt.
- ☑ Ich **schliesse** mein **Zimmer selbständig ab** und kann meinen **Schlüssel** am Schlüsselbrett **deponieren**.
- ☑ Ich **wasche gemäss Waschplan** und **verräume die Kleider** selbständig. Die **Waschküche** hinterlasse ich **aufgeräumt** und **sauber**.
- ☑ Ich übe **zwei Menüs**, eines v**egetarisch**, das andere mit **Fleisch**, im BS-Kochbuch bis **Stufe 2**.

Finanzen:

- ☑ Ich **reflektiere** meine **monatlichen Ausgaben** mit meiner BP.
- ☑ Ich **erledige** meine **Einzahlungen selbständig**.
- ☑ **Belege** und **Dokumente** verwalte ich **selbständig** unter der **Anleitung** meiner **BP**.

Freizeitgestaltung:

- ☑ Ich **pflege** eine **regelmässige**, **nicht konsumorientierte Freizeitgestaltung**.

Medienkompetenz:

- ☑ Ich **kenne**, wenn nötig, **Alternativstrategien**, um meinen persönlichen **Medienkonsum** zu **reduzieren**.
- ☑ Ich **bespreche** mit meiner BP **Officeprogramme**, Word, Excel & Powerpoint, **welche** ich noch **anschauen möchte**/muss.

Stufe 3

Meine Mitbewohner_innen und das Team können sich auf mich verlassen und haben Vertrauen in mich.

Ich kann abschätzen, wie selbständig ich bin, was ich kann und wo ich noch Unterstützung brauche.

Ich denke daran, meine Rechnungen pünktlich zu bezahlen. Ich setze mich damit auseinander, was es noch braucht, um selbständig wohnen zu können. Den Zimmerschlüssel trage ich auf mir.

Ich kenne meine eigenen und fremdbestimmte Grenzen und kann diese einhalten.

To do's:

- 2 Probemenüs (1 vegetarisch/1 Fleisch. Aus Kochbuch bis Stufe 3. Entweder 2 Salate oder 1 Salat und 1 Gemüsepfanne).
- Ich habe ein Konto eröffnet.
- Ich habe meine Logins bereit für den Überblick von z.B. Handyrechnungen.
- Ich habe je nach Alter «Endlich 18» bearbeitet.

- PRIVILEGIEN -

- ☆ 4 zusätzliche Ausgänge / Monat (Dauer gemäss Alter, Grundsätzlich keine Ausgänge nach LA, Themen und Sonntagssitzungen)
- ☆ 2 verlängerte Ausgänge / Monat (nach Absprache mit Schlüssel)
- ☆ Spontane Auswärtsübernachtungen nach Absprache mit dem Team möglich.
- ☆ Zimmer eigenverantwortlich (ohne Bewertung, 1x wöchentlich Zimmerämtli)
- ☆ Samstagkochen entbunden
- ☆ Muss nicht an den Mahlzeiten teilnehmen
- ☆ Ganzes Budget ohne TG und Spareinlagen zur selbstverantwortlichen Einteilung, mit Konto und eBanking möglich.
- ☆ Monatliches Essensgeld
- ☆ Antrag für Studio mit Schlüssel oder AWG möglich.
- ☆ 1 zusätzlicher Joker Sonntagsitzung bei Stufenanstieg
- ☆ Lernabend vorziehen oder eigenständig im Zimmer möglich.

Stufenschlüssel

Tagesstruktur:

- ☑ Ich **stehe** selbständig **auf**.
- ☑ Ich **führe** meine **Agenda** selbständig und **halte** meine **Termine** ein. Ich teile sie den Teamer_innen mit.
- ☑ Ich mache meine **Hausaufgaben** und **lerne** selbständig. Wenn nötig hole ich mir Unterstützung.

Sozialkompetenzen:

- ☑ Gesellschaftsübliche **Umgangsformen** sind für mich **selbstverständlich**.
- ☑ Ich **bin mir** meiner **Vorbildfunktion** bewusst.
- ☑ Ich **pflege positive Kontakte in- und ausserhalb** der **Wohngruppe.**
- ☑ Ich **teile** meine **Gefühle mit und eigne mir** hilfreiche **Bewältigungsstrategien an.**
- ☑ Ich **frage** bei **Unklarheiten** aktiv **nach und teile mit, wenn** mich **etwas stört.**
- ☑ Ich **akzeptiere** andere Menschen in ihrer **Eigenart**. Ich setze mich mit Hilfe meiner BP **mit Gesetzesgrundlagen (Gewalt) auseinander**.

Gesundheit:

- ☑ Ich **putze** meine **Zähne**, **dusche** jeden Tag, wasche meine **Haare**, pflege meine **Nägel selbständig**.
- ☑ Ich **verwalte** meinen **Kleiderschrank selbständig** und besitze **ausreichend jahreszeitgerechte Kleidung**.
- ☑ Ich **ernähre** mich in der Regel **gesund** und **achte** auf **ökologische Aspekte**.
- ☑ Ich **kann** meine eigene **individuelle Rolle** zunehmend **reflektieren** und mich mit dem **Rollenbild** in der **Gesellschaft auseinandersetzen**.
- ☑ Ich **setze** vermehrt gesunde **alternative Strategien** in Bezug auf meine **Affinitäten** oder **Abhängigkeiten um**. UP gebe ich diskussionslos ab.

Alltagsbewältigung:

- ☑ Ich trage **Mitverantwortung** für **Ordnung** und **Haushalt**.
- ☑ Ich halte mein **Zimmer selbständig sauber** und **aufgeräumt**.
- ☑ Ich **schliesse** mein **Zimmer selbständig ab**. Den **Schlüssel** für die **Eingangstüre behalte** ich immer **auf mir**.
- ☑ Ich **wasche gemäss Waschplan** und **verräume die Kleider** selbständig. Die **Waschküche** hinterlasse ich **aufgeräumt** und **sauber**.
- ☑ Ich übe **zwei Menüs**, eines v**egetarisch**, das andere mit **Fleisch**, im BS-Kochbuch bis **Stufe 3**.

Finanzen:

- ☑ Ich **habe** einen **guten Überblick über** meine **Finanzen** und **verwalte** diese **eigenständig.**
- ☑ Ich **erledige** und **verwalte** meine **Einzahlungen selbständig** über das **eBanking.**

Freizeitgestaltung:

- ☑ Ich **pflege** eine **regelmässige**, **nicht konsumorientierte Freizeitgestaltung**.

Medienkompetenz:

- ☑ Ich **pflege** einen **massvollen** und **inhaltlich angemessenen Umgang** mit **Medien.**
- ☑ Ich **verfüge** über einen **Onlinezugang zu** meiner **Handyrechnung, kann** offene **Rechnungen** so **begleichen.** Kann **Nummern sperren und kenne** die **Vertragslandschaft.**

Stufe 4

Ich arbeite auf Augenhöhe mit den Teamer_innen und nehme deren Coaching dankbar an, um weiterhin an meiner Selbständigkeit zu arbeiten. Ich eigne mir noch an, was ich für das selbständige Leben brauche.

Ich bin mir bewusst, dass ich nun eine Art Vorbildfunktion für die anderen in der Gruppe übernehme.

Mit dem Hausschlüssel gehe ich verantwortungsvoll um und ich nehme mir meine Ausgänge bedacht.

Ich zeige, dass weiterhin Verlass ist auf mich.

To do's:

- 1 Probemenü (4 Gänge. Aus dem Kochbuch bis Stufe 4. Entweder 2 Salate oder 1 Salat und 1 Gemüsepfanne).
- Je nach Alter «endlich 18» bearbeitet haben.
- Ich kenne meine Krankenkassenpolice.
- Ich bin an der Fahrprüfung dran.
- Ich weiss, wie ich eine Steuererklärung ausfüllen kann.
- Ich habe Logins zu Plattformen wie Krankenkasse, Steuererklärung, Homegate und Comparis.

- PRIVILEGIEN -

- ☆ Eigenverantwortlich Ausgang, nach Sonntagssitzung und Lernabend Ausgang möglich.
- ☆ Verlängerte Ausgänge selbstverantwortlich, unter der Woche gilt um 23 Uhr Nachtruhe.
- ☆ Schlüssel dauerhaft möglich
- ☆ Ämtli ohne Kontrolle abgeben oder per AWG-Sitzung
- ☆ Ganzes Budget mit TG (ohne Spareinlagen) zur selbstverantwortlichen Einteilung mit Konto und eBanking.
- ☆ 1 zusätzlicher Joker Sonntagssitzung bei Stufenanstieg
- ☆ Lernabend freiwillig und nur mit Anmeldung

Stufenschlüssel

Tagesstruktur:

- ☑ Ich **stehe** selbständig **auf**.
- ☑ Ich **handhabe** meine **Termine selbständig.**
- ☑ Ich **komme aktiv** auf die **Teamer_innen** zu, wenn ich **Unterstützung** zum **Lernen** brauche.

Sozialkompetenzen:

- ☑ Ich **pflege** ein **tolerantes** und **rücksichtsvolles Zusammenleben** mit meiner_meinem **WG-Partner_in** und meinen **Nachbarn**.
- ☑ Ich **bin mir** meiner **Vorbildfunktion** bewusst und **nehme** diese aktiv **wahr**. **Ich wende zunehmend positive Bewältigungsstrategien** an.
- ☑ Ich **pflege positive Kontakte in- und ausserhalb** der **Wohngruppe.**
- ☑ Ich **kann Bedürfnisse äussern** und **Kompromisse finden.** Ich **kann** den **Standpunkt** meines **Gegenübers nachvollziehen** und **friedlich argumentieren.**
- ☑ Ich **akzeptiere** andere Menschen in ihrer **Eigenart**. Ich setze mich mit Hilfe meiner BP **mit Gesetzesgrundlagen (Gewalt) auseinander**.

Gesundheit:

- ☑ Ich **putze** meine **Zähne**, **dusche** jeden Tag, wasche meine **Haare**, pflege meine **Nägel selbständig**.
- ☑ Ich **verwalte** meinen **Kleiderschrank selbständig** und besitze **ausreichend jahreszeitgerechte Kleidung**.
- ☑ Ich **erkenne die Auswirkung** meiner **Ernährung** auf mein **Wohlbefinden**.
- ☑ Die **Bedeutung** einer **selbstbestimmten**, **lustvollen** und **verantwortungsvollen Sexualität** ist mir zunehmend **bewusster**.
- ☑ Ich **setze** vermehrt gesunde **alternative Strategien** in Bezug auf meine **Affinitäten** oder **Abhängigkeiten um**. UP gebe ich diskussionslos ab.

Alltagsbewältigung:

- ☑ Ich **organisiere** mit meinem/r **WG-Partner/in selbständig** die anfallenden **Haushaltsaufgaben**.
- ☑ Zum **Abnahmetermin** des BS sind alle **Hausarbeiten erledigt**.
- ☑ Ich **melde selbständig**, wenn ein **Defekt** vorhanden ist.
- ☑ Mein Zimmer ist **wohnlich** und alltagstauglich eingerichtet.
- ☑ Ich **schliesse** die **Wohnung** selbstverständlich **ab** und trage den **Schlüssel auf mir**.
- ☑ Ich **wasche gemäss Waschplan** des **Wohnhauses**. Die **Waschküche** hinterlasse ich **aufgeräumt** und **sauber**.

Finanzen:

- ☑ Ich **plane** meine **Finanzen selbständig** (Jahreskarte, Fahrprüfung etc.).
- ☑ Ich habe einen **guten Überblick** über meine **Dokumente** und **Belege** und **verwalte** diese **selbständig**.

Freizeitgestaltung:

- ☑ Im **Alltag versuche** ich bewusst **Ausgleich** und **Erholung zu finden.**

Medienkompetenz:

- ☑ Ich **pflege** einen **massvollen** und **inhaltlich angemessenen Umgang** mit **Medien.**
- ☑ Ich **richte** mir die digitalen **Plattformen** zur Erledigung diverser Handlungen **ein**. Krankenkasse, Steuererklärung, Vergleichsportale wie Comparis oder Homegate etc.

Stufe 5

Ich kann meinen Alltag selbständig bestreiten und verwalte mein Geld sowie meine Dokumente eigenverantwortlich.

Meine Termine halte ich zuverlässig ein.

Ich habe ein gepflegtes Erscheinungsbild, ernähre mich in der Regel gesund und pflege einen bewussten Umgang mit Sexualität, Suchtmittel und Medien.

Ich bin in gutem Kontakt mit meiner BP und hole mir Unterstützung, falls ich welche brauche.

Ich bin über die wichtigsten Versicherungen, über Abstimmung und Steuern informiert.

Ich mache mir Gedanken über zukünftige Lebensentwürfe.

To do's:

- 1 Probemenü für die Gruppe (4 Gänge. Aus dem Kochbuch bis Stufe 5. Entweder 2 Salate oder 1 Salat und 1 Gemüsepfanne)
- Ich kann Krankenkassenpolicen vergleichen und neu beantragen.
- Ich weiss, wie ich einen Vertrag abschliessen und wieder auflösen kann.
- Sonntags-Aktivität für die Gruppe planen

- PRIVILEGIEN -

- ☆ Ausgang selbständig beziehbar, jedoch mit Mitteilung ans Team. Teilnahme an Sonntagssitzung, LA und Aktivitäten mit Anmeldung.
- ☆ Eigener Schlüssel
- ☆ Eigene Ferien anstelle von Sommerlager, Wander- und Skiweekend, wenn selbständige Organisation.
- ☆ Selbstverantwortliche Budgeteinteilung mit Konto

Tagesstruktur:

- ☑ Ich **stehe** selbständig **auf**.
- ☑ Ich **handhabe** meine **Termine selbständig** und **begleite andere Jugendliche** bei ihren**, falls gewünscht.**
- ☑ Ich **komme aktiv** auf die **Teamer_innen** zu, wenn ich **Unterstützung** zum **Lernen** brauche. Ich **biete** anderen **Jugendlichen** meine **Hilfe an**.

Sozialkompetenzen:

- ☑ Ich **pflege** ein **tolerantes** und **rücksichtsvolles Zusammenleben** mit meiner/m **WG-Partner/in** und meinen **Nachbarn**.
- ☑ Ich bin nun eine **verantwortungsbewusste, integrierte Person** in der **Gesellschaft** und setze mich mit meinen Rollen auseinander.
- ☑ **Ich** kann in **Achtsamkeit** mit meinen **eigenen Gefühlen,** auf die **Gefühle** meines **Gegenübers eingehen.**
- ☑ **Ich lerne** meine **eigenen Anteile** einer Situation und **diejenigen des Gegenübers** zu differenzieren und **anzuerkennen.**
- ☑ **Soziale Kontakte ausserhalb der Wohngruppe** werden **zunehmend wichtiger.**
- ☑ Ich **setze** mich für **diskriminierte Menschen ein** und schreite bei Sexismus und –Rassismus beherzt ein**.** Ich weiss, was **Zivilcourage** ist**.**

Gesundheit:

- ☑ Ich **putze** meine **Zähne**, **dusche** jeden Tag, wasche meine **Haare**, pflege meine **Nägel selbständig**.
- ☑ Ich **setze** mich mit der **Thematik Nachhaltigkeit auseinander**.
- ☑ Ich **erkenne die Auswirkung** meiner **Ernährung** auf mein **Wohlbefinden.**
- ☑ Die **Bedeutung** einer **selbstbestimmten**, **lustvollen** und **verantwortungsvollen Sexualität** ist mir zunehmend **bewusster**.
- ☑ Ich **habe einen massvollen Umgang** mit **Suchtmitteln**. Um meine Affinitäten oder Abhängigkeiten unter **Kontrolle** zu haben, **setze** ich meine **alternativen Strategien ein**.

Alltagsbewältigung:

- ☑ Ich **organisiere** mit meinem/r **WG-Partner/in selbständig** die anfallenden **Haushaltsaufgaben**.
- ☑ Zum **Abnahmetermin** des BS sind alle **Hausarbeiten erledigt**.
- ☑ Ich **melde selbständig**, wenn ein **Defekt** vorhanden ist.
- ☑ Mein **Zimmer** ist **wohnlich** und alltagstauglich eingerichtet.
- ☑ Ich **schliesse** die **Wohnung** selbstverständlich **ab** und trage den **Schlüssel auf mir**.
- ☑ Ich **wasche gemäss Waschplan** des **Wohnhauses**. Die **Waschküche** hinterlasse ich **aufgeräumt** und **sauber**.

Finanzen:

- ☑ Ich **plane** meine **Finanzen selbständig** (Jahreskarte, Fahrprüfung etc.).
- ☑ Ich habe einen **guten Überblick** über meine **Dokumente** und **Belege** und **verwalte** diese **selbständig**.

Freizeitgestaltung:

- ☑ Im **Alltag versuche** ich bewusst **Ausgleich** und **Erholung zu finden.**
- ☑ Ich **plane** und **organisiere** meine **Ferien selbständig**.

Medienkompetenz:

- ☑ Ich **pflege** einen **massvollen** und **inhaltlich angemessenen Umgang** mit **Medien.**
- ☑ Ich **achte** darauf, dass im **Gruppenchat** die **Regeln** eingehalten werden und wehre mich **aktiv gegen Mobbing und Diskriminierung**.
- ☑ Ich **richte** mir die digitalen **Plattformen** zur Erledigung diverser Handlungen **ein**. Krankenkasse, Steuererklärung, Vergleichsportale wie Comparis oder Homegate etc.

Austrittsphase

Ich werde in absehbarer Zeit austreten. Ich gehe mutig meiner Zukunft entgegen und bespreche mit den Teamer_innen was wichtig ist für mich und an welchen Strukturen ich weiterhin teilnehme. Mein Ziel ist ein guter Austritt aus dem Bachstei.

Ich habe individuelle Lösungen und Reglungen. Ich achte auf Fairness gegenüber der Gruppe und nutzte meinen Sonderstatus nicht aus.

Nun geht es darum noch möglichst vom Bachstei zu profitieren und alles für meine Zeit nach dem Bachstei aufzugleisen.

Fragen und To do's:

- Wo werde ich wohnen?
- Habe ich sichergestellt, dass die Schule und Arbeit reibungslos weiterlaufen?
- Brauche ich einen Beistand?
- Wie sind meine Finanzen geregelt?
- Bin ich beim «Endlich 18»-Tool die wichtigsten Punkte durchgegangen?
- Habe ich meine Papiere zusammen? Z.B. Zeugnisse, Versicherungspolicen, Abos, Passwörter usw.?
- Wie soll der Abschied von den Jugendlichen & SP sein? Planen.
- Welche Kontakte möchte ich weiterhin pflegen?
- Habe ich die wichtigsten Telefonnummern gespeichert?
- Habe ich meinen Ordner mit meiner BP durchgesehen?
- Sind meine Finanzen bereinigt und steht mir evtl. Erspartes für den Auszug zur Verfügung?
- Wie erstelle ich eine Budgetplanung?

Stufenschlüssel

Tagesstruktur:

- ☑ Was brauche ich noch an Unterstützung?
- ☑ Was möchte ich unbedingt noch trainieren?
- ☑ Brauche ich Nachhilfe nach Austritt? Mit wem kann ich lernen?
- ☑ Habe ich einen funktionierenden Kalender? Habe ich alle Termine eingetragen?

Sozialkompetenzen:

- ☑ Ich möchte einen guten Abschluss im Bachstei.
- ☑ Wie möchte ich mit den Menschen umgehen, mit denen ich zukünftig zusammenlebe? Was muss ich noch lernen?

Gesundheit:

- ☑ Habe ich noch offene Arzttermine? Wo werde ich zukünftig zum Arzt/Zahnarzt/Physiotherapie/Frauenarzt usw. gehen.
- ☑ Kann ich gesund leben? Muss ich noch was lernen?
- ☑ Habe ich Medikamente? Wo kann ich die zukünftig beziehen? Kann ich die Medikamente regelmässig und selbständig einnehmen?

Alltagsbewältigung:

- ☑ Gibt es noch was Dringendes oder Wichtiges zu lernen?

Finanzen:

- ☑ Habe ich meine Finanzen im Griff?
- ☑ Brauche ich zukünftig Hilfe und Unterstützung?

Freizeitgestaltung:

- ☑ Habe ich Peers ausserhalb des Bachstei?
- ☑ Habe ich Sozialkontakte, mit welchen ich zukünftig leben werde?
- ☑ Was mache ich in der Freizeit, wenn der Bachstei nicht mehr die Struktur vorgibt?

Medienkompetenz:

- ☑ Habe ich einen guten und günstigen Handyvertrag?
- ☑ Habe ich meinen Medienkonsum im Griff?