

WORKSHOP-ANGEBOT FÜR STEIRISCHE SCHULEN UND JUGENDEINRICHTUNGEN



Jetzt neu –

„Jetzt geht’s um mich! Liebe, Selbstbestimmung und mein Körper“

ein sexualpädagogischer Online-Basis-
Workshop für Mädchen ab 12 Jahren

Haben Ihre Schülerinnen/Mädchen Fragen wie*:

- Wieso bekommen Frauen ihre Tage/Menstruation und warum gibt es Regelschmerzen?
- Was bedeutet Vulva/Vagina/Klitoris/Harnröhre/Gebärmutter?
- Geht Liebeskummer jemals vorbei?
- Was ist das Hymen/„Jungfernhäutchen“?
- Wann muss ich zum/r Frauenarzt/ärztin und wie läuft der erste Besuch ab?
- Welche Verhütungsmittel gibt es? Wie komme ich zu diesen?
- Wann darf ich „NEIN“ sagen? Und wann „JA“?

Dann sind Sie richtig bei unserem neuen Online-Angebot!

Zur Vorbereitung des Workshops gibt es einen Fragebogen, den die Mädchen alleine und für sich oder gemeinsam mit einer Freundin, Geschwistern oder den Eltern ausfüllen können. Diese Fragen werden dann im Workshop bearbeitet und mit Erklärvideos, einem Online-Quiz und Präsentationen aufgelockert.

*Antworten zu diesen und weiteren
Fragen gibt’s vorab unter:
www.daschauher.info



DIE RAHMENBEDINGUNGEN zum Online-WS

- **FÜR WEN?** Mädchen ab 12 Jahren, steiermarkweit
- **FÜR WIE VIELE?** mindestens 6 bis maximal 12 Mädchen
- **DAUER?** 2-3 Schulstunden
- **KOSTEN?** das Angebot ist kostenlos
- **WELCHE PLATTFORM?** MS Teams
- **WAS BRAUCHT'S?**
 - eine stabile Internetverbindung
 - wenn die Mädchen zu Hause sind: einen PC (mit Kamera+Headset)/Tablet/Smartphone
 - in der Schule: pro Schülerin einen PC mit Kamera und Headset oder alle gemeinsam einen PC mit Boxen, Mikrofon und WebCam und einen Beamer

DIE ZIELE des Online-WS

- **VERMITTLUNG** von sexualpädagogischem Basiswissen
- **PSYCHISCHE und PHYSISCHE** Gesundheitsförderung
- **VERANTWORTUNG** für sich und andere, Selbstwert, Achtung & Respekt
- **NEUTRALE** Wissensvermittlung
- **WISSEN** um Beratungsstellen und deren Zuständigkeit; Erleichterung des Zugangs zu Beratung und Unterstützung

Das Wissen über die Vorgänge im eigenen Körper stärkt das Selbstwertgefühl und fördert eine positive Identität. Das ist gerade in der Pubertät wichtig. Damit verbunden ist auch ein bewussterer Umgang mit Krankheit und Gesundheit. Prävention bedeutet auch verantwortungsvoll mit sich selbst und den eigenen Bedürfnissen umzugehen.

KONTAKT und weitere Infos:

Mag.^a Verena Strobl-Pavel
Arche Noah 11 | 8020 Graz
T: +43 (0)316 337300 12
F: +43 (0)316 337300 90
verena.strobl-pavel@mafalda.at
www.mafalda.at

Die Workshops werden gefördert von:

