

LIEBE, SEX UND MEHR

Workshop für Mädchen

Alles, was Mädchen über Sexualität, Körper und Beziehungen wissen wollen.

ZIELE

- Mädchen über weibliche Sexualität(en) und Verhütung informieren
- Selbstvertrauen fördern
- Weibliche Lust thematisieren
- Tabuthemen ansprechen
- Konfliktfähigkeit fördern

INHALTE

- Das weibliche Sexualorgan: Klitoris, die schöne Unbekannte
- Do it yourself: Selbstbefriedigung und Orgasmus
- Hetero, homo, bi ... Liebe ist immer okay
- Grenzen setzen: Neinsagen ist gesund
- In der Regel gute Tage: Menstruation
- und vieles mehr

METHODEN

- Moderierte Großgruppe
- Informationsblock
- Kleingruppen
- Theaterpädagogik, Rollenspiele
- Verhütungskoffer
- Wahrnehmungsübungen
- Selbstwertstärkende Übungen
- ...

Dreistündiger Workshop

75€ pro Gruppe

Falls der Workshop außerhalb von Graz stattfindet, kommen die Fahrtkosten für die Referentin hinzu.

SEXUALITÄT – HEUTE KANN MAN DOCH ÜBER ALLES REDEN!?

Workshop für MultiplikatorInnen: JugendarbeiterInnen, BeraterInnen und LehrerInnen

ZIELE

- Sexualpädagogische frauenspezifische Grundlagen vermitteln
- Methodenkompetenz steigern
- Selbsterfahrung ermöglichen
- Erfahrungsaustausch unter ExpertInnen fördern
- Fähigkeit stärken, persönliche Grenzen wahrzunehmen und zu beachten

INHALTE

- Weibliche Sexualität: Lust, Orgasmus, Selbstbefriedigung
- Das Sexualorgan: Klitoris, die schöne Unbekannte
- Wie junge Frauen zeitgemäß aufklären? Weibliche Sexualität zur Sprache bringen
- Persönliche Grenzen beachten: „Darüber mag ich jetzt nicht sprechen.“
- Aktuelle Information zu Verhütungsmitteln
- und vieles mehr

METHODEN

- Informationsinput
- Moderierte Gruppendiskussion
- Kleingruppen
- Interaktive Methodik
- Counseling (Zweier-Gespräch)
- Körperübungen

Dreistündiger Workshop

75€ pro Gruppe

Falls der Workshop außerhalb von Graz stattfindet, kommen die Fahrtkosten für die Referentin hinzu.

SEXUALITÄT – HEUTE KANN MAN ÜBER ALLES REDEN!? bietet das Frauengesundheitszentrum auch als zweitägige Fortbildung für Multiplikatorinnen an. Sie kostet 50€ pro Teilnehmerin.



