

"JA heißt JA und NEIN heißt NEIN"

Präventives Angebot gegen (sexuelle) Gewalt

Mädchen* (und Jungen* parallel)
von Klasse 2 - 5

- Das ist mein Körper
- Das tut mir gut, das mag ich nicht
- Körpergrenzen wahrnehmen
- Grenzen setzen
- Selbstbehauptungsübungen
- Gute und schlechte Geheimnisse
- Rollenspiele

Kosten in Freiburg:

390 € für 3 Einheiten à 2 Schulstunden
480 € für 4 Einheiten à 2 Schulstunden
630 € für 5 Einheiten à 2 Schulstunden
720 € für 6 Einheiten à 2 Schulstunden
incl. die Nachbesprechung mit der
zuständigen Lehrperson.

Der Elternabend mit Information über das
Konzept ist kostenlos.

Kosten im Umland von Freiburg:

430 € für 3 Einheiten à 2 Schulstunden
530 € für 4 Einheiten à 2 Schulstunden
690 € für 5 Einheiten à 2 Schulstunden
790 € für 6 Einheiten à 2 Schulstunden

zzgl. Fahrtkosten in Höhe von 30 Cent/km.

Incl. die Nachbesprechung mit der
Lehrperson.

Der Elternabend mit Information über das
Konzept ist kostenlos.

Fortbildungsangebote für Pädagog*innen und Bezugspersonen

- **Mädchen* mit
Esstörungen – verstehen
und handeln im
pädagogischen Alltag**
- **Selbstverletzendes
Verhalten bei Mädchen*
– Ursachen und Hilfen**

Mädchen* mit Ess-Störungen, selbst-
verletzendem Verhalten, psycho-somatischen
Beschwerden und anderen belastenden
Bewältigungsstrategien spielen im Alltag eine
große Rolle. Die zweistündigen Konzepte für
Fortbildungen und Elternabende haben sich
in der Praxis bewährt, um Multiplikator*innen
mehr Handlungsspielraum und Sicherheit zu
ermöglichen.

Gerne schneiden wir die Inhalte auch konkret
auf Ihre Situation zu.

Die Kosten pro Stunde betragen 50 €.
Außerhalb Freiburgs kommen Fahrtkosten
und 25 € pro Stunde Fahrtzeit hinzu.

* Das Sternchen ist eine Schreibweise, die aufzeigen
will, dass es mehr gibt als das weibliche und männliche
Geschlecht. Bei Mädchen* sind sowohl Mädchen
gemeint, die sich als eindeutig weiblich verstehen, aber
auch Mädchen, für die das nicht ganz eindeutig ist, die
z.B. transgender oder intersexuell sind oder die sich
nicht dem zweigeschlechtlichen System zuordnen
können und wollen.

Angebote für Schulen und Jugendhilfeeinrichtungen

Präventionsworkshops
Geschlechtsspezifisch durchgeführt
für Mädchen* und Jungen*

**Fortbildungen für
Lehrkräfte**



**Frauen- und Mädchen-
Gesundheitszentrum e.V.
in Kooperation mit
Jungen*arbeitern**

Basler Str. 8
79100 Freiburg
Tel: 0761-2021590
info@fmgz-freiburg.de
www.fmgz-freiburg.de

"Schönheitsideale und Ess-Störung"

Mädchen* (und Jungen* parallel)
ab Klasse 6 / 7

- Auseinandersetzung mit dem eigenen Schönheitsideal und Körperbild
- Das Schönheitsideal von Frauen*/ Mädchen* im Wandel der Kulturen
- Informationen zu Magersucht / Bulimie / Esssucht
- Welche Hilfsmöglichkeiten gibt es?
- Wie kann ich Freund*innen/ Schulkamerad*innen mit Essstörung unterstützen?

“Mein Körper“

Sexualpädagogik in der Grundschule

Mädchen* (und Jungen* parallel)
ab Klasse 2

- ☺ Wie sieht mein Körper aus?
- ☺ Mädchen* sein/ Junge* sein
- ☺ Mein Körper gehört mir
- ☺ Wie entsteht ein Baby?
- ☺ Was geschieht bei einer Schwangerschaft?
- ☺ Bei Mädchen*: Was passiert während eines Zyklus?
- ☺ Binden und Tampons

"Was passiert in meinem Körper während der Pubertät?"

Sexualpädagogik

Mädchen* (und Jungen* parallel)
von Klasse 4 - 6

- Wie sieht mein Körper aus?
- Körperliche und seelische Veränderungen in der Pubertät
- Bei Mädchen*: Menstruation
- Was passiert während eines Zyklus?
- Binden und Tampons
- Bei Jungen*: erster Samenerguss

"Liebe, Lust und viele Fragen"

Sexualpädagogik

Mädchen* (und Jungen* parallel)
ab Klasse 6 / 7

- Liebe ist...
- Was ist mir wichtig in einer Freundschaft, was möchte ich nicht?
- Wie sieht mein Körper aus?
- Sexualität
- Vor- und Nachteile der versch. Verhütungsmethoden anhand des Verhütungskoffers
- Schutz vor STI's
- Vor- und Nachteile der HPV-Impfung

Selbstverletzung

Mädchen* (und Jungen* parallel)
ab Klasse 6 / 7

- Ritzen, Schneiden...
- Welche Auslöser gibt es?
- Welche Hilfsmöglichkeiten gibt es?
- Umgang mit betroffenen Mitschüler*innen

Psychische Krisen

Mädchen* (und Jungen* parallel)
ab Klasse 6 / 7

- Infos zu Depression, Essstörung, Selbstverletzung
- Welche Auslöser gibt es?
- Welche Hilfsmöglichkeiten gibt es?
- Umgang mit betroffenen Mitschüler*innen

Kosten: Der Kostenbeitrag beträgt für eine Einheit von 2 Schulstunden für eine Mädchen*gruppe € 45,- bzw. zusätzlich gleicher Preis für Jungen*gruppe. Für Gruppen und Schulen im Umland fallen zudem Fahrtkosten an. Wir empfehlen mehrere Einheiten oder Projektstage.

Ort: Die Mädchen*gruppen können im FMGZ (die Beratungsstelle kann somit gleich kennen gelernt werden) oder in der Schule bzw. Jugendeinrichtung durchgeführt werden.