

"JA heißt JA und NEIN heißt NEIN"

Präventives Angebot gegen
(sexuelle) Gewalt

Mädchen* (und Jungen* parallel)
von Klasse 3 – 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

490 € für 4 Einheiten à 2 Schulstunden

590 € für 5 Einheiten à 2 Schulstunden

690 € für 6 Einheiten à 2 Schulstunden

incl. die Nachbesprechung mit der
zuständigen Lehrperson.

Der Elternabend mit Informationen über das
Konzept ist kostenlos.

Kosten im Umland von Freiburg:

430 € für 3 Einheiten à 2 Schulstunden

530 € für 4 Einheiten à 2 Schulstunden

630 € für 5 Einheiten à 2 Schulstunden

730 € für 6 Einheiten à 2 Schulstunden

zzgl. Fahrtkosten in Höhe von 30 Cent/km.

Incl. die Nachbesprechung mit der
Lehrperson.

Der Elternabend mit Informationen über das
Konzept ist kostenlos.

Fortbildungsangebote für Pädagog*innen und Bezugspersonen:

- **Mädchen* mit Essstörungen
– Verstehen und Handeln im
pädagogischen Alltag**
- **Selbstverletzendes
Verhalten bei Mädchen*
– Ursachen und Hilfen**

Mädchen* mit Ess-Störungen, selbst-
verletzendem Verhalten, psychosomatischen
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 50-70 €.
Außerhalb Freiburgs kommen Fahrtkosten
und 25 € pro Stunde Fahrtzeit hinzu.

Angebote für Schulen

und Jugendhilfeeinrichtungen

**Präventionsworkshops
für Mädchen* und Jungen***

Fortbildungen für Lehrkräfte



**Frauen- und Mädchen-
Gesundheitszentrum e.V.**

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

**- auch in Kooperation mit
Jungen*arbeitern möglich -**

„Schönheitsideale und Ess-Störungen“

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

- Auseinandersetzung mit dem gesellschaftlichen Schönheitsideal und dem eigenen Körperbild
- Das Schönheitsideal von Frauen* und Mädchen* in den sozialen Medien
- Informationen zu Magersucht / Bulimie / Esssucht
- Welche Hilfsmöglichkeiten gibt es?
- Wie kann ich Freund*innen mit Essstörung unterstützen?

Selbstverletzung

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

- 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, Essstörungen, Selbstverletzung
- Welche Auslöser gibt es?
- Welche Hilfsmöglichkeiten gibt es?
- Umgang mit betroffenen Mitschüler*inne

„Liebe, Lust und viele Fragen“

Sexualpädagogik für Mädchen* (und Jungen* parallel) ab Klasse 6

die Themen können altersspezifisch ausgewählt werden

- Liebe ist...
- Was ist mir wichtig in einer Freundschaft oder Beziehung? Was möchte ich nicht?
- Respektvolle vs. ungesunde Beziehungen
- Sexualität und Lust
- Zyklus und Menstruationsprodukte
- Schwangerschaft
- Verschiedene Verhütungsmethoden
- Diversität von Körpern
- Mythos „Jungfernhäutchen“
- Schönheitsideale und Schönheits-OPs
- Pornografie
- Zukunftsvorstellungen
- Hinterfragen von gesellschaftlichen Rollenerwartungen

***Geschlechtsidentitäten sind vielfältig.** Unsere Angebote richten sich an alle Mädchen* (cis und trans) sowie an non-binäre Kinder und Jugendliche. Bei Bedarf organisieren wir auch parallel Workshops für Jungen*, die dann von externen Kooperationspartnern* (auch studentischen Fachkräften) durchgeführt werden.

„Was passiert in meinem Körper während der Pubertät?“

Sexualpädagogik für Mädchen* (und Jungen* parallel) von Klasse 3 bis 6

die Themen können altersspezifisch ausgewählt werden

- Wie sehen unsere Körper aus?
- Körperliche und seelische Veränderungen in der Pubertät
- Zyklus und Menstruationsprodukte
- Wie entsteht ein Baby?
- Freundschaften
- erstes Verliebt sein
- ...

Kosten: Der Kostenbeitrag beträgt für 2 Schulstunden für eine Mädchen*gruppe 45€ bzw. zusätzlich gleicher Preis für eine Jungen*gruppe. Für Gruppen und Schulen im Umland fallen zudem Fahrtkosten und eine Fahrzeitpauschale an.

Wir empfehlen mehrere Einheiten oder Projektstage.

Unsere Workshops im Schuljahr 2022/23 können teilweise über das Rückenwind-Programm abgerechnet werden!

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

Mitarbeiterinnen*: Wir arbeiten mit hauptamtlichen Mitarbeiterinnen* und studentischen Fachkräften.