alpha nova

Rufangebot - Workshop

Mein Körper im Wandel

Ein Workshop für Frauen, die mehr über Ihren Körper und Sexualität wissen möchten.

- Wir besprechen den Körper der Frau.
- Wir reden über die Veränderung vom Mädchen zur Frau.
- Wir erklären Regelblutung und Fruchtbarkeit.
- Wir befassen uns mit dem Wechsel und was er bedeutet.
- Wir sprechen über Sexualität.
- Wir besprechen Schwangerschaft und Verhütung.
- Wir reden über Körperpflege und Gesundheit.
- Wir üben den Umgang mit Grenzen und lernen, wie wir „NEIN“ oder „STOPP“ sagen können.

In diesem Workshop ist viel Platz über diese Themen in der Gruppe zu sprechen.
Es ist auch genug Platz für Fragen.

Willkommen sind Frauen mit Beeinträchtigung, ab dem 16. Lebensjahr.
Ganz wichtig ist, dass die Teilnahme freiwillig ist.

Dauer: 2 mal 2,5 Stunden mit kleiner Pause

Leitung: Team der Fachstelle .hautnah.

Arbeitsmethode: Im Workshop werden sexualpädagogische Materialien und unter-schiedliche Methoden eingesetzt. Die Inhalte und Methoden orientieren sich an den Bedürfnissen, dem Infostand und den Möglichkeiten der Kund*innen bzw. der Gruppe. Gearbeitet wird in der gemischten Gruppe und in geschlechtshomogenen Gruppen.

Termin, Ort und Kosten: nach Vereinbarung

Teilnehmer*innen: bis zu 12 Frauen, ab 16 Jahren

Information und Buchung: 03135/56382-18 oder hautnah@alphanova.at

Wir freuen uns auf Ihre Buchung!

Stornobedingungen:

Eine Stornierung der gebuchten Bildungsangebote ist bis 28 Tage vor dem vereinbarten Beginn kostenfrei. Bis 14 Tage vor vereinbartem Beginn verrechnen wir 50% der Kosten des Bildungsangebotes. Bei späterer Absage ist der gesamte Betrag des Bildungsangebotes zu bezahlen.

Können Ersatztermine oder Ersatzpersonen gefunden werden entsteht keine Storno-gebühr.