

# FRAUENGESUNDHEITZENTRUM

*beräten, begleiten, bewegen*

## Ich bestimme selbst über meinen Körper!

Dieses Angebot kann parallel auch für Burschen und Männer mit Behinderungen gebucht werden!

### Ziele

Stärkung des Selbstbewusstseins, Vermittlung eines positiven Körpergefühls und Förderung von Stärke, Selbstvertrauen und Autonomie. Vermittlung von Wissen um sexualisierte Gewalt zu erkennen, zu verhindern und Hilfe zu bekommen.

### Inhalte

Selbstwert und Selbstvertrauen, Selbstbewusstsein und Widerstandskräfte stärken, Gefühle benennen und ausdrücken...

Meine Grenzen – deine Grenzen

Schöne und unangenehme Berührungen

Ich sag´ nein!

Sexuelle Gewalt: Was ist das eigentlich? So kann ich mich schützen. So kann ich Hilfe bekommen

### Form und Methoden

Workshop mit Vortrag, Gruppenarbeiten, Diskussionen, Spielen und Übungen

### Zielgruppe

Das Angebot ist speziell für Mädchen und Frauen mit Behinderungen ab 15 Jahren

Das Angebot kann auch parallel für Burschen und Männer mit Behinderung gebucht werden und findet dann mit einem männlichen Workshopleiter statt.

### Maximale Gruppengröße

6- 12 Frauen

### Dauer

von 3 Stunden bis 6 Stunden nach Vereinbarung

### Kosten (inklusive Mehrwertsteuer, Fahrtkosten ...)

Kosten: € 50.- Selbstbehalt pro Stunde (gefördertes Angebot)

Das Frauengesundheitszentrum wird gefördert von



## **Ich biete mein Angebot**

In der gesamten Steiermark an

### **Qualifikationen**

#### **HAZISSA,**

ist seit Jänner 2003 als Fachstelle für Prävention gegen sexualisierte Gewalt an Kindern, Jugendlichen und Menschen mit Behinderungen, tätig.

Hazissa setzt sich aus einem multiprofessionellen Team zusammen. Vertreten sind eine Erziehungswissenschaftlerin, Behindertenpädagogin, Klinische- und Gesundheitspsychologin, Sozialpädagogin und Coachee.

Diese weisen Zusatzqualifikationen unter anderem in den Bereichen: Supervision, Mediation, Sexualpädagogik, Tanzpädagogik, Gendermainstreaming, frauenspezifischer Beratung, Coaching etc. auf.

Alle unsere Angebote richten sich auch an Buben und Burschen. Die männlichen Teammitglieder kommen aus den Bereichen Jugendsozialarbeit, Supervision und Behindertenbetreuung.

### **Kontaktdaten**

Einrichtung: hazissa – Fachstelle für Prävention

Adresse: Karmeliterplatz 2, 8010 Graz

Telefon/Fax: 0316/90 370 160

E-Mail: [office@hazissa.at](mailto:office@hazissa.at)

Website: [www.hazissa.at](http://www.hazissa.at)