

## Buchung und Information

### Wir haben Ihr Interesse geweckt?

Rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns!  
Wir freuen uns auf Sie.



#### **aktion leben österreich**

Diefenbachgasse 5/5, 1150 Wien  
01.512 52 21-23  
bildung@aktionleben.at  
Mo bis Do: 9.00 bis 16.00 Uhr  
Fr: 9.00 bis 14.00 Uhr

*aktion leben ist ein unabhängiger, gemeinnütziger Verein und Trägerin einer staatlich anerkannten Schwangeren-Beratungsstelle.*

### Das sagen Workshop-Teilnehmer:innen

#### Schüler:innen

- » „Wir konnten offen miteinander reden und ich habe mich dabei wohl gefühlt.“
- » „Sie haben jede Frage beantwortet und jede Frage ernst genommen.“
- » „Viel zu kurz, es hat uns Spaß gemacht!“

#### Pädagog:innen

- » „Die Kinder waren von dem Workshop begeistert.“
- » „Toll finde ich die altersgerechte Aufbereitung und Sprache.“
- » „Sehr gutes Einfühlungsvermögen der Referentin!“
- » „Sehr natürlich, nichts verschwiegen, aber auch nicht überfordert!“

Alle Infos auf [www.aktionleben.at](http://www.aktionleben.at)

Fotos: Anna Radaschütz, shutterstock.com

## LebenErleben

### Kommen Sie in unsere Mitmach-Ausstellung!

#### Eine interaktive Reise in das vorgeburtliche Leben für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Bereit, mit allen Sinnen die geheimnisvolle Welt vor der Geburt zu entdecken? Sechs Erlebnisinseln zum Tasten, Raten, Hinhören und Erspüren eröffnen spannende Einsichten.

1. Beziehung und Anziehung
2. Neun Monate Wachstum und Entfaltung
3. Geborgen in der Gebärmutter
4. Liebe wirkt – Genetik und Epigenetik
5. Ganz schön schwanger – ganz schön schwer
6. Geburt – Ankommen in der Welt

In einem dreistündigen Workshop führt eine Referentin oder ein Referent durch sechs interaktive Stationen. Die Themen werden den Bedürfnissen der jeweiligen Altersgruppe entsprechend gestaltet.



Die Teilnehmenden erleben den Anfang des Lebens mit allen Sinnen:

- » Was passiert ab dem Zeitpunkt, da Ei- und Samenzelle verschmelzen?
- » Was erlebt, hört, empfindet ... ein Baby im Mutterleib?
- » Wie fühlt sich eine werdende Mutter? Worauf muss sie achten?
- » Wie kann der werdende Vater in dieser Zeit unterstützen?

#### LebenErleben Ausstellungsraum

- » Theresiengasse 9, 1180 Wien  
5 Gehminuten von der U6-Station Alser Straße

**NEUER STANDORT!**

#### LebenErleben Kosten

- » 1 Referent:in für 3 Std. 210,- €
- » Besondere Wünsche auf Anfrage

Informationen auch auf [www.aktionleben.at](http://www.aktionleben.at)



**Sexualpädagogik**  
**wirkt** **IMMER NOCH!**

**Interaktive Workshops 2022/23**  
**Mitmach-Ausstellung LebenErleben**

**Achtsam. Spielerisch. Wertvoll.**

[www.aktionleben.at](http://www.aktionleben.at)

## Unsere Workshops für Kinder und für Jugendliche:

### Das Wunder Leben

Wie entsteht menschliches Leben? Wir begeben uns auf eine spannende Reise in die vorgeburtliche Zeit.

- » Von der ersten Zelle bis zur Geburt.
- » Empfindungen, Gefühle, Sinneseindrücke im Mutterleib.
- » Dem eigenen Lebensanfang nachspüren.

### Meine Gefühle, deine Gefühle

Gefühle sind ein Teil von uns. Jedes Kind hat ein Recht darauf, dass seine Gefühle ernst genommen und persönliche Grenzen respektiert werden.

In diesem Workshop erweitern wir spielerisch unsere Gefühlskompetenz.

- » Was löst welche Gefühle in mir aus?
- » Wie kann ich meine Gefühle ausdrücken?
- » Was mag ich, was nicht?

### Die Pubertät – mein Abenteuer \*

(ab 9 Jahren)

Ein idealer Einstieg ins Thema, um der faszinierenden Zeit der Pubertät zuversichtlich entgegenzusehen.

- » Was passiert mit mir in der Pubertät?
- » Wie verändern sich mein Körper und meine Gefühle?
- » Wozu gibt es Menstruation und Samenerguss?

### Let's talk about love (ab 14 Jahren) \*

Verliebtsein, das „Erste Mal“, Verhütung und Co. – ein reflektierter Umgang mit Themen, die Jugendliche beschäftigen, ist Ziel dieses Workshops. Alle Fragen werden beantwortet, wie etwa:

- » Was ist eine gute/gelingende Beziehung?
- » Wer ist für die Verhütung zuständig?
- » Tut das „Erste Mal“ weh?

### Sein und Schein (ab 14 Jahren) **Neu!**

Das Hinterfragen von Rollenbildern, Idealvorstellungen (z. B. Schönheit) sowie des Umgangs mit modernen Medien soll ein positives Körperbild fördern und das eigene Handlungsspektrum erweitern.

- » Wer definiert eigentlich Schönheit?
- » Welches Rollenverhalten wird durch Medien als „normal“ vermittelt?
- » Welche Modelle von Elternschaft leben Mütter/Väter heute?

### Wenn die Spannung steigt (ab 15 Jahren)

Gefühle zeigen, die passenden Worte finden – das ist in emotionalen und intimen Situationen nicht so leicht. Wir begleiten Jugendliche in ihre Lebenswelt und erarbeiten gemeinsam Möglichkeiten des Sprechens und Handelns.

- » Wie zeige ich meine Zuneigung?
- » Wie spreche ich über Verhütung?
- » Was kann ich sagen, wie verhalte ich mich „richtig“?

## Unsere Specials:

### Ungeplant schwanger?! (ab 15 Jahren)

Etwa die Hälfte aller Schwangerschaften ist ungeplant. Wir informieren über Ursachen und besprechen Möglichkeiten des Handelns – für Mädchen und Burschen.

- » Welche Gründe gibt es für ungeplante Schwangerschaften?
- » Was sind die häufigsten Verhütungsspannen?
- » Was leistet Schwangerenberatung?

### Kinder bekommen 4.0 (ab 16 Jahren)

Jugendliche setzen sich mit den Möglichkeiten und Grenzen der modernen Fortpflanzungsmedizin auseinander. Themen wie Samen- und Eizellspende und auch Leihmutterchaft werden genauer betrachtet.

- » Was bietet die Fortpflanzungsmedizin an?
- » Welche Chancen und Risiken bestehen?
- » Gibt es ein Recht auf ein „eigenes Kind“?

### Pränataldiagnostik – PND (ab 16 Jahren)

Werdende Eltern sind mit vielen Angeboten zu vorgeburtlichen Untersuchungen konfrontiert. Sie müssen entscheiden, welche sie in Anspruch nehmen und was sie tatsächlich wissen wollen. Sich frühzeitig mit dem Thema auseinanderzusetzen hilft, eine eigenständige Position zu entwickeln.

- » Was kann Pränataldiagnostik?
- » Welche Möglichkeiten bestehen nach einer Diagnose?
- » Was bedeutet Pränataldiagnostik für Menschen mit Behinderung?



## Kosten für Workshops

### 2 Referent:innen \*

3 Schul-Std. 225,- €  
4 Schul-Std. 265,- €

### 1 Referent:in

3 Schul-Std. 120,- €  
4 Schul-Std. 140,- €

- » Fahrtkosten ab Stadtgrenze Wien (Ticket/Km-Geld)
- » Besondere Wünsche auf Anfrage
- » Bildungsangebote für Ihre Erwachsenengruppe auf Anfrage

Um geschlechtssensibles Arbeiten zu ermöglichen, sind die mit Stern \* gekennzeichneten Workshops nur mit zwei Referent:innen buchbar.

## Unsere Referentinnen und Referenten

... verfügen über mehrjährige Erfahrung als Workshop-Leiter:innen, sind sexualpädagogisch qualifiziert und verstehen es, den persönlichen und intimen Themen der Teilnehmenden Raum zu geben.

## Orte für Workshops

- » In Ihrer Bildungseinrichtung direkt vor Ort
- » Im *aktion leben*-Vortragsraum in Wien