

# LETS TALK

## VOLL VERWANDELT! – ROADTRIP DURCH DIE PUBERTÄT

Während dieses Workshops gehen Kinder auf Entdeckungsreise zu den spannenden Veränderungen in ihrem Körper. Spielerisch und ohne Scham lernen sie, was in der Pubertät passiert – von Wachstumsschüben über Gefühlswellen bis hin zu Hygiene-Tipps. Mit interaktiven Übungen stärken wir Selbstbewusstsein und Respekt - denn jedes Kind entwickelt sich anders und das ist gut so! Ob in Teamspielen, kreativen Aufgaben oder vertraulichen Fragerunden: Hier ist jede Frage erlaubt und kein Thema tabu. Denn Wissen gibt Sicherheit für diese aufregende Lebensphase!

**Zielgruppe:** Schüler:innen der 4. und 5. Schulstufe

**Dauer:** 3 Stunden

**Kosten:** 240€

### ZIELE:

- ✓ Körperwissen & Pubertätsveränderungen verstehen
- ✓ Körperbewusstsein & Selbstakzeptanz stärken
- ✓ Prävention sexualisierter Gewalt durch Aufklärung
- ✓ Emotionale & soziale Kompetenzen in der Pubertät entwickeln

### KERNINHALT:

- Körperliche Veränderungen
- Gefühle & Beziehungen
- Hygiene & Selbstfürsorge
- Respekt & Grenzen
- Fragen & Unsicherheiten

### METHODEN:

- ✓ interaktive Spiele & kreative Übungen
- ✓ Magische Geschichten
- ✓ Anonyme Fragerunde
- ✓ Bildmaterial

### Was mich auszeichnet:

- ✓ Zertifizierte Sexualpädagogin
- ✓ ausgebildete & erfahrene Pädagogin
- ✓ Fachlich fundiert, praxisnah & alltagstauglich

### JETZT BUCHEN:

letstalk.flora.co@gmail.com

+43 681 81927305

www.letstalk.flora.co.at

