

einfühlsam  
vertraulich  
professionell

## Mehr als Aufklärung

Sexualität begleitet den Menschen im Sinne einer schöpferischen Lebensenergie von Geburt an. Sie ist Teil der Persönlichkeitsentwicklung und sollte somit auch Thema in der Erziehung und Bildung sein. Gerade in der Pubertät ist es wichtig, dass Jugendliche eine tragfähige Beziehung zu den Erwachsenen spüren. Doch häufig herrscht Sprachlosigkeit auf beiden Seiten. Zum sexualpädagogischen Angebot von pro familia gehört daher auch die professionelle Unterstützung der Eltern. Sie basiert auf unserem Beratungsgrundsatz, respektvoll mit jedem Anliegen umzugehen, und auf unserem besonderen Verständnis von Sexualpädagogik.

pro familia bietet mehr als Aufklärung. In unseren Projekten rund um die Themen Liebe, Freundschaft, Sexualität und Partnerschaft geht es nicht nur um fundierte Informationen. Neugier, Fragen, Ängste und Probleme der Mädchen und Jungen stehen bei uns im Mittelpunkt. Denn Prävention im Sinne von pro familia geht von dem Grundsatz aus, dass Jugendliche nur dann zu Konsequenzen für ihr Handeln bereit sind, wenn ihre Bedürfnisse und Konflikte ernst genommen und im Gespräch aufgegriffen werden. Mädchen und Jungen können mit unserem Frau-Mann-Team offen und vertrauensvoll sprechen. Mit einfühlsamer Begleitung arbeiten wir präventiv gegen ungewollte Schwangerschaft, sexuell übertragbare Krankheiten und sexuelle Gewalt.

## Beratungsstellen mit sexualpädagogischem Angebot

22926 Ahrensburg, Große Str. 28-30  
Tel. (04102) 329 66, Fax 45 49 76

23843 Bad Oldesloe, Mühlenstr. 22  
Tel. (04531) 673 23, Fax 80 06 15

23795 Bad Segeberg, Lübecker Str. 14  
Tel. (04551) 948 91, Fax 948 97

24937 Flensburg, Marienstr. 29-31  
Tel. (0461) 90 92 640, Fax 90 92 649

21502 Geesthacht, Rudolf-Messerschmidt-Str. 8  
Tel. (04152) 729 24, Fax 88 61 18

25746 Heide, Hamburger Str. 89a  
Tel. (0481) 25 30, Fax 212 22 45

25813 Husum, Herzog-Adolf-Str. 35  
Tel. (04841) 36 71, Fax 80 01 18

Mädchentreff Husum, Asmussenstr. 66  
Tel. (04841) 752 52, Fax 80 00 26

25524 Itzehoe, Stiftstr. 5  
Tel. (04821) 27 06, Fax 88 90 15

24105 Kiel, Beselerallee 44  
Tel. (0431) 862 30, Fax 260 74 16

23552 Lübeck, Aegidienstr. 77  
Tel. (0451) 62 33 09, Fax 396 88 62

24534 Neumünster, Goebenplatz 4  
Tel. (04321) 91 77 20, Fax 91 77 64

22850 Norderstedt, Kielortring 51  
Tel. (040) 522 85 78, Fax 53 53 28 38

24768 Rendsburg, Mühlenstr. 3  
Tel. (04331) 14 99 34, Fax 20 38 99

Per E-Mail erreichen Sie die Beratungsstellen unter dem jeweiligen Ortsnamen@profamilia.de (z.B. bad-segeberg@profamilia.de)



## Eltern und Pubertät

pro familia Landesverband Schleswig-Holstein e.V.

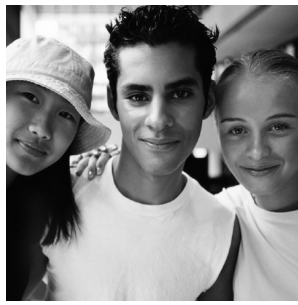
24937 Flensburg, Marienstr. 29-31  
Tel. (0461) 90 92 620, Fax (0461) 90 92 649  
lv.schleswig-holstein@profamilia.de www.profamilia-sh.de

Ihre Spende hilft in jeder Beziehung.

Spendenkonto: 17 035 260 Flensburger Sparkasse: BLZ 215 500 50

mit uns können Sie reden

**pro familia**  
Schleswig-Holstein



## Sie sind gefordert

Die Pubertät ist eine turbulente Zeit. Jetzt sind nicht nur die Jugendlichen, sondern auch Sie als Eltern gefordert, mit vielen neuen Situationen umzugehen. Wir unterstützen Sie dabei.

In der Pubertät verändert sich die Beziehung zwischen Kindern und Eltern. Die Jugendlichen beginnen zunehmend, ihre eigenen Wege zu gehen, Werte zu entwickeln und sich vom Elternhaus zu lösen. Die Eltern-Kind-Beziehung gestaltet sich neu. Dabei ist es wichtig, den Kontakt zu den Kindern nicht zu verlieren.

Jetzt brauchen Sie als Eltern immer wieder viel Vertrauen in sich und Ihre Kinder. Sie müssen eine Balance finden zwischen Mehr-Freiheiten-Geben und Klare-Orientierung-und-Grenzen-Setzen. Das ist oft nicht leicht.

Sie fühlen sich verunsichert und überfordert? Wir stärken Sie mit verschiedenen Angeboten in Ihrer Rolle als Mutter oder Vater. Unsere Unterstützung richtet sich nach Ihrem Bedarf.

## Sie sind verunsichert

- Sie machen sich Sorgen, weil Ihr Kind sich zurückzieht und Ihnen weniger mitteilt?
- Sie sind angestrengt von Konflikten, die sich um Alltags-themen wie Ordnung, Computer, Schule entzünden?
- Sie möchten professionell über Pubertät, Aufklärung, Sexualität und sexuelle Orientierung informiert werden?
- Sie wollen sich mit anderen Eltern austauschen?
- Sie fragen sich: Wie bleibe ich im Kontakt mit meinem Kind?
- Wie verhalte ich mich bei ständigen Streitigkeiten?
- Wo und wie setze ich Grenzen?
- Wie spreche ich mit meinem Kind über Sexualität?
- Wie gehe ich mit verschiedenen Erziehungsstilen um?

**Mit uns können Sie reden.**

**Wir arbeiten mit Ihnen an einer Lösung.**

## Wir informieren und beraten Sie

- **Informationsabende**  
In Kooperation mit Schulen und anderen Institutionen bieten wir Elternabende und Fachvorträge zum Thema Pubertät an.
- **Elternseminare**  
Wir führen mehrteilige Elternseminare durch. Dort haben Sie die Möglichkeit, mit anderen Eltern Erfahrungen auszutauschen, sich in aktuellen Konflikten professionell unterstützen zu lassen und Lösungen zu entwickeln.
- **Beratung**  
Wir beraten in Einzelgesprächen Frauen, Männer, Paare, Alleinerziehende, die ganze Familie in jeder Lebensform – einmalig oder längerfristig.

Die Seminare und Beratungen werden von unseren qualifizierten Sexualpädagoginnen und Sexualpädagogen, Beraterinnen und Beratern durchgeführt. Sie sind an die Schweigepflicht gebunden. Da unsere Beratungsstellen nur zu einem Teil mit öffentlichen Mitteln gefördert werden, müssen wir für unsere Informationsabende und Elternseminare einen Kostenbeitrag erheben. Bei Beratungsgesprächen richtet sich dieser nach der wirtschaftlichen Situation der Ratsuchenden. Wir legen einen Richtwert von zwei Prozent des Nettoeinkommens pro Beratungsstunde zugrunde.

Wir bieten sexualpädagogische Projekte für Mädchen und Jungen in Kindergärten, Schulen, Institutionen für berufliche Bildung und Jugendeinrichtungen an - in einigen Orten auch für Jugendliche mit Behinderung.

Wir beraten und begleiten Paare und Einzelpersonen auch bei Problemen und Fragen zu Partnerschaft, Sexualität, Trennung und Scheidung. Unter [www.profamilia-sh.de](http://www.profamilia-sh.de) können Sie sich online beraten lassen.

Wir unterstützen Eltern von Anfang an und bieten Infoabende zu kindlicher Sexualität, Sexualerziehung und Prävention an sowie Fortbildung und Fachberatung für alle, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten.