



## Workshop

### „Ich spüre was ich brauche, ich sag es auch – Ich kann das!“

Wir sprechen über:

- Welche Dinge fühlen sich für mich gut an? Oder eben nicht?
- Was für ein Typ Mensch bin ich?
- Wie kann ich sagen oder zeigen was mir nicht passt?
- Gerade in Freundschaften und Liebesbeziehungen ist das oft nicht leicht.
- Wie kann ich meinen Körper einsetzen und mich schützen?

**Wer kann mitmachen?** Frauen und Männer ab 16 Jahren

**Wann?** Donnerstag, 13. und 20. März 2025 | 14.30-17.00 Uhr

**Wo?** Meran, Urania Meran, Ortweinstr. 6

**Wer begleitet?** Silvia Clignon (Sexualpädagogin, Lebenshilfe)

**Kosten?** 15,00 €

**Anmeldungen?** Urania Meran | 0473 230219 | [info@urania-meran.it](mailto:info@urania-meran.it)

Bilder: © Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V., Illustrator Stefan Albers