



## Fortbildungs · angebote in leicht verständlicher Sprache

## Mit · bestimmung und Beteiligung – Fortbildungen für Menschen mit Behinderungen als Expert\*innen in eigener Sache



Bitte vorlesen:



### Wer sind wir?

Wir sind das PETZE-Institut für Gewalt · prävention.

Prävention bedeutet:

- Vorbeugen
- Schützen

Gewalt · prävention bedeutet:

Einen Menschen vor Gewalt schützen.



### Was machen wir?

Alle Menschen haben das Recht auf  
Schutz vor Gewalt.

Wir wollen Menschen stark machen.

Wir geben Fortbildungen.

Wir entwickeln Material.

### Warum ist das Thema Schutz vor Gewalt und Selbst · bestimmung wichtig?

Jeder Mensch hat das Recht auf ein Leben  
ohne Gewalt.

Viele Menschen mit Behinderungen erleben mehr Gewalt als andere Menschen.

Viele Menschen mit Behinderungen können **nicht** selbst über ihr Leben bestimmen.

Selbst-bestimmung ist ein Recht.

Das Recht haben alle Menschen.

Sie bestimmen selbst über Ihr Leben und Ihren Körper.

Zum Beispiel:

- Wo Sie wohnen wollen.
- Wen Sie mögen.
- Ob Sie Sex haben wollen.
- Ob Sie **keinen** Sex haben wollen.

Bei dem Thema Gewalt und dem Thema Selbst-bestimmung gibt es viele Fragen.

In den Fortbildungen wollen wir über die Fragen sprechen.

Wir geben Informationen zu unterschiedlichen Themen.

## Wo kann ich die Fortbildung buchen?

**Ansprech-partnerin:** Kim Sommer

**Telefon:** 04 31 - 923 33

**E-Mail:** kim.sommer@petze-kiel.de

## Welche Fortbildungen gibt es?

In den Fortbildungen geht es um verschiedene Themen.

Zum Beispiel:

- Ihre Rechte
- Sexuelle Gewalt
- Liebe und Sex
- Selbst-bestimmung
- Schutz und Hilfe



Bitte vorlesen:



Thema und Zeit	Kosten	Info
<b>Meine Rechte!</b> – Aber welche Rechte habe ich eigentlich? <i>Die Fortbildung dauert 3 ½ Stunden</i>	<b>645,00€</b> Die Fahrt · kosten kommen dazu.	<a href="#">Seite 1</a>
<b>Ich setzte mich ein!</b> – Meine Rolle als Interessen · vertretung zu den Themen Selbst · bestimmung und Schutz <i>Die Fortbildung dauert 3 ½ Stunden</i>	<b>645,00€</b> Die Fahrt · kosten kommen dazu.	<a href="#">Seite 2</a>
<b>Mein Körper gehört mir!</b> – Körper, Sex und sexuelle Gewalt <i>Die Fortbildung dauert 3 ½ Stunden</i>	<b>645,00€</b> Die Fahrt · kosten kommen dazu.	<a href="#">Seite 3</a>
<b>Ich bin nicht allein!</b> – Wie kann ich mir Hilfe holen? <i>Die Fortbildung dauert 3 ½ Stunden</i>	<b>645,00€</b> Die Fahrt · kosten kommen dazu.	<a href="#">Seite 4</a>
<b>Einfach sicher online</b> – Selbst · bestimmung und Schutz vor digitaler Gewalt <i>Die Fortbildung dauert 3 ½ Stunden</i>	<b>645,00€</b> Die Fahrt · kosten kommen dazu.	<a href="#">Seite 5</a>
<b>Echt nachgefragt!</b> – Erzählen Sie uns Ihre Geschichte	<b>80,00€ je Stunde</b> Die Fahrt · kosten kommen dazu.	<a href="#">Seite 6</a>

Wir wollen Menschen stark machen,  
damit ihnen nichts passiert.

Bitte vorlesen:



Fortbildungen in leicht verständlicher Sprache

# Meine Rechte! – Aber welche Rechte habe ich eigentlich?

## Warum ist das Thema Rechte wichtig?

Alle Menschen haben die gleichen Rechte.

Zum Beispiel:

Selbstbestimmung ist ein Recht.

Es bedeutet: Sie bestimmen selbst über Ihr Leben und Ihren Körper.

Viele Menschen mit Behinderungen kennen ihre Rechte **nicht** immer.

Aber: Alle Menschen brauchen Infos über ihre Rechte.

Wir haben viele Tipps und Infos, damit alle Menschen ihre Rechte kennen.

Wir wollen Menschen stark machen, damit ihnen **nichts** passiert.



## Was machen wir in der Fortbildung?

In der Fortbildung sprechen wir über Ihre Rechte.

Bei dem Thema Rechte gibt es viele Fragen.

Diese Fragen wollen wir beantworten:

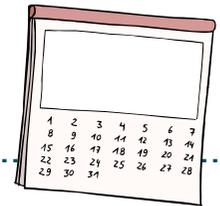
- Welche Rechte habe ich in meinem Alltag?
- Welche Pflichten habe ich in meinem Alltag?
- Was ist im Alltag erlaubt oder verboten?
- Wie kann ich Grenzen setzen?
- Wo kann ich mir Hilfe holen?

## Wann findet die Fortbildung statt?

Datum .....

Zeit .....

Ort .....



Fortbildungen in leicht verständlicher Sprache

# Ich setze mich ein! – Meine Rolle als Interessen·vertretung zu den Themen Selbst·bestimmung und Schutz

## Warum ist das Thema Interessen·vertretung wichtig?

Menschen mit Behinderungen sind Expert\*innen in eigener Sache.

Sie wissen selbst am besten, was Sie im Alltag brauchen.

Oder was anders sein muss, um mehr Mit·bestimmung zu haben.

## Was machen wir in der Fortbildung

In der Fortbildung sprechen wir über Ihre Rolle als Interessen·vertretung.

In der Fortbildung sprechen wir über die Themen Selbst·bestimmung und Schutz.

Bei dem Thema Interessen·vertretung gibt es viele Fragen. Diese Fragen wollen wir beantworten:

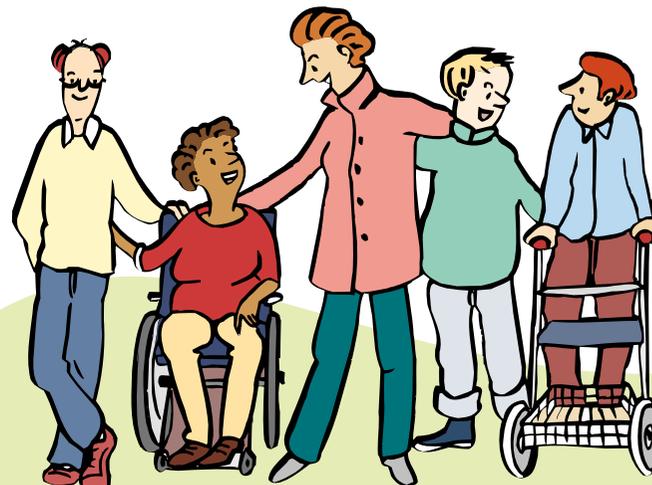
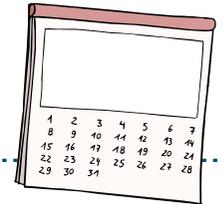
- Was ist eine gute und was ist eine schlechte Unterstützung?
- Was ist Gewalt?
- Was ist Macht und Macht·missbrauch?
- Wie kann Beteiligung und Mit·bestimmung gut funktionieren?
- Wie kann ich andere unterstützen?

## Wann findet die Fortbildung statt?

Datum .....

Zeit .....

Ort .....



Bitte vorlesen:



Fortbildungen in leicht verständlicher Sprache

# Mein Körper gehört mir! – Körper, Sex und sexuelle Gewalt

## Warum sind die Themen Körper, Sex und sexuelle Gewalt wichtig?

Wenn ich meinen Körper gut kenne,  
kann ich mich besser schützen.

Es ist wichtig, zu wissen:

- Wo will ich angefasst werden.
- Was fühlt sich gut an.

Es wichtig über die positive Seite  
von Sexualität zu sprechen.

Es ist aber auch wichtig, zu wissen:

- Was fühlt sich **nicht** gut an.
- Was ist sexuelle Gewalt.

Jede Form von Gewalt  
muss verhindert werden.



## Was machen wir in der Fortbildung?

In der Fortbildung sprechen wir über Körper, Sex  
und sexuelle Gewalt

Bei den Themen gibt es viele Fragen  
Diese Fragen wollen wir beantworten:

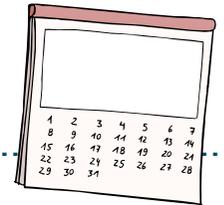
- Was ist Privat · sphäre?
- Wer darf was mit mir machen? Zum Beispiel:  
Wer darf mich anfassen?
- Was ist alles Sex?
- Was ist sexuelle Gewalt?
- Was kann man gegen sexuelle Gewalt machen?

## Wann findet die Fortbildung statt?

Datum .....

Zeit .....

Ort .....



Bitte vorlesen:



Fortbildungen in leicht verständlicher Sprache

# Ich bin nicht allein! – Wie kann ich mir Hilfe holen?

## Warum ist das Thema Hilfe holen wichtig?

Viele Menschen erleben Gewalt.

Viele Dinge können Gewalt sein.

Wenn die Gewalt mit Sexualität zu tun hat,  
nennt man das: sexuelle Gewalt.

Viele Dinge können sexuelle Gewalt sein.

Zum Beispiel:

- Ein Mann fasst einer Frau an die Brust,  
aber die Frau will das **nicht**.
- Eine Frau küsst einen Mann,  
aber der Mann will das **nicht**.

Sexuelle Gewalt ist **verboten**.

Wer zu sexuellen Dingen  
gezwungen wird, darf sich wehren.



Aber: Manchmal kann man sich **nicht** wehren.

Sie haben ein Recht auf Hilfe bei Gewalt.

## Was machen wir in der Fortbildung?

In der Fortbildung sprechen wir über Hilfe holen.

Bei dem Thema Hilfe holen gibt es viele Fragen.

Diese Fragen wollen wir beantworten:

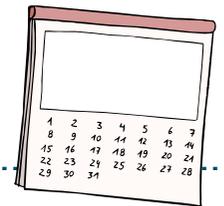
- Wer kann mir helfen?
- Was mache ich, wenn...?
- Welche Hilfe - stellen gibt es?
- Wie kann ich Nein sagen?

## Wann findet die Fortbildung statt?

Datum .....

Zeit .....

Ort .....



Bitte vorlesen:



Fortbildungen in leicht verständlicher Sprache

# Einfach sicher online – Selbstbestimmung und Schutz vor digitaler Gewalt

## Warum ist das Thema Schutz vor digitaler Gewalt wichtig?

Das Internet ist für alle Menschen da.

Im Internet haben Menschen viele Möglichkeiten.

Zum Beispiel:

- Menschen können sich informieren.
- Menschen können sich mit anderen austauschen.

Aber es gibt auch Nachteile im Internet.

Zum Beispiel:

- Menschen werden beleidigt.
- Menschen werden sexuell belästigt.

Das ist verboten.

Wir wollen über die Vorteile und Nachteile  
im Internet sprechen.

## Was machen wir in der Fortbildung?

In der Fortbildung sprechen wir über Selbst·bestimmung  
und Schutz vor digitaler Gewalt.

Zu den Themen gibt es viele Fragen.

Diese Fragen wollen wir beantworten:

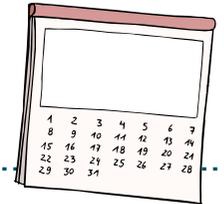
- Was ist digitale Teilhabe?
- Was ist digitale Gewalt?
- Was ist im Internet erlaubt oder verboten?
- Was ist Cyber·grooming?
- Wie kann ich mich vor Cyber·grooming schützen?

## Wann findet die Fortbildung statt?

Datum .....

Zeit .....

Ort .....



## Hilfe holen



Bitte vorlesen:



Fortbildungen in leicht verständlicher Sprache

## Echt nachgefragt! – Erzählen Sie uns Ihre Geschichte

### Warum ist Austausch wichtig?

Menschen mit Behinderungen werden oft **nicht** als Expert\*innen für ihr Leben wahrgenommen.

Zum Beispiel:

- Sie können manchmal **nicht** selbst bestimmen, weil andere für sie entscheiden.
- Sie können **keine** Ideen mitteilen, weil das Andere nicht interessiert.



Bitte vorlesen:



Vielen Menschen mit Behinderungen wird oft **nicht** geglaubt.

Es ist wichtig, darüber zu sprechen.

Oft hilft es mit anderen Menschen über Erfahrungen zu sprechen.

### Was machen wir in der Fortbildung?

In der Fortbildung sprechen wir über alles, was Sie interessiert.

Wir können über gute und schlechte Erfahrungen aus Ihrem Leben sprechen.

Wir wollen Ihre Fragen beantworten.

Wir haben viele Tipps und Infos.

Zum Beispiel:

- Zu Ihren Rechten.
- Zu Hilfe und Beratung.

### Wann findet die Fortbildung statt?

Datum .....

Zeit .....

Ort .....

