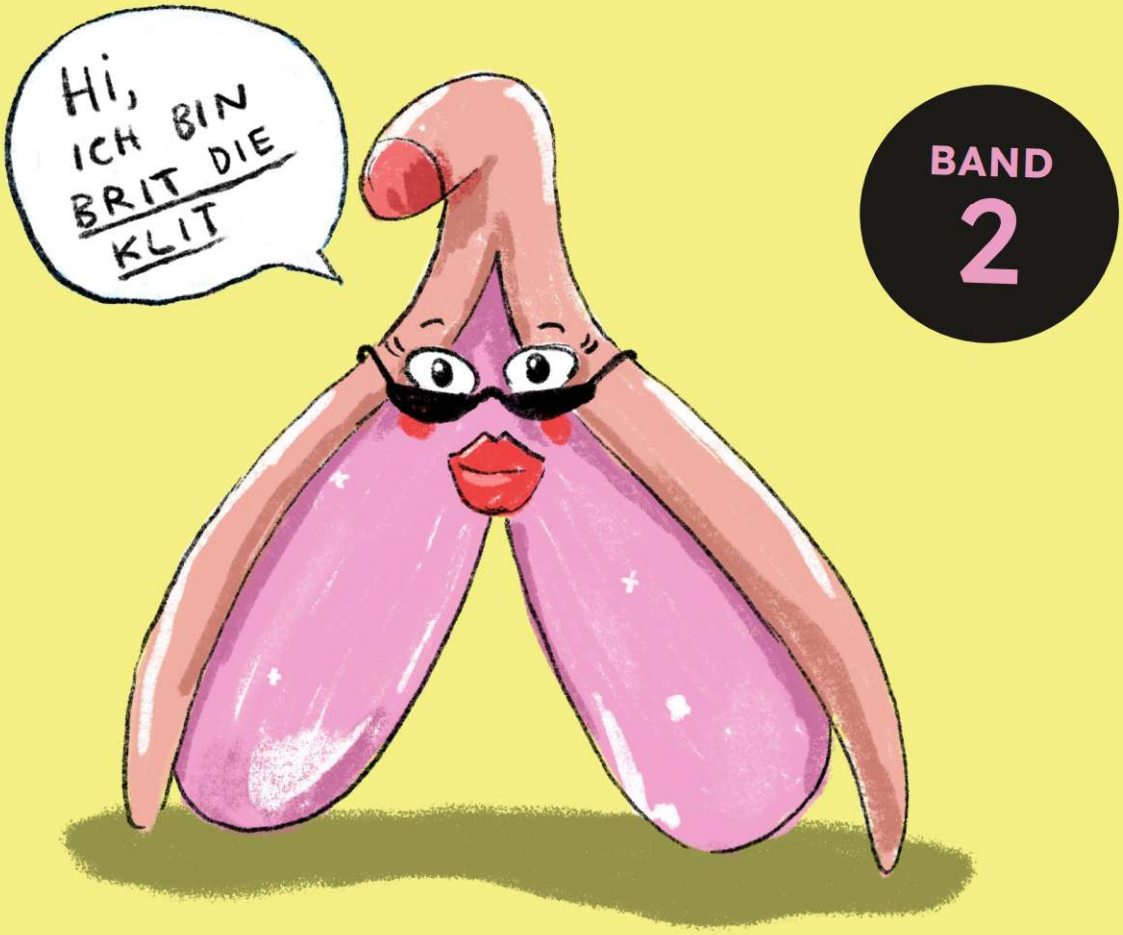
mach es deutlich

Yvonne Kramelhofer
Sexuelle Bildung in Leichter Sprache

Verstehst du meinen Punkt?

Arbeits-Blätter

Teil 2: Jugend & Erwachsen-Sein



BAND 2

ARBEITS-BLATT 2: Was ist die Pubertät?

MERK-TEXT:

Die Pubertät ist eine Zeit der großen Veränderungen.
Dein Körper bereitet sich auf das Erwachsen-Sein vor.
Das dauert mehrere Jahre.
Die Pubertät beginnt zwischen 8 und 13 Jahren.
Sie dauert oft bis zum 18. Lebens-Jahr.

AUFGABE:

Du siehst 4 Fragen.

Welche davon sind richtig?

Welche sind falsch?

Kreuze an!

Aussage	Richtig	Falsch
1. Die Pubertät dauert nur wenige Wochen.	☐	☐
2. Jeder Körper hat seine eigene innere Uhr.	☐	☐
3. Die Pubertät beginnt bei allen Menschen am gleichen Tag.	☐	☐
4. Der Körper bereitet sich in der Pubertät auf das Erwachsen-Sein vor.	☐	☐

ARBEITS-BLATT 7: Der Perioden-Kreis-Lauf

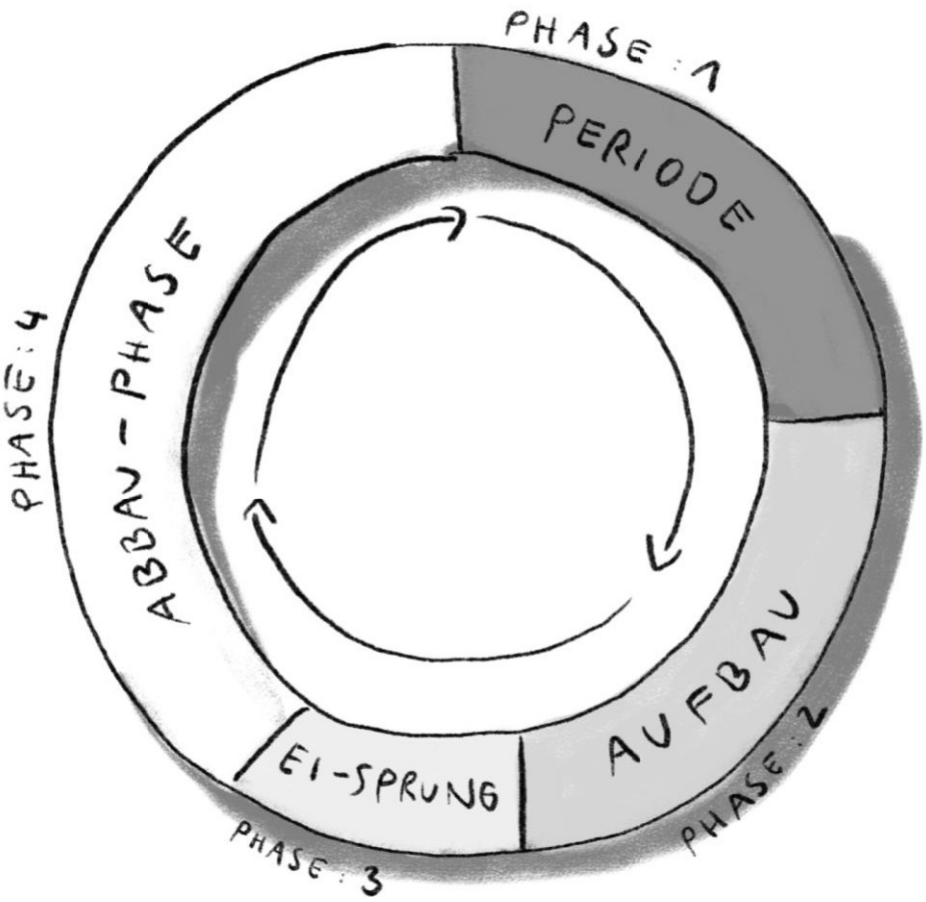
MERK-TEXT:
Du bekommst etwa alle 28 Tage deine Periode.
Das ist der Perioden-Kreis-Lauf.

Phase 1 - Die Periode:
Blut fließt aus der Vagina.

Phase 2 - Die Aufbau-Phase:
Neue Ei-Zellen reifen.
Die Gebär-Mutter baut Schleim-Haut auf.

Phase 3 - Der Ei-Sprung:
Die reife Ei-Zelle verlässt den Eier-Stock.

Phase 4 - Die Abbau-Phase:
Die Gebär-Mutter baut die Schleim-Haut wieder ab.
Dann beginnt Phase 1 von Neuem.



ARBEITS-BLATT 8: Was sind Perioden-Produkte?

MERK-TEXT:

Bei der Periode fließt Blut aus deiner Vagina.

Es gibt Perioden-Produkte.

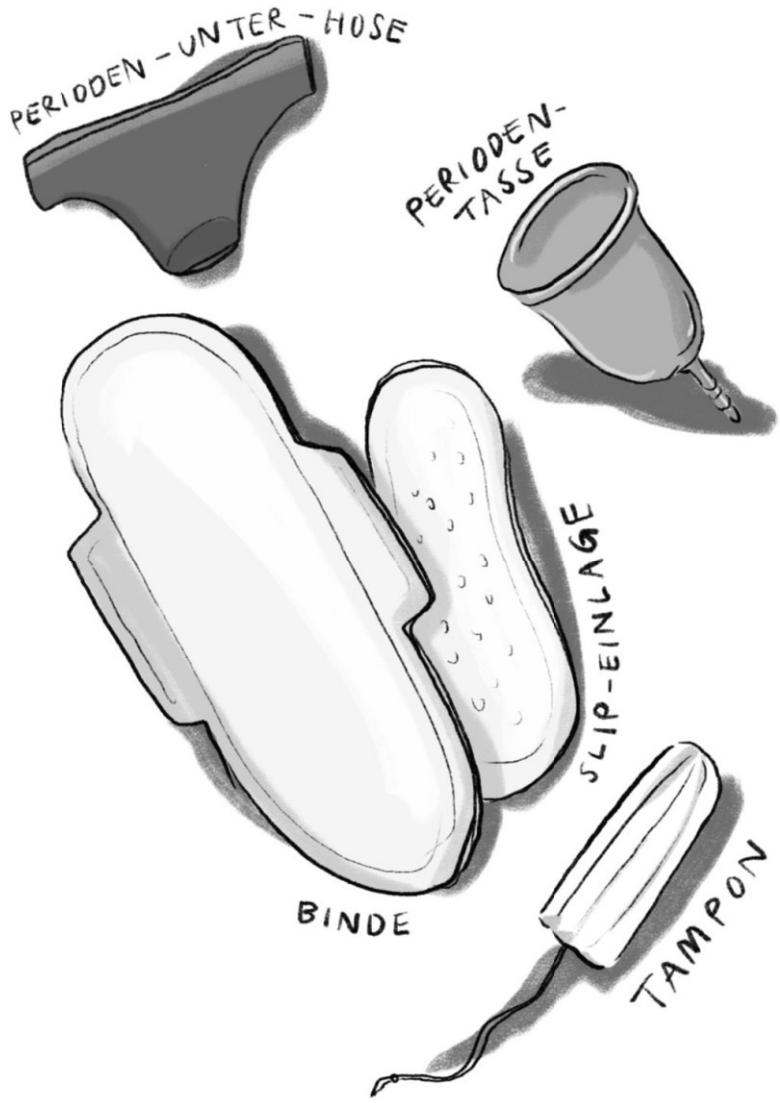
Damit bleibt deine Unter-Hose sauber.

Manche Produkte verwendest du außen:

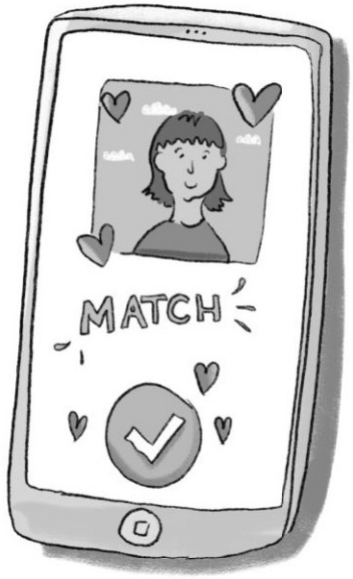
- Binde
- Slip-Einlage
- Perioden-Unter-Hose

Manche Produkte führst du in die Vagina ein:

- Tampon
- Perioden-Tasse



ARBEITS-BLATT 20: Kann ich mich im Internet verlieben?



MERK-TEXT:

Viele Menschen lernen sich im Internet kennen.
Ehrlichkeit ist dabei besonders wichtig.
Benutze ein echtes Foto von dir.
Erzähle die Wahrheit über dein Leben.
Du musst aber nicht gleich alles erzählen.
Hör auf dein Bauch-Gefühl.
Sei immer vorsichtig.

AUFGABE:

Hier sind 4 Sätze.

2 Sätze sind richtig.

2 Sätze sind falsch.

Kreuze die richtigen Sätze an!

- ☐ Ich benutze ein echtes Foto von mir.
- ☐ Ich erzähle Lügen über mein Leben.
- ☐ Ich höre auf mein Bauch-Gefühl.
- ☐ Ich muss sofort alles erzählen.

ARBEITS-BLATT 22: Was sind Beziehungs-Modelle?

MERK-TEXT:

Früher dachten viele Menschen:
Eine Beziehung ist immer zwischen Mann und Frau.
Heute wissen wir:
Es gibt viele verschiedene Arten von Beziehungen.





AUFGABE:

Hier sind 4 Beziehungs-Modelle.

Welche sind es?

Kannst du sie erkennen?

Falls nicht:

Schau im Buch nach.

Du findest die Bilder auf der Seite 55.





ARBEITS-BLATT 24: Was ist Feminismus?

MERK-TEXT:
Feminismus bedeutet:
Alle Menschen sollen die gleichen Rechte haben.
Alle Menschen sollen die gleichen Chancen haben.
Feminismus fordert:
Gleicher Lohn für gleiche Arbeit.
Gerecht geteilter Haus-Halt.
Sicherheit für jede Frau.
Jede Frau entscheidet selbst über ihren eigenen Körper.

AUFGABE:

Hier sind 4 Sätze.

Lies diese Sätze.

Was denkst du darüber?

Ist das gerecht?

Oder ist das ungerecht?

Sprich mit einer anderen Person darüber.

1. Ein Mann verdient mehr als eine Frau.
   Beide machen die gleiche Arbeit.
2. Zwei Personen wohnen zusammen.
   Sie teilen sich den Haus-Halt.
3. Eine Frau darf nicht selbst über ihre Kleidung entscheiden.
   Ihr Mann entscheidet.
4. Alle Menschen dürfen mitreden.
   Niemand wird ausgeschlossen.

GERECHT?
UNGERECHT?

mach es deutlich

Urkunde

Herzlichen Glückwunsch!
Du bist jetzt Expert*in für Sexuelle Bildung.

_____

NAME

