

Nabídka přednášek

Co se to se mnou děje?

Dobrodružství života
před narozením

Chodíme spolu

Poruchy příjmu potravy

Jak si nenechat ublížit

ZŠ, SOU, VŠ

Na základce jsem ještě nevěděl
o čem je řeč, ale teď to
potřebuji vědět!



S úctou k životu

Vážená paní ředitelko, vážený pane řediteli,

dovolujeme si Vás oslovit jménem organizace ABATOP a nabídnout Vaši škole v rámci projektu „**S úctou k životu**“ přednášky na téma:

- 1) *Co se to se mnou děje?* (pro děvčata)
- 2) *Co se to se mnou děje?* (pro chlapce)
- 3) *Dobrodružství života před narozením*
- 4) *Chodíme spolu – zamilovanost a láska – představy a skutečnost*
- 5) *Jak si nenechat ublížit (ve vztahu muže a ženy, v sexualitě ...)*
- 6) *Poruchy příjmu potravy* (pro děvčata)

A také přednášku pro střední školy a učiliště na téma:

Na základce jsem ještě nevěděl o čem je řeč, ale teď to potřebuji vědět!

Přednášky vyslechlo už mnoho studentů na školách a učilištích celé České republiky a všude byly velice dobře přijímány učiteli i žáky.

Odborným garantem projektu o. s. ABATOP je Doc. MUDr. Jana Hamanová, Csc. – předsedkyně České společnosti dorostového lékařství České společnosti Jana Ev. Purkyně.

Podmínky přednášky:

Přednášky trvají 1-2 vyučovací hodiny a jsou zdarma. Uvítáme příspěvek na cestovné. Používáme svůj vlastní projektor a náš jediný požadavek na Vás je zajistit alespoň částečné zatemnění místnosti, ve které bude přednáška probíhat.

Máte-li o naše přednášky zájem, můžete nás kontaktovat na adrese uvedené na poslední straně.



Tomáš Řehák, ředitel o. s. ABATOP

Lída Pohanková, DiS., lektorka

(ilustrativní foto v převzata z internetu)

Co se to se mnou děje? (pro dívky)

Beseda je vždy v tomto období u dívek vítaná. Objasňuje všechny změny v období dospívání – jak psychické, tak tělesné. Odhaluje mnohá „tajemství“ dozrávání v ženu. Cílem je posilovat u dívek úctu k vlastnímu tělu a hledání zdravého postoje k lidské sexualitě.

Co se to se mnou děje? (pro dívky)			
<i>Cílová skupina</i>	<i>Typ prevence</i>	<i>Forma</i>	<i>Obsah</i>
6. třída ZŠ lze spojit dívky ze dvou tříd	zdravotnická	beseda, přednáška, diskuse s dotazy	• psychické změny • tělesné změny • funkce pohl. orgánů • hygiena, menstruace • sexuální zneužívání
Přítomnost pedagoga dle dohody, možnost osobních konzultací			



Co se to se mnou děje? (pro chlapce)

S chlapci rodiče hovoří o změnách v dospívání většinou méně než s děvčaty. Proto bývá beseda s chlapci přijímána s nadšením. Velmi je zajímá, jak funguje jejich tělo. V besedě jsou hoši vedeni k úctě k lidskému tělu a správnému přijímání sexuality muže a ženy, život už od počátku poznávají jako velký dar.

Velmi živou součástí besedy bývá diskuse o nevhodnosti pornografických časopisů a filmů, rovněž o sexuálním zneužívání. Hoši vítají možnost ptát se otevřeně na otázky kolem lidské sexuality. Cílem je vysvětlit vše pravdivě a především v rámci skutečného vztahu lásky dvou lidí.

Co se to se mnou děje? (pro chlapce)			
<i>Cílová skupina</i>	<i>Typ prevence</i>	<i>Forma</i>	<i>Obsah</i>
7. třída ZŠ lze spojit hochy ze dvou tříd	zdravotnická	beseda, přednáška, diskuse s dotazy	• psychické změny • tělesné změny • funkce pohl. orgánů • hygiena • sexuální zneužívání • nebezpečí pornografie, co a jak mne ovlivňuje?
Přítomnost pedagoga dle dohody, možnost osobních konzultací			



Dobrodružství života před narozením

Jak jinak vést dospívající k zodpovědnosti v oblasti vztahů, antikoncepce a prevence AIDS než cestou, která vede k úctě k člověku a úžasu nad dokonalostí lidského těla a zázraku zrození.

Dívky již vědí vše potřebné o dospívání, často mají podrobné informace o antikoncepci, ale to vše nestačí. K vytvoření zodpovědného přístupu v lásce je třeba osvojit si postoj úcty k novému životu, odhalit zázraky a zajímavosti prenatálního vývoje dítěte. Osvobodit dívky od strachu z těhotenství a porodu. Vést ke skutečné zodpovědnosti nejen jednorázovému použití antikoncepce.

O těchto věcech je třeba mluvit nejen s dívkami, ale i chlapce připravovat na zodpovědnost a úlohu otce. A to už nyní, v období dospívání, kdy si tvoří svoje životní hodnoty a hledají sami sebe.

Dobrodružství života před narozením			
<i>Cílová skupina</i>	<i>Typ prevence</i>	<i>Forma</i>	<i>Obsah</i>
7. třída ZŠ jedna třída	zdravotnická	beseda, přednáška, diskuse s dotazy	• nový život – náhoda nebo vztah lásky? • základní informace o fyziologii pohlavních orgánů • zajímavosti ze světa prenatálního vývoje • úcta k novému životu, učit se žasnout • osobní zodpovědnost • ukázky maket
Přítomnost pedagoga dle dohody, možnost osobních konzultací			

Chodíme spolu – zamilovanost láska – představy a skutečnost

Beseda pomáhá ujasnit si pojem zamilovanost a skutečná láska. Láska je předkládána jako vztah dvou lidí nejen jako „dobrá zábava v podobě sexuálních aktivit“. Cílem je posilovat uvědomění vlastní odpovědnosti za sebe, své jednání a výběr partnera. Uvědomit si velkou sílu a vliv společnosti a medií – a co chci já skutečně žít?

Skutečné životní příběhy a výpovědi mladých lidí oslovují nejvíce. Nejde o příběhy z komerčních časopisů, ale skutečné a někdy tvrdé životní zkušenosti.

Chodíme spolu – zamilovanost a láska – představy a skutečnost			
<i>Cílová skupina</i>	<i>Typ prevence</i>	<i>Forma</i>	<i>Obsah</i>
8. třída ZŠ maximálně jedna třída	zdravotnická, sociálně-pato- logické jevy	beseda, přednáška, diskuse s dotazy	• fáze vztahu: přátelství, zalíbení, zamilovanost, láska • rozdíl mezi zamilovaností a láskou • prožívání známosti, jsou dobré hranice? • nevhodné typy partnerů, pozor na násilí! • rozdílná očekávání ve vztahu • rozdílné vnímání sexuality u dívky a chlapce, zodpovědnost jednoho za druhého • životní příběhy, diskuse, zajímavý test
Přítomnost pedagoga dle dohody, možnost osobních konzultací			

Jak si nenechat ublížit (ve vztahu – sexualitě – nechtěné dítě – pohl. nemoci)

Beseda předkládá vše potřebné – informace i životní zkušenosti – pro vytváření životních postojů a hodnot mladého dospívajícího člověka, který končí základní školní docházku. Klade si za cíl posílit úctu k lidskému životu, osobnosti každého člověka a také vlastní sebeúctu. Bez ní se stává člověk bezohledným a sobeckým jedincem. Vytvoření postoje úcty k životu je základem vši prevence neplánovaného těhotenství, interrupcí, pohlavních nemocí i násilí ve vztazích.

Jak si nenechat ublížit? (ve vztahu – v sexualitě – v pohl. nemocích)			
<i>Cílová skupina</i>	<i>Typ prevence</i>	<i>Forma</i>	<i>Obsah</i>
9. třída ZŠ maximálně jedna třída	zdravotnická, sociálně-pato- logické jevy	beseda, přednáška, diskuse s dotazy, životní příběhy	• láska a sexualita, zodpovědnost, sebeovládání • výběr partnera • rizikové faktory ve vztahu • domácí násilí • neplánované těhotenství, možnosti řešení • otázky interrupce • ochrana před HIV, HPV • životní příběhy
Přítomnost pedagoga dle dohody, možnost osobních konzultací			



Poruchy příjmu potravy (pro dívky)

Období dospívání je obdobím změn, nejistoty a vyrovnávání se se sebou samým, se svým tělem, se svými přednostmi i slabostmi. Pro každého dospívajícího je důležité obstát mezi svými vrstevníky, líbit se, být in. Zejména pro dívky se pak někdy může stát, že jídlo se pro ně stane prostředkem, jak se s těmito tlaky vyrovnávají.

Anorexie, bulimie a záchvatovitě nutkavé přejídání jsou aktuální problémy dnešní doby.

Poruchy příjmu potravy (pro dívky)			
<i>Cílová skupina</i>	<i>Typ prevence</i>	<i>Forma</i>	<i>Obsah</i>
7. až 9. třída ZŠ lze spojit dívky ze dvou tříd	zdravotnická	beseda, přednáška, diskuse s dotazy	• spokojenost se sebou samým • jak se vidí muži a ženy • vnímání krásy v historii a kultuře • test – poruchy příjmu potravy • záchvatovitě nutkavé přejídání, anorexie, bulimie – příčiny, následky • kde hledat pomoc
Přítomnost pedagoga dle dohody, možnost osobních konzultací			



Něco pro studenty a učně

Na základce jsem nevěděl, teď to potřebuji

Ve věku střední školy prožívá mladý člověk známost zcela jinak a začíná vnímat skutečné vztahy. Chce prožívat vztah, ale neumí to. Beseda může pomoci orientovat se v rozdílech mezi mužem a ženou, pomoci pochopit rozdílnou komunikaci, odpovědět na mnoho otázek, které dosud nebyly aktuální. Důležité jsou předkládané životní zkušenosti a potřebné kontakty, orientace v síti nutné pomoci.

Něco pro studenty a učně			
<i>Cílová skupina</i>	<i>Typ prevence</i>	<i>Forma</i>	<i>Obsah</i>
studenti SŠ, SOU, VŠ maximálně jedna třída	zdravotnická, sociálně-patologické jevy	beseda, diskuse, životní příběhy, testy, zážitkové hry	1. Partnerský vztah 2. Těhotenství, porod, antikoncepce, otcovství a mateřství 3. Jak si nenechat ublížit
Přítomnost pedagoga dle dohody, možnost osobních konzultací			

1. Partnerský vztah

► fáze vztahu, etapy ve známosti, vzájemná komunikace, rozdíly v chování a očekávání mužů a žen, sebezpřijetí, co bychom o sobě navzájem měli vědět, na co si dát pozor – násilí ve vztahu, manipulace, úloha sexuality

2. Těhotenství, porod, antikoncepce, otcovství a mateřství

► přirozená plodnost muže a ženy, antikoncepce a její princip, plánování rodiny, odpovědnost za početí, vznik lidského života, zajímavosti prenatalního vývoje, role otce a matky, otázky kolem interrupce, neplánované těhotenství a možnosti řešení

3. Jak si nenechat ublížit

► domácí násilí, rozpoznání varovných signálů během chození, specifika domácího násilí a formy pomoci, kontakty na krizová centra, rizika nezodpovědného sexuálního života, pohlavně přenosné choroby (AIDS)



*V případě zájmu o přednášku nás
kontaktujte na této adrese:*

Ludmila Pohanková, DiS.
Krumpach 32, 789 01 Zábřeh
tel: 732 220 863
mail: lida.pohankova@seznam.cz
www.abatop.cz



**„Lidé říkají, že je na světě málo místa. Já si však
myslím, že málo místa je v lidských srdcích.“**

(Matka Tereza)