



Jugendberatung Zittau  
Ev.-Luth. Kirchgemeinde St. Johannis Zittau  
& Diakonie Löbau-Zittau gGmbH  
Kooperationsprojekt  
Pfarrstr. 14  
02763 Zittau  
Telefon: 03583 / 540719 Claudia Hüttig  
03583 / 7960896 Thomas Ranft  
online: [post@jb-zittau.de](mailto:post@jb-zittau.de)  
[www.jb-zittau.de](http://www.jb-zittau.de)



## Bildungsangebote Jugendberatung Zittau

Thema:	Mein Körper ist kostbar
Zielgruppe(n):	Kinder ab 10 Jahre, Jugendliche
Projektdauer:	90 min
TN-Zahl:	Mädchen bis max. 12
Kosten: kostenfrei	gefördert durch den Landkreis Görlitz
Veranstaltungsort:	Raum mit vorbereitetem Stuhlkreis Schule, alternativ Gemeindesaal Pfarrstr. 14, Zittau

Ansprechpartner/*in:	Claudia Hüttig
Telefon:	03583-540719
E-mail:	<a href="mailto:post@jb-zittau.de">post@jb-zittau.de</a>
Inhalte:	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> Das Projekt bemüht sich um die Schulung der körperlichen Wahrnehmung und Differenzierung von Gefühlen und der Stärkung des Selbstwertgefühls. In einer Zeit umfangreicher körperlicher Veränderungen müssen Mädchen je für sich einen Weg finden, ihren Körper und damit einen wichtigen Teil ihres Selbst anzunehmen. Gesellschaftliche Normen und Vergleiche innerhalb der Peergroup werden selten hinterfragt und verunsichern viele Mädchen. Jenseits vom „moralischen Zeigefinger“ sollen Mädchen ihren Körper als schützenswert und kostbar wahrnehmen können.</p>