



**LIEBE, SEX UND SCHWANGERSCHAFT**  
selbstbestimmt und unbehindert



1. „pro“ bedeutet „für“ pro familia Frankfurt am Main.....	4
2. Wir haben ein offenes Ohr für alles Der erste Kontakt mit uns.....	7
3. Jede Frage ist erlaubt Sexuelle Bildung für Kinder und Jugendliche .....	9
4. Schwanger – und was nun? Schwangerschafts(konflikt)beratung .....	12
5. Offen reden – auch über Sex Paar- und Sexualberatung.....	14
6. Eine Sprechstunde, die sich Zeit nimmt Beratung zu medizinischen Fragen.....	16

A stylized, light orange graphic of a tower, resembling the Frankfurt Skyline Tower, positioned vertically on the left side of the page. It has a central shaft, a wide middle section, and a pointed top with a lattice-like structure.

# 1. PRO FAMILIA FRANKFURT AM MAIN

Wofür  
stehen wir?

Wie sind wir  
organisiert?

Was zeichnet  
uns aus?

# „PRO“ BEDEUTET „FÜR“

pro familia – der Name sagt es bereits. Der Verein pro familia nimmt sich essentieller menschlicher Themen an. Unsere Grundhaltung ist dabei positiv: positiv dem Leben, der Liebe und vor allem der Sexualität gegenüber. Denn: pro bedeutet für. Die Basis unserer Arbeit ist das Menschenrecht auf selbstbestimmte Sexualität und Familienplanung.

## WOFÜR STEHT PRO FAMILIA?

### pro familia bejaht

#### Sexualität in all ihrer Vielfalt.

- ▶ Deshalb engagieren wir uns für eine selbstbestimmte, unbehinderte Sexualität in all ihrer Vielfalt und in jedem Alter – auch für Menschen mit körperlichen oder geistigen Einschränkungen.
- ▶ Wir befürworten neue Geschlechterbilder und -rollen.

### pro familia setzt sich ein für das Recht auf selbstbestimmte Familienplanung.

- ▶ Wir beraten und unterstützen Einzelpersonen und Paare bei ihrem Kinderwunsch. Das gilt auch für gleichgeschlechtliche Paare.
- ▶ Wir informieren und beraten zu den unterschiedlichen Wegen der Verhütung.
- ▶ Wir unterhalten einen Fonds, mit dem wir Frauen mit geringem Einkommen einen Zuschuss zu Verhütungsmitteln geben.
- ▶ Und wir beraten und unterstützen bei ungewollter Schwangerschaft, wie immer die Entscheidung am Ende auch ausfällt. Hierfür sind wir eine staatlich anerkannte Beratungsstelle nach dem Schwangerschaftskonfliktgesetz.

### pro familia ist parteilich für die Menschen, die bei uns Rat suchen.

- ▶ Im Mittelpunkt unserer Unterstützung stehen die Menschen, die bei uns Beratung und Hilfe suchen. Wir nehmen sie an, so wie sie sind. Das heißt auch: Unsere Beratung ist ergebnisoffen. Wir beeinflussen keine Entscheidung. Wir bewerten nicht.
- ▶ Selbstverständlich sind alle Gespräche vertraulich und unterliegen der Schweigepflicht. Wer will, kann sich auch anonym beraten lassen.

## WIE SIND WIR AUFGESTELLT?

**pro familia Frankfurt** ist organisiert im pro familia Landesverband Hessen und vernetzt mit dem pro familia Bundesverband und dessen Dachorganisation IPPF (International Planned Parenthood Federation). Außerdem sind wir Mitglied des ‚Paritätischen‘ Hessen.

Bei pro familia Frankfurt arbeiten fünf Teams zu den Schwerpunkten:

- ▶ Erstkontakt/Vorgespräch
- ▶ Sexuelle Bildung
- ▶ Sozial- und Schwangerschaftsberatung
- ▶ Paar- und Sexualberatung
- ▶ Medizinische Beratung

Pro Jahr werden rund 10.000 Erwachsene, Jugendliche und Kinder von uns beraten. Neben den klassischen pro familia-Themen Verhütung, Kinderwunsch, Schwangerschaftskonflikten und Sexualität informieren und beraten wir auch zu medizinischen, sozialrechtlichen und psychologischen Fragen: Pränatale Diagnostik, Brustkrebs und Brustkrebsfrüherkennung, Wechseljahre, Sexualität im Alter, Mutterschutz, Elterngeld, Kinderbetreuung, Trennung und Scheidung sowie Beziehungs- und sexuelle Probleme.

Insgesamt arbeiten rund 20 Beraterinnen und Berater bei pro familia Frankfurt. Spezialisiert auf ihr Fachgebiet stehen sie den anderen Teams mit ihrer Expertise zur Verfügung. Bei Bedarf können wir schnell intern weiterleiten, z. B. an eine Ärztin oder Sozialberaterin im Haus.

## WAS ZEICHNET UNS AUS?

**Unsere Beratungsstelle ist barrierefrei:** mit Schildern in Braille-Schrift, Broschüren in Leichter Sprache, Außen-Fahrstuhl, Behindertentoilette sowie einem medizinischen Untersuchungsraum, der angepasst ist an die Bedürfnisse von Frauen mit körperlichen oder geistigen Einschränkungen.

**Kultursensible Beratung:** Zu einer feinfühligem Beratung gehört das Verständnis für kulturelle Unterschiede – besonders in Fragen von Schwangerschaft und Familie. Damit Sprache dabei nicht zur Barriere wird, beraten wir außer in Deutsch und Englisch auch in verschiedenen anderen Sprachen oder lassen uns von Dolmetscher\*innen unterstützen.

**Wir sind bestens qualifiziert:** Die regelmäßige Fort- und Weiterbildung der Berater\*innen und ein umfassender fachlicher Austausch sichern den hohen Standard unserer Beratungsangebote.

## Wir haben ein Schutzkonzept:

Wo auch immer der Verdacht auf Kindeswohlgefährdung im Zusammenhang mit unserer Beratungsarbeit aufkommt, helfen uns Handlungsleitfäden dabei, die betroffenen Kinder und Jugendlichen professionell vor weiteren Gefährdungen zu schützen.

**Wir sind EFQM-zertifiziert:** Zentrales Kriterium in der Qualitätssicherung nach EFQM (European Foundation for Quality Management) ist die Kundenorientierung. Die Zertifizierung wird alle drei Jahre neu geprüft.

**Wir sind gut vernetzt** und Mitglied in vielen Arbeitskreisen und Runden Tischen in Frankfurt und dem Main-Taunus-Kreis zu Themen wie „Hilfen in der Schwangerschaft“, „Jugendarbeit“ oder „Inklusion“.

## WIE FINANZIEREN WIR UNS?

pro familia Frankfurt wird zu großen Teilen finanziert von der Stadt Frankfurt am Main und dem Land Hessen. Auch der Main-Taunus-Kreis leistet einen Beitrag. Den Rest des Budgets erwirtschaftet pro familia Frankfurt selbst mit kostenpflichtigen Angeboten, Mitgliedsbeiträgen, Spenden und anderen Sonderzuwendungen. Unser Vorstand arbeitet ehrenamtlich.

## 2. DER ERSTE KONTAKT MIT UNS

Diskretion!

# WIR HABEN EIN OFFENES OHR FÜR ALLES

Ob ungewollte Schwangerschaft oder finanzielle Notlage, ob Beziehungskrise oder einfach nur die Frage, was es alles zu regeln gilt, wenn man ein Kind erwartet – unser erfahrenes Team am Empfang ist nicht aus der Ruhe zu bringen und hat ein offenes Ohr für alle Fragen und Nöte.

## DISKRET UND ZUGEWANDT

Ob am Telefon oder persönlich – bei pro familia Frankfurt wird niemand schnell abgefertigt. Die erfahrenen Kolleginnen vom „Erstkontakt“ sorgen für Diskretion, hören zu und beruhigen in schwierigen Lebenslagen, wie z. B. bei einer ungewollten Schwangerschaft oder Problemen in der Partnerschaft.

## WISSEN, WER WEITER- HELFEN KANN

Unser Team am Empfang erkennt schnell den Beratungsbedarf, vermittelt an die richtigen Beraterinnen und Berater im Haus und macht die Termine dazu. Falls weitere Expertise gebraucht wird, leiten die Kolleginnen an andere Stellen weiter.

## Zeitgleich mit der ersten Pille

Gründung von pro familia Frankfurt

Anfang der 1960-er Jahre ist in der Bundesrepublik „Familienplanung“ ein Fremdwort, „Verhütung“ offiziell kein Thema und „Aufklärung“ etwas, worüber man lieber schweigt. 1961 - im Jahr der ersten Pillenzulassung in Deutschland öffnet am 02. November 1961 die erste Beratungsstelle von pro familia in Frankfurt und kurz darauf erfolgt auch die Vereinsgründung von pro familia Frankfurt am Main. Seitdem werben wir für einen offeneren Umgang mit Liebe, Lust und Schwangerschaft.

Nach wie vor ist pro familia damit die einzige Institution in Deutschland, die das Thema „Selbstbestimmte Sexualität und sexuelle Rechte“ in den Mittelpunkt ihrer Arbeit stellt.

**Übrigens:** Die freie Entscheidung von Männern und Frauen, zu welcher Zeit sie wie viele Kinder haben wollen, wurde 1968 von den Vereinten Nationen zu einem grundlegenden Menschenrecht ausgerufen.



# 3. SEXUELLE BILDUNG FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

Wie fühlt sich Liebe an?  
Wie das „erste Mal“?

Was darf ich in  
welchem Alter?

Was passiert in  
meinem Körper?

Wie  
funktioniert  
Sex?

Welche Verhütung  
ist die beste?

# JEDE FRAGE IST ERLAUBT

Bei unseren Sexualpädagog\*innen ist jede Frage gut aufgehoben. Ob in Schulklassen oder im Jugendhaus, sie schaffen einen Rahmen, in dem Kinder und Jugendliche mit Erwachsenen offen und geschützt über Sex reden können.

## ORIENTIERUNGSHILFE

Auf ihrem Weg in die eigene Sexualität haben Kinder und Jugendliche viele Fragen. pro familia Frankfurt begleitet und unterstützt sie auf diesem Weg, erklärt und räumt mit Mythen auf. Immer geht es darum, einen selbstbestimmten, partnerschaftlichen und akzeptierenden Umgang mit Sexualität zu vermitteln.

## KLARTEXT IM GESCHÜTZTEN RAHMEN

Schulklassen und Jugendgruppen können wir in unseren hauseigenen Gruppenräumen empfangen. Wenn es besser passt, kommen wir aber auch in die Einrichtungen. Wir arbeiten geschlechtsspezifisch und verwenden Methoden, die Anonymität wahren. Niemand muss sich „outen“. Dabei achten

wir auf diejenigen, die sich bei aller Neugier dennoch schämen, öffentlich über Sexualität zu sprechen. Die Themen geben allein die teilnehmenden Mädchen und Jungen vor – nicht wir. Wir warten ab, was kommt, und gehen situativ auf alle Fragen ein, z. B. zu:

- ▶ Körpervorgängen
- ▶ Pubertät
- ▶ Liebe und Beziehungen
- ▶ Sexualität und Lust
- ▶ Verhütung und Schwangerschaft
- ▶ Kinder- und Jugendrecht

Ficken, bumsen, blasen: Wir verstehen die Sprache von Heranwachsenden und lassen sie zu. Um Bienen und Blümchen geht es bei uns nicht. Wir reden Klartext, sind konkret und verwenden anschauliche, altersgemäß angepasste Materialien, Modelle und Medien.

Auf spielerische, humorvolle und doch ernsthafte Weise besprechen wir sexuelle Vorgänge und entdramatisieren sie. Mit Erfolg, wie uns Eltern und Lehrkräfte häufig zurückmelden:

*„Die Atmosphäre in der Klasse hat sich verändert. Der Umgang miteinander ist respektvoller und weniger aufgeregt. Auch die Vulgärsprache hat nachgelassen, es werden weniger sexualisierte Schimpfwörter benutzt.“*

## **FORTBILDUNGEN FÜR FACHKRÄFTE**

Für pädagogische Fachkräfte, die mit Kindern und Jugendlichen in Kindertagesstätten, Schule, Jugendtreffs oder Wohneinrichtungen arbeiten, bietet das sexualpädagogische Team Fortbildungen und Fachberatung an:

- ▶ Regeln bei Doktorspielen
- ▶ Umgang mit Nacktsein
- ▶ Prävention von sexueller Gewalt
- ▶ Wann und wie aufklären?
- ▶ Kindliche Sexualität im Gegensatz zu Erwachsenensexualität
- ▶ Pubertät
- ▶ Jugendsexualität und Medien

Auch zu Sexualität als Thema in der Altenpflege schulen wir Fachkräfte.

## **BERATUNG FÜR ELTERN**

Zu allen Themen rund um die Sexualerziehung gestalten wir Elternabende in Kita, Schule oder Hort. Eltern können sich aber auch im persönlichen Gespräch an uns wenden.

## **SEXUALITÄT UND BEHINDERUNG**

Immer häufiger suchen Menschen mit geistigen und körperlichen Einschränkungen sowie ihre Angehörigen die Beratung von pro familia Frankfurt. In vielen Förderschulen, Wohneinrichtungen und Werkstätten der Behindertenhilfe gehört sexuelle Bildung inzwischen selbstverständlich zum Angebot dazu.

Wir sorgen dafür, dass Klient\*innen mit unterschiedlichsten Behinderungen, Angehörige und Betreuungsfachkräfte mehr Orientierung, Sicherheit und Leichtigkeit im Umgang mit dem Thema Sexualität finden.

# 4. SCHWANGERSCHAFTS- (KONFLIKT)BERATUNG



Arbeitsleben und  
Schwangerschaft?

Welche finanziellen  
Hilfen gibt es?

Vorsorgeleistungen?

Elternzeit?

Beziehungs-  
probleme?

# SCHWANGER – UND WAS NUN?

„Ich bin schwanger. Was muss ich jetzt tun?“, das ist eine der häufigsten Fragen an die Sozialberaterinnen von pro familia Frankfurt. Denn kaum etwas wirbelt das Leben so durcheinander wie die Nachricht, ein Kind zu erwarten. Für diese Umbruchzeit sind wir seit mehr als 50 Jahren eine vertrauensvolle Anlaufstelle. Das gilt auch, wenn die Schwangerschaft ungewollt ist.

## VERLÄSSLICHE BEGLEITUNG

Viele Fragen wollen geklärt sein:

- ▶ Welche Rechte haben Schwangere im Arbeitsleben?
- ▶ Welche finanziellen und sonstigen Hilfen gibt es, wenn das Geld knapp ist oder der Partner die Entscheidung nicht mitträgt?
- ▶ Welche Vorsorgeleistungen sind sinnvoll und was verbirgt sich hinter der Pränataldiagnostik?
- ▶ Wie organisieren wir die Elternzeit?
- ▶ Und wie verändert sich möglicherweise die Beziehung als Paar, wenn man Eltern wird?

Zu allen sozialrechtlichen, medizinischen und psychologischen Fragen rund um das Thema Schwangerschaft bieten unsere Beraterinnen Orientierung, Begleitung und verlässliche Hilfe.

## ANERKANNTE BERATUNGSSTELLE

pro familia ist eine anerkannte Beratungsstelle nach dem Schwangerschaftskonfliktgesetz. Denn nicht immer bedeutet eine Schwangerschaft das reine Glück. Gründe dafür gibt es viele: Gesundheitliche Bedenken; eine abgeschlossene Familienplanung; das Gefühl, zu jung oder zu alt zu sein für ein (weitere) Kind; eine zerbrochene Partnerschaft; die berufliche oder finanzielle

Situation der Mutter oder beider Partner.

Für Frauen, die einen Schwangerschaftsabbruch erwägen, bieten wir eine ergebnisoffene, neutrale Beratung an. Auf Wunsch beziehen wir auch andere Personen in unsere Beratung mit ein. Doch die letzte Entscheidung liegt allein bei der Schwangeren. Ihr Wohl steht bei uns im Mittelpunkt.

# 5. PAAR- UND SEXUALBERATUNG

Wir schlafen nicht  
mehr miteinander!

Was ist mit  
Sex im Alter?

Ich habe Angst  
vor dem Alleinsein!

Die Kinder haben unsere  
Beziehung verändert!

Wie können  
wir zusammen  
bleiben?

# OFFEN REDEN – AUCH ÜBER SEX

Sexualität ist ein wichtiger Bestandteil des persönlichen Wohlbefindens – und einer Partnerschaft. Wünsche, Probleme, Ängste rund um Sexualität stehen daher auch im Mittelpunkt unserer Paarberatung. Bei uns offen und respektvoll über die eigene Sexualität sprechen zu können, dafür sind viele Paare dankbar.

## UNAUSGESPROCHENES ANSPRECHEN

Wir beraten Paare und Einzelpersonen bei der Gestaltung ihrer Sexualität – unabhängig von Alter oder sexueller Orientierung und unabhängig, ob ein einmaliges Gespräch oder ein längerer Beratungsprozess gewünscht ist.

Unser Team hat viel Erfahrung und vermittelt bei Bedarf auch an andere Stellen weiter.

Die Paar- und Sexualberaterinnen schaffen dabei eine Atmosphäre, die es den Ratsuchenden leichter macht, heikle Themen zu besprechen:

- ▶ Unterschiedliche sexuelle Bedürfnisse und Beziehungsvorstellungen
- ▶ Veränderungen durch das Eltern-Sein

- ▶ Sexualität und Älterwerden
- ▶ Geheime Wünsche
- ▶ Fremdgehen
- ▶ Unterschiedliches Lustempfinden
- ▶ Erektionsstörungen
- ▶ Orgasmus-Schwierigkeiten
- ▶ Schmerzen beim Geschlechtsverkehr

„Hier reden wir ganz anders miteinander. Zuhause klappt das nicht.“

Bei uns kann bislang Unausgesprochenes offen angesprochen werden, das ist eine Rückmeldung, die wir häufig bekommen.

## ZUSAMMENBLEIBEN ODER NICHT?

Auch in sehr schwierigen Krisensituationen beraten und begleiten wir Paare. Im Falle einer Trennung bieten wir bei uns im Haus auch Mediation und Beratung zur Umgangsregelung mit Kindern an. Diese werden von externen Fachkräften durchgeführt.

## NICHT NUR WENN'S BRENNT

Als kleine Auszeit vom Beziehungsalltag können Paare bei pro familia Frankfurt unser Beratungsangebot auch nutzen, wenn die Partnerschaft gut läuft: Sich Zeit füreinander nehmen, in Ruhe zuhören, ansprechen, was im Alltag untergeht.

# 6. BERATUNG ZU MEDIZINISCHEN FRAGEN

Bin ich bereits in  
den Wechseljahren?

Was kann ich tun,  
damit ich endlich  
schwanger werde?

Wie untersuche  
ich meine Brust?

Hilfe! Ich vertrage  
keine Pille!?

Verstehen Sie  
meine Sprache?



# EINE SPRECHSTUNDE, DIE SICH ZEIT NIMMT

In der medizinischen Sprechstunde von pro familia Frankfurt stehen die Themen Familienplanung, Schwangerschaft, Verhütung und Frauengesundheit im Mittelpunkt.

## ZEIT ZUM NACHFRAGEN

- ▶ Menstruationsbeschwerden
- ▶ Medizinische Erstuntersuchung für junge Frauen
- ▶ Unterschiedliche Möglichkeiten des Verhütens
- ▶ Diaphragma-Anpassung
- ▶ Beratung für Frauen in und nach den Wechseljahren
- ▶ Sexuelle Funktionsstörungen
- ▶ Kinderwunsch-Beratung

Bei all diesen Themen geht es oft um mehr als rein medizinische Beratung und die Ausstellung eines Rezepts. Welche Fragen und welche Gefühle begleiten das Anliegen? Was macht Angst? Was bereitet Schmerz? Was macht Freude? Ob junges Mädchen oder Frau im reifen Alter: Wir hören zu und beziehen die gelebte Sexualität, die persönliche Lebenssituation und den kulturellen Hintergrund unserer Ratsuchenden mit ein, um

möglichst individuell passende Lösungen für sie zu finden. Auch eine Dolmetscherin oder Sozialberaterin kann hinzugezogen werden.

## UNTERSUCHUNG UND BEHANDLUNG VON FRAUEN MIT BEHINDERUNG

Frauen mit einer körperlichen oder geistigen Behinderung können sich bei pro familia Frankfurt medizinisch untersuchen und auch behandeln lassen. Sie finden hier einen barrierefreien Untersuchungsraum, der an unterschiedliche Bedürfnisse angepasst ist, eine medizinische Assistenz, die nötige Zeit und Verständnis.

Frauen mit Behinderungen können bei uns auch einen Geburtsvorbereitungskurs besuchen – ob mit oder ohne Begleitung.

## UNABHÄNGIGER ÄRZTLICHER RAT

Unsere pro familia Ärztinnen beraten umfassend und unabhängig. Ratsuchende können sich bei uns eine Zweitmeinung einholen und erhalten Unterstützung bei wichtigen Entscheidungen. Eine medizinische Regelversorgung und Therapie bietet pro familia Frankfurt allerdings nicht. Wir unterhalten keine ärztliche Praxis.

## ANGEBOTE FÜR FRAUENGRUPPEN

Zu allen Themen rund um Familienplanung und Frauengesundheit bietet pro familia Frankfurt auch Gruppenveranstaltungen an, z. B. für Migrantinnen-Treffs. Außerdem veranstalten wir Brust-Selbstuntersuchungskurse nach Mamma Care®.

# IMPRESSUM

HERAUSGEBER

**pro familia**

**Ortsverband Frankfurt am Main e.V.**

Palmengartenstraße 14

60325 Frankfurt am Main

Tel. 069 90 744 744

Fax 069 90 744 730

frankfurt-main@profamilia.de

www.profamilia.de/frankfurt-main

TEXT UND KONZEPTION

PIFFF PresseFrauen In FrankFurt

REDAKTION

Claudia Hohmann

GESTALTUNG

Stählingdesign, Darmstadt

DRUCK

Flyeralarm

© pro familia

Ortsverband Frankfurt am Main e.V.

Frankfurt am Main

Stand 10/2017

Unsere Beratungsarbeit wird gefördert durch das Land Hessen,  
die Stadt Frankfurt am Main und den Main-Taunus-Kreis.





**pro familia**  
Deutsche Gesellschaft für Familienplanung,  
Sexualpädagogik und Sexualberatung  
Ortsverband Frankfurt am Main e.V.

**Beratungsstelle Westend**  
Palmengartenstraße 14  
60325 Frankfurt am Main

**Beratungsstelle Bornheim**  
Rendeler Straße 37  
60385 Frankfurt am Main

**Beratungsstelle im Klinikum Höchst**  
Gotenstraße 6–8  
65929 Frankfurt am Main

Tel.: 069 90 744 744  
Fax: 069 90 744 730  
E-Mail: frankfurt-main@profamilia.de

[www.profamilia.de/  
frankfurt-main](http://www.profamilia.de/frankfurt-main)

Mitglied des Gesamtverbandes

