






Az egészségügyi ellátásunkról

 IDŐ	<p>30 - 40 perc</p>
 RÉSZTVEVŐ	<p>15 – 25 fő</p>
 SZÜKSÉGES ANYAG	<ul style="list-style-type: none"> Tábla/interaktív tábla
 CÉL	<ul style="list-style-type: none"> A szexuális és reprodukív egészséghez való hozzáférés akadályainak megértése Rávilágítani a saját testünk egészségügyi ápolásának szükségességére
 ÚTMUTATÓ LÉPÉSRŐL LÉPÉSRE	<ol style="list-style-type: none"> Kezd ezt a gyakorlatot ötletbörzével - akár kis csoportokban is - a következőkről: felelősség, bizalom, egészség, test, megelőzés. Példák: egészséges társas kapcsolatok, mentális egészség, egészségmegőrzés kulturális szempontból (hiszen országonként, de még családonként is nagy különbségek vannak abban, hogy milyen gyakran járunk egészségügyi intézményekbe); Minden csoport készíthet plakátot, majd később összevethetitek ezeket és minden csoport bemutathatja a sajátját; Kérd meg a résztvevőket, hogy mondjanak néhány indokot, hogy az ő korukbeliek miért kérhetnek egészségügyi ellátást, miért fordulhatnak orvoshoz; Írd fel az indokaikat a táblára! A válaszok között szerepelhet sport vagy egyéb sérülés, megfázás/influenza/torokfájás, éves ellenőrzés; Most arra adjanak néhány indokot, amelyek miatt bárkinek szüksége lehet egészségügyi ellátásra, különösen a szexuális és reprodukív egészséggel kapcsolatban. A válaszok között szerepelhet fogamzásgátló felírása,



**Az Európai Unió
társfinanszírozásával**

**Herceghalmi
Pedagógusok
Egyesülete**





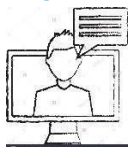
Az Európai Unió finanszírozásával. Az itt szereplő vélemények és állítások a szerző(k) álláspontját tükrözik, és nem feltétlenül egyeznek meg az Európai Unió vagy az Európai Oktatási és Kulturális Végrehajtó Ügynökség (EACEA) hivatalos álláspontjával. Sem az Európai Unió, sem az EACEA nem vonható felelősségre miattuk.



symplexis



cesie
the world is only one creature

	<p>fájdalmas menstruáció, szokatlan váladékozás a nemi szervekből, új csomók vagy dudorok a nemi szervek körül vagy a nemi szerveken, terhesség;</p> <p>6. Most mondjanak néhány okot, amiért a tinédzserek esetleg nem fordulnak egészségügyi ellátásért, amikor szexuális vagy reprodukív egészségügyi problémáik vannak. A válaszok között említhetik, hogy kényelmetlenül érzik magukat a nemi szerveikről beszélve, szégyellik magukat a fizikális vizsgálat miatt, aggódnak amiatt, hogy szólnak a szüleiknek/gondviselőiknek, kényelmetlen nekik a férfi/női orvos előtt beszélni;</p> <p>7. A csoporttal készítetek egy listát azokról az intézményekről, ahová a tinédzserek szexuális és reprodukív egészséggel kapcsolatos aggodalmaikkal fordulhatnak és ahol kivizsgáláson vehetnek részt. Próbáljatok meg konkrét információkat szerezni olyan intézményekről, amelyek a tinédzser ügyfelekre specializálódtak.</p> <p>8. Készítetek egy listát azokról a javaslatokról, amelyekkel megkönnyíthetitek az orvoshoz vagy a klinikához való eljutást. Ötleiteket három csoportba oszthatjátok:</p> <ul style="list-style-type: none"> • a látogatás előtt; • a látogatás során; • a látogatás után. <p>9. A facilitátorok kis csoportokra oszthatják a csoportot, és így tarthatnak ötletbörzét arról, hogyan lehet leküzdeni a kínos vagy kihívást jelentő helyzeteket az egészségügyi ellátórendszerben. Gyűjtsenek tippeket, amelyek segíthetnek, például: hogyan kérdezz vissza, ha nem biztos, hogy értesz egy kérdést; hogyan készüljünk fel kérdésekkel az orvosi rendelésre; vigyünk magunkkal valakit, akiben megbízunk; hogyan védhetjük meg személyes határainkat, és előzhetjük meg a kínos helyzeteket stb.</p>
 <p>ESZME-CSERE</p>	<p>A megbeszélés része a gyakorlatnak.</p>
 <p>TIPPEK</p>	<p>A facilitátorok megoszthatják személyes történeteiket – saját tapasztalataikat ugyanezekkel a problémákkal, hogyan találtak megbízható egészségügyi szakembert, mi segített nekik, amikor hasonló helyzetben voltak. Azt is megoszthatják, hogy ezek a kérdések a felnőttek számára is aktuálisak.</p>
<p>ONLINE FORMA</p> 	<p>-</p>



Az Európai Unió
társfinanszírozásával

Herceghalmi
Pedagógusok
Egyesülete



Az Európai Unió finanszírozásával. Az itt szereplő vélemények és állítások a szerző(k) álláspontját tükrözik, és nem feltétlenül egyeznek meg az Európai Unió vagy az Európai Oktatási és Kulturális Végrehajtó Ügynökség (EACEA) hivatalos álláspontjával. Sem az Európai Unió, sem az EACEA nem vonható felelősségre miattuk.



symplexis



cesie
the world is only one creature



ELMÉLET

Forrás: <https://teachingsexualhealth.ca/> (angol nyelven)



**Az Európai Unió
társfinanszírozásával**

Az Európai Unió finanszírozásával. Az itt szereplő vélemények és állítások a szerző(k) álláspontját tükrözik, és nem feltétlenül egyeznek meg az Európai Unió vagy az Európai Oktatási és Kulturális Végrehajtó Ügynökség (EACEA) hivatalos álláspontjával. Sem az Európai Unió, sem az EACEA nem vonható felelősségre miattuk.

**Herceghalmi
Pedagógusok
Egyesülete**



symplexis



cesie
the world is only one creature