



Das Mouvement Luxembourgeois pour le
Planning Familial et l'Éducation Sexuelle **est une asbl**
conventionnée avec le **Ministère de la Santé.**

Centre Dr M.-P. Molitor-Peffer

6, rue de la Fonderie L-1531 Luxembourg

T 48 59 76 **F** 40 02 14 **M** info@pfl.lu

Montag, Dienstag, Mittwoch und Freitag: 9-17 Uhr

Donnerstag: 10-18 Uhr

und nach Vereinbarung

Centre d'Esch-sur-Alzette Centre Mercure

12, rue de l'Alzette L-4010 Esch-sur-Alzette

T 54 51 51 **F** 53 15 69 **M** esch@pfl.lu

Montag und Freitag: 9-13 Uhr und 14-17 Uhr

Dienstag und Donnerstag: 9-16 Uhr

Mittwoch: 14-16 Uhr

und nach Vereinbarung

Centre d'Ettelbruck

18, av. J.F. Kennedy L-9053 Ettelbruck

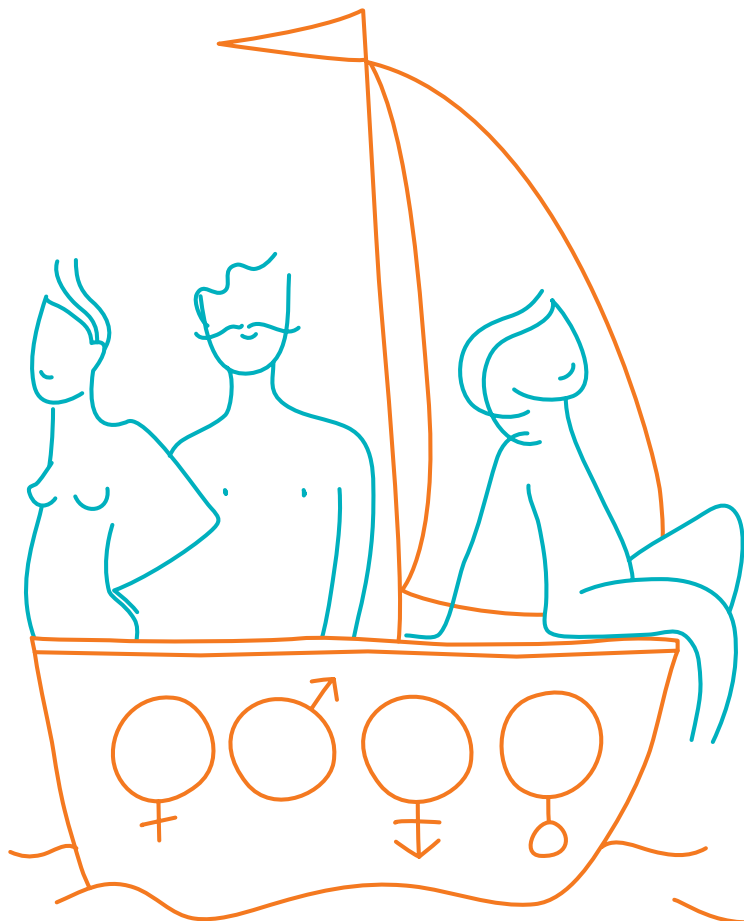
T 81 87 87 **F** 81 10 16 **M** ettelbruck@pfl.lu

Montag: 9-13 Uhr

Dienstag bis Freitag: 13-17 Uhr

und nach Vereinbarung





Planning Familial, Unsere Mission

- > **Förderung** der sexuellen, reproduktiven und emotionalen Gesundheit als ein **fundamentales Menschenrecht**
- > **Zugang zu Informationen** bezüglich der sexuellen und geistigen Gesundheit für Männer, Frauen und Jugendlichen ohne Diskriminierung und unter Wahrung der Vertraulichkeit und Intimität
- > **Verteidigung des Rechts der Person**, Respekt der Meinung und der Entscheidung eines Jeden und einer Jeden
- > **Empfang und Beratung** unter Wertschätzung **jeder Person**, unabhängig von Nationalität, Konfession, Alter, Familienstand, ethnischer Herkunft, Geschlecht, sexueller Orientierung, Behinderung, finanzieller und sozialer Situation.

Bienvenue(s)



Planning Familial, Ein Ort des Zuhörens und der Meinungsfreiheit

Wir sind für ihre Fragen da, helfen in Notlagen, hören zu und stehen Ihnen bei. Bei uns ist jeder jederzeit willkommen, wir behandeln Sie mit Respekt und **nehmen ihr Problem ernst.**

Unser Zentrum ist **ein Ort des Zuhörens, des Austauschs**, der Information und Informationsweitergabe.

Wir hören zu, frei von Vorurteilen und ohne zu urteilen. Bei uns kann jeder sein **Problem frei von Tabus thematisieren.**

Unser Zentrum arbeitet nach strikten Hygienevorschriften und hohen Qualitätsstandards. Wir bieten Ihnen bestmöglichen Komfort, Sicherheit, Intimität, **Vertraulichkeit und persönlichen Respekt.**

Unser professionelles, interdisziplinäres Team bietet Ihnen eine **umfassende Betreuung.** Alle MitarbeiterInnen unterliegen der Schweigepflicht.

- > **Ärzte**
- > **Gynäkologen**
- > **Krankenschwestern**
- > **Sexualtherapeuten**
- > **Psychologen**
- > **Pädagogen**
- > **Beraterinnen**



Planning Familial, Gebrauchsanleitung

Für wen?

Das Planning Familial ist **für Alle**, unabhängig vom Alter!

- > **Jugendliche, Jungen und Mädchen**
- > **Erwachsene, Frauen und Männer**
- > **Eltern, Paare, Familien**
- > **Studenten und Fachpersonal** aus schulischen, sozialen und medizinischen Bereichen

Was kostet es?

Das Planning ist eine Einrichtung **für Alle**, unabhängig von Einkommen und finanzieller Situation.

Alle informativen Dienstleistungen sind gratis!

Auf **freiwilliger Basis**, wird Ihnen vorgeschlagen einen jährlichen Beitrag von 15€ zu bezahlen.

Die Sprechstunde bei unseren Ärzten ist gratis, ebenso eine Schwangerschaftskonfliktberatung VOR und auch NACH einer Abtreibung.

Für die Beratungsgespräche bei den Psychologen ist ein Beitrag nach Ihren finanziellen Möglichkeiten erwünscht, bleibt Ihnen aber freigestellt.

Wie funktioniert es?

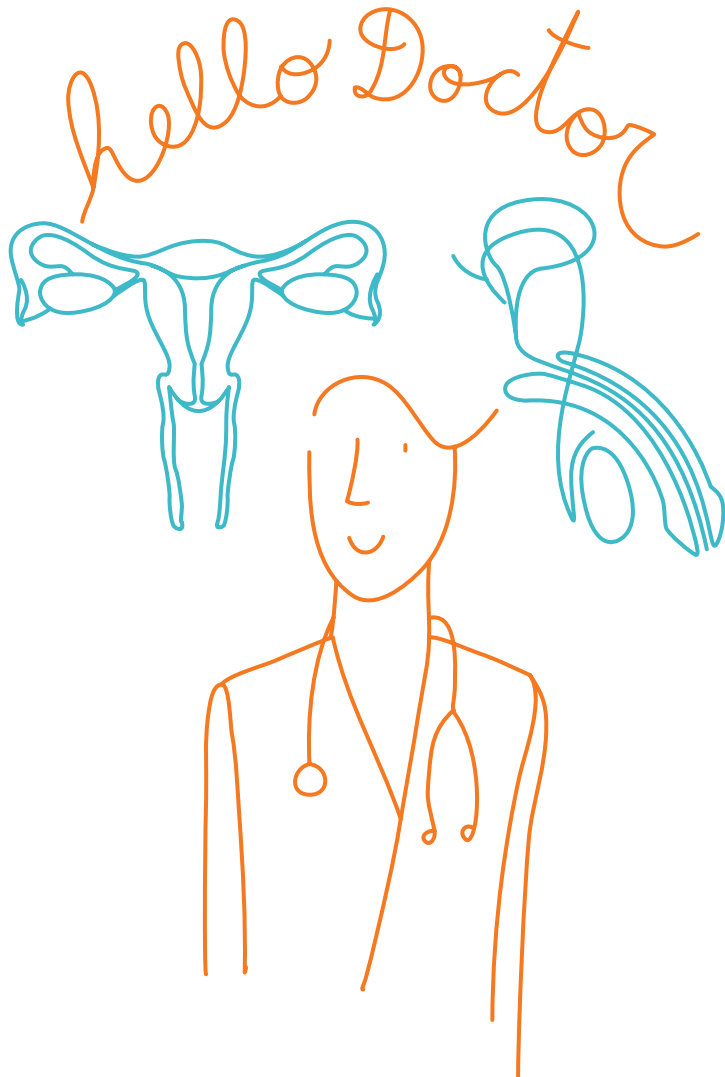
Für alle Termine mit einem Arzt, Psychologen oder einer Schwangerschaftskonfliktberaterin, muss ein **Termin vereinbart werden**. Je nach Dringlichkeit sind Termine **sehr kurzfristig möglich**.



Empfang

Unsere Beraterinnen am Empfang beraten Sie bei Ihren Anfragen und Problemen, beantworten Fragen und leiten sie, wenn nötig, an eine unserer Abteilungen intern oder an eine andere Institution extern weiter.

- > **Informationen:** rund um die Verhütung, sexuell übertragbare Infektionen (STI), Monatsblutung, Sexualität, Schwangerschaftsabbruch ...
- Broschüren:** Informationsmaterial und Dokumentationen die Ihnen bei Ihrer Anfrage helfen könnten werden Ihnen angeboten
- > **Kondome und Gleitmittel:** Der einzige Schutz gegen HIV und andere sexuell übertragbare Infektionen!!
- > **Schwangerschaftstest:** Bei einer Verspätung der Monatsblutung, oder frühestens 2 Wochen nach dem ungeschützten Verkehr
- > **Notfallverhütung** (Pille danach): Nach ungeschütztem oder nur unzureichend geschützten Verkehr gilt es nicht zu warten! Die Pille danach bietet keinen 100%igen Schutz, je länger man wartet, umso höher ist die Gefahr einer ungewollten Schwangerschaft!
- > **Verhütungsmittel:** Wer sein Verhütungsmittel nicht von der Krankenkasse erstattet bekommt, keine Krankenversicherung hat oder sich in einer schwierigen finanzielle Lage befindet, hat **die Möglichkeit bei uns Verhütungsmittel gratis** zu bekommen. (80% der Kosten für bestimmte Verhütungsmittel werden von der Kasse bis zum 25. Lebensjahr erstattet)
- > **Chlamydien Nachweis** (Urin)



Ärztlicher Tätigkeitsbereich

Unsere Ärzte und Gynäkologen, Frauen und Männer, bieten Ihnen die Möglichkeit einer kompletten, umfassenden gynäkologischen Vorsorge:

Informationen und **Zugang zu allen Verhütungsmethoden**, individuell an Ihre Bedürfnisse angepasst, einschließlich der **Notfallverhütung**

Nachweis von sexuell übertragbaren Infektionen (STI) bei Frauen und Männern (Hepatitis B, Hepatitis C, HIV, Chlamydia, ...)

Gynäkologische Krebsvorsorge (Gebärmutterhalskrebs, Brustkrebs)

Aufklärung, Beratung und Durchführung der **HPV-Impfung** in der Pubertät. Kostenfrei für Mädchen < 18 Jahre.

Beratung zur Schwangerschaft, gewollt oder ungewollt.

Begleitung beim **Schwangerschaftsabbruch**: Beratung vor und nach dem Abbruch, Durchführung des medikamentösen Schwangerschaftsabbruch*, Organisation von chirurgischen Schwangerschaftsabbrüchen in der Klinik.

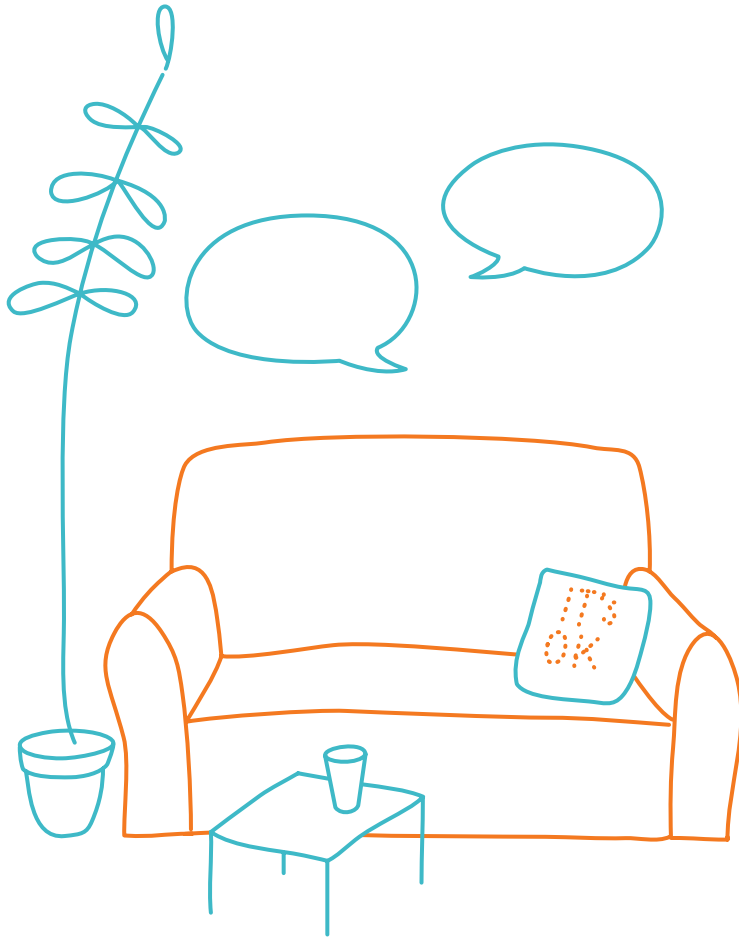
Unfruchtbarkeit: erstes Gespräch, Laboranalyse, wenn nötig: Begleitung bei einer externen Therapie

Begleitung von **Opfern von Gewalt und sexuellem Missbrauch**.

Beratung von Mädchen und Frauen die Opfer von **Genitalverstümmelung** sind.

Begleitung während der **Menopause**.

Informationen bezüglich aller Fragen zur **Pubertät** und dem ersten Geschlechtsverkehr.



Psychologischer Tätigkeitsbereich

Unsere Psychologen, Sexologen, Ehe-, und Familienberaterinnen begleiten sie.

Sie empfangen sie:

- > zur **individuellen** Beratung
- > zur **Familien-, oder Paarberatung**
- > zur Beratung zwischen **Eltern und Jugendlichen**
- > zu Beratungen in der **Gruppe**

Dauer und Häufigkeit der Beratungen variieren im Rahmen der Anfrage.

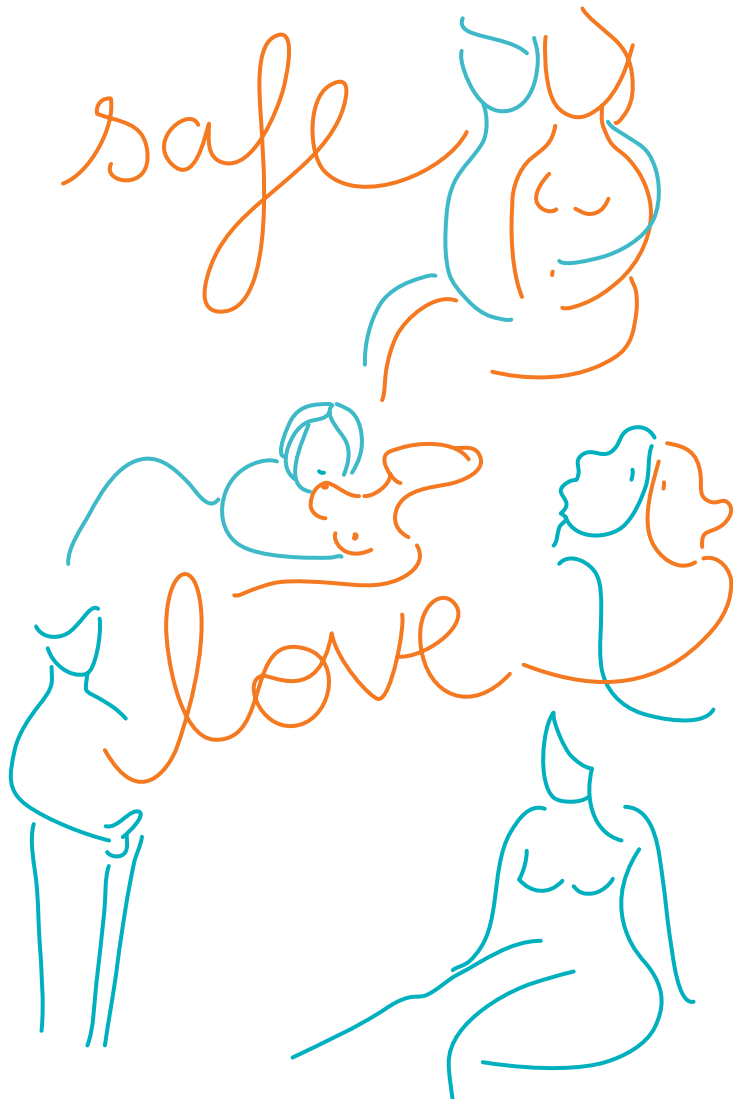
Sie hören Ihnen zu und begleiten sie bei:

Problemen mit Gewalt und Aggressionen: sexueller Missbrauch, Vergewaltigung, Gewalt, Diskrimination, Mobbing

Persönliche Probleme: Schwangerschaftskonfliktberatung: Beratung vor-, und nach einem Schwangerschaftsabbruch, Fragen zum Mutter sein bzw. Vater sein, Krisen in der Beziehung oder in einem Lebensabschnitt, Pubertät, Menopause, Andropause, Einsamkeit

Partnerschaftsprobleme: Schwierigkeiten in der Beziehung, Trennung und Scheidung, sozialer und familiärer Druck, Identitätskrisen, ...

Sexuelle Probleme: beim Mann (z.B.: Lustlosigkeit, frühzeitige Ejakulation, Erektionsprobleme) und bei der Frau (z.B.: Lustlosigkeit, Unfähigkeit zum Orgasmus, Vaginismus...), sexuelle Orientierung, sexuelle Identität



Sexualpädagogischer Tätigkeitsbereich

Das sexualpädagogische Team (ESA - Education sexuelle et affective) setzt sich aus Psychologen, Krankenschwestern, Pädagogen und Erziehern zusammen, deren Haupttätigkeit in den Bereichen Gesundheit und Prävention liegen.

Das ESA-Team steht bei Anfragen zu Themen wie Pubertät, Verhütung, Sexualität, Schwangerschaft, neue Medien, etc. zur Verfügung.

Ziel der sexualpädagogischen Arbeit ist die Vermittlung von Informationen sowie die Aufklärung im präventiven Sinne.

Die **Umsetzung der Arbeit** findet in Einzelinterventionen, Fortbildungen oder Supervisionen mit verschiedenen Schwerpunkten und unterschiedlichen Personengruppen statt:

- > **Schulische und außerschulische Sexualpädagogik** für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
- > **Fortbildung und Supervision** für Fachpersonal aus den Bereichen der Erziehung, Schule und Gesundheit sowie dem **Behindertenbereich**
- > **Konferenzen:** Für Eltern und auf Anfrage verschiedener Organisationen
- > **Veranstaltungen** und Teilnahme an Arbeitskreisen
- > **Dokumentation:** Bibliothek mit sexualpädagogischer Fachliteratur; Zugang und Verleih für Fachkreise möglich
- > **Bereitstellung von Broschüren und Kondomen**