

Fachstelle zu Fragen über Freundschaft, Partnerschaft, Liebe und Sexualität für Menschen mit einer geistigen, cerebralen Bewegungs- und/oder Mehrfachbehinderung, ihre Angehörigen und Bezugspersonen



# Herzblatt



- Selbstbestimmung
- Körper
- Freundin / Freund finden
- Partnerschaft
- Nähe leben
- Sex und Lust
- Grenzen setzen
- Liebe



«Jeder Mensch ist ein besonderer Mensch.  
Und jeder Mensch ist viel wert.  
Jeder Mensch hat das Recht so zu sein, wie er ist.»

UNO Vereinbarung über die Rechte von Menschen mit Behinderungen, erklärt in Leichter Sprache

# Herzblatt

*Was* HERZBLATT begleitet zu Fragen rund um das Thema Freundschaft, Partnerschaft, Liebe und Sexualität.

HERZBLATT organisiert Anlässe zum Kennenlernen.

HERZBLATT führt auf Anfrage von Institutionen Kurse für Menschen mit Beeinträchtigungen und für Bezugspersonen durch.

*Für wen* HERZBLATT richtet sich an Einzelpersonen und Paare mit besonderen Bedürfnissen aus dem Kanton Graubünden. Die Fachstelle unterstützt auch Angehörige und Bezugspersonen.

*Wie* Bei HERZBLATT können Sie im persönlichen Gespräch über Ihre Fragen und Probleme sprechen.

**Die Fachstelle Herzblatt wird geführt von Insa Garbsch.** Frau Garbsch hat ihr Studium zur Sozialpädagogin an der HFHS 2018 erfolgreich abgeschlossen. Seit mehreren Jahren arbeitet sie als 15 Plus Verantwortliche in einer Heilpädagogischen Schule im Kanton Zürich. In dieser Tätigkeit beschult sie die Schülerinnen und Schüler in der Berufsfindung, der Lebenspraxis sowie in der sexuellen Bildung. 2022 hat Frau Garbsch den CAS «Sexualität und Behinderung» absolviert, um das Thema professionalisiert zu etablieren.

## Insa Garbsch ist erreichbar

- Jeden Mittwoch
- Handy: 078 324 81 18
- E-Mail: [herzblatt@insieme-cerebral-gr.ch](mailto:herzblatt@insieme-cerebral-gr.ch)
- Post: insieme Cerebral Graubünden, HERZBLATT, Bahnhofstrasse 3, 7000 Chur

## Die Beratung kostet pro angefangene Stunde für

- Einzelpersonen Fr. 20.–
- Paare Fr. 30.–
- Angehörige Fr. 50.–
- Bezugsperson Fr. 120.–

