

VISION + WER WIR SIND



SEBASTIAN BUSS

- ◆ Psychologischer Berater, seit 2009 Begleitung von Männern mit Folgen von Pornografiekonsum
- ◆ Seit 2013 Präventionsarbeit an Schulen, Elternabenden und Fachveranstaltungen
- ◆ Vorträge, Schulungen und Beratung für Kinder, Jugendliche, Eltern und Fachkräfte zu Pornografie, Mediennutzung und gesunder Entwicklung



SABRINA BUSS

- ◆ Staatlich anerkannte Erzieherin, seit 2012 in der pädagogischen Arbeit mit Kindern, Jugendlichen, Eltern und Familien
- ◆ Ausbildung zur Entwicklungssensiblen Sexualpädagogin
- ◆ Fokus: sexuelle Entwicklung von Kindern und Jugendlichen sowie altersgerechte, sichere und verantwortungsvolle Begleitung durch Eltern

GEMEINSAM

- ◆ Viele Jahre Erfahrung aus Beratung, Pädagogik, Präventionsarbeit, Elternbegleitung und Paarberatung



**SCAN MICH &
BESUCH UNS ONLINE**



**Du willst unseren gemeinnützigen
Verein supporten?**

SPENDENKONTO

Free & Strong

IBAN: DE00 0000 0000 0000
0000 00

Verwendungszweck: Spende

MÄNNERBERATUNG
0157 80583721

FRAUEN · ELTERN · PAARE ·
KOOPERATIONSPARTNER
0157 80583387

KONTAKT
info@freeandstrong.de

WEB
www.freeandstrong.de



FREE X STRONG

FREIHEIT IST MÖGLICH!

Professionelle Begleitung rund um
Pornografie, Sexualität, Beziehung,
Prävention und Kinderschutz.



FÜR MÄNNER

Du kämpfst selbst mit Pornografie?

Wir begleiten Männer in einem exklusiven **1:1 Premium**

6-Monats-Coaching.

→ Für Männer, die endlich dauerhaft frei werden wollen.

1:1 PREMIUM COACHING

Das erwartet dich:

- ◆ Persönliche 1:1 Coachings
- ◆ Individueller Veränderungsplan
- ◆ Begleitung über mehrere Monate
- ◆ 24/7 SOS-Notfalltelefon
- ◆ Täglicher WhatsApp-Support
- ◆ Rückfallanalyse
- ◆ Trigger- und Emotionsarbeit
- ◆ Arbeit an Identität und Männlichkeit
- ◆ Strategien für deine persönlichen Trigger
- ◆ Verantwortung & Verbindlichkeit
- ◆ Unterstützung in Ehe und Familie
- ◆ Wissenschaftlich fundierte Methoden
- ◆ Christliche Werte auf Wunsch

FIGHTER COMMUNITY

Gemeinsam statt alleine kämpfen.

- ◆ Einstieg jederzeit
- ◆ 1 Jahr Unterstützung durch die Community und Tel. der Community
- ◆ Wöchentliche Live-Calls
- ◆ Zugang zum Videokurs
- ◆ Austausch mit anderen Männern
- ◆ Motivation und Rechenschaft
- ◆ Sicherer Raum ohne Verurteilung

VIDEOKURS

Dein Schritt-für-Schritt-System.

- ◆ Über 70 Videos
- ◆ Über 40 Arbeitsblätter
- ◆ ca. 350 Minuten Inhalte
- ◆ Lebenslanger Zugriff
- ◆ Sofort verfügbar



FÜR BEZIEHUNGEN

Pornografie betrifft nie nur einen Menschen.

PAARBEGLEITUNG

Wir helfen Paaren,

- ◆ Vertrauen wieder aufzubauen
- ◆ ehrlich miteinander zu sprechen
- ◆ Verletzungen zu verstehen
- ◆ Nähe neu entstehen zu lassen
- ◆ gemeinsam nach vorne zu gehen

BEGLEITUNG FÜR PARTNERINNEN

Ein geschützter Raum für Frauen. Wir unterstützen dabei,

- ◆ Verletzungen zu verarbeiten
- ◆ Grenzen gesund zu setzen
- ◆ Hoffnung zurückzugewinnen
- ◆ den Partner besser zu verstehen
- ◆ wieder Sicherheit zu finden



FÜR ELTERN & FAMILIEN

Kinder brauchen starke Erwachsene.

ELTERNARBEIT

Wir unterstützen Eltern dabei:

- ◆ Kinder altersgerecht aufzuklären
- ◆ über Pornografie zu sprechen
- ◆ mit schwierigen Situationen umzugehen
- ◆ Smartphones sicher zu begleiten
- ◆ gesunde Schamgrenzen zu fördern

ELTERNINFOABENDE

Praxisnah. Verständlich. Wissenschaftlich fundiert. Themen:

- ◆ Pornografie und Kinder
- ◆ Smartphones & Social Media
- ◆ Sexualentwicklung
- ◆ Prävention
- ◆ Gesprächsführung
- ◆ Handlungsmöglichkeiten für Eltern



FÜR KIRCHEN & UNTERNEHMEN

MACH DEINE KIRCHE PORNOFREI

Ein ganzheitliches Konzept für Gemeinden.

- ◆ Männergruppen
- ◆ Predigten & Vorträge
- ◆ Workshops
- ◆ Leitertrainings
- ◆ Kleingruppenmaterial
- ◆ Präventionskonzepte
- ◆ Persönliche Begleitung

MACH DEIN UNTERNEHMEN PORNOFREI

Pornografie macht auch vor Unternehmen nicht halt. Wir bieten

- ◆ Vorträge
- ◆ Führungskräfte trainings
- ◆ Workshops
- ◆ Präventionskonzepte
- ◆ Coaching
- ◆ Mitarbeiterbegleitung
- ◆ Sensibilisierung

MEHR KONZENTRATION.

MEHR VERANTWORTUNG.

MEHR MENTALE GESUNDHEIT.

MITARBEITERSCHULUNGEN KINDERSCHUTZ

Für Schulen, Kitas, Vereine, Jugendwerke und soziale Einrichtungen. Themen:

- ◆ Grenzverletzungen erkennen
- ◆ Prävention sexualisierter Gewalt
- ◆ Handlungssicherheit
- ◆ Schutzkonzepte
- ◆ Verdachtsfälle richtig einordnen
- ◆ Gesprächsführung
- ◆ Rechtliche Grundlagen



Free & Strong **social**
freeandstrong.de/social