



ಅಂಗ ಮತ್ತು ಲೈಂಗಿಕತೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಸ್ವ-ಅರಿವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ನಿರ್ಣಾಯಕ ಹಾಗೂ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ವಿಚಾರ

ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸ್ವಂತಿಕೆ ಹಾಗೂ ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯವನ್ನು ಗುಣಗೊಳಿಸಿ ಸಂರಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ.

ಅಂಗ ಮತ್ತು ಲೈಂಗಿಕತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಸೂಕ್ತ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವು

- ನಮ್ಮ ಕುಟುಂಬವು ನಮ್ಮ ಆಶಯ/ಕನಸುಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು
- ಸಂಬಂಧಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ಮತ್ತು ನಿರ್ವಹಿಸಲು
- ಯಾವುದೇ ಲೈಂಗಿಕ, ಬಣ್ಣ, ಜಾತಿ ಅಥವಾ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ತಾರತಮ್ಯ ಮಾಡದೇ ನಮ್ಮ ಕನಸುಗಳನ್ನು ನನಸಾಗಿಸಲು
- ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ಹಾಗೂ ಇನ್ನೂ ಹಲವಾರು ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಸಹಕರಿಸುತ್ತದೆ!!!

ಸುರಕ್ಷಿತ ಜೀವನ ನಡೆಸಲು
ನಿಮ್ಮ ಜಿಲ್ಲಾ ಕ್ರೀಡಾಂಗಣದಲ್ಲಿದ್ದು
ಯುವ ಸ್ವಂದನ ಕೇಂದ್ರವನ್ನು
ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ

ಯುವಜನರ ಎಲ್ಲಾ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳಿಗೂ
ಒಂದೇ ವೇದಿಕೆ

ನಮ್ಮ ಎಲ್ಲಾ ಸೇವೆಗಳು ಸಂಪೂರ್ಣ ಉಚಿತ

ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ

ಯುವ ಸ್ವಂದನ ಕೇಂದ್ರ
ಯುವ ಸಬಲೀಕರಣ ಮತ್ತು ಕ್ರೀಡಾ ಇಲಾಖೆ
ಯುವ ಸ್ವಂದನ ಕೇಂದ್ರ, ಶ್ರೀ ಕಂಠೀರವ ಕ್ರೀಡಾಂಗಣ
ಕಸ್ತೂರಬಾ ರಸ್ತೆ, ಬೆಂಗಳೂರು - 560001

☎ ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ
080-2699 5744

✉ ಈ ಮೇಲ್
yuvaspandana.blr@gmail.com

🕒 ಸಮಯ
ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10.00 ರಿಂದ ಸಂಜೆ 5.00ರ ವರೆಗೆ
ಎಲ್ಲಾ ಸರ್ಕಾರಿ ರಜಾದಿನಗಳನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ

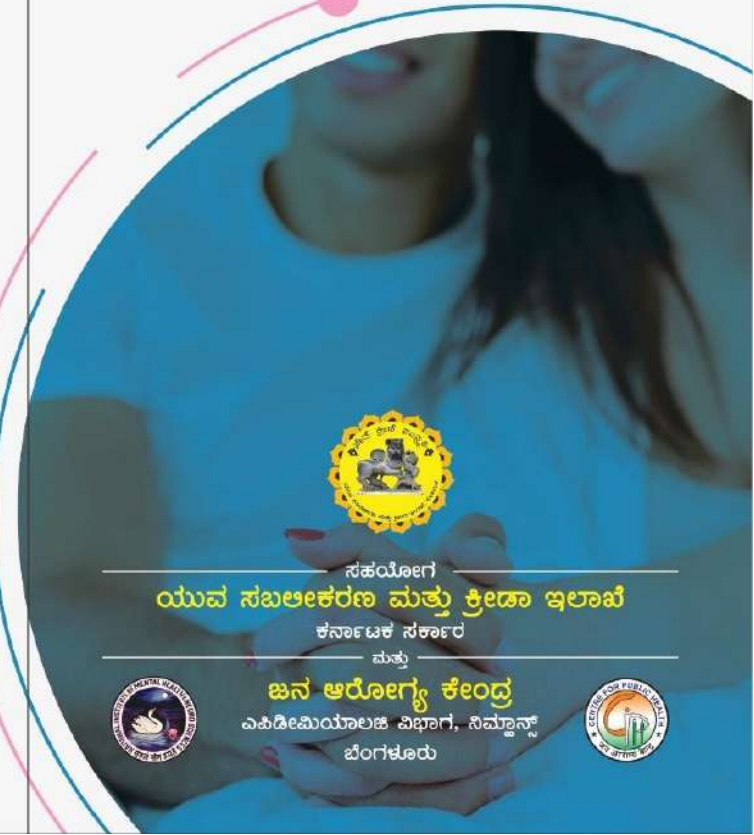
ನಿಮ್ಮ ಸಂಘ ಸಂಸ್ಥೆ/ಶಾಲಾ ಕಾಲೇಜು ಹಾಗೂ
ಸಮುದಾಯಗಳಲ್ಲಿ ಅರಿವು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು
ಉಚಿತವಾಗಿ ನಡೆಸಲು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ



ಅಂಗ ಮತ್ತು ಲೈಂಗಿಕತೆಯ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ

ಯುವ ಸ್ವಂದನ

ಯುವಜನರಿಂದ ಯುವಜನರಿಗಾಗಿ ಒಂದು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ



ಸಹಯೋಗ
ಯುವ ಸಬಲೀಕರಣ ಮತ್ತು ಕ್ರೀಡಾ ಇಲಾಖೆ

ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ
ಮತ್ತು

ಜನ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ
ಎಕಡಿಮಿಯಾಲಜಿ ವಿಭಾಗ, ನಿಮ್ಮಾನ್ಸ್
ಬೆಂಗಳೂರು



ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು
ಸ್ವೀಕರಿಸಲು, ನಮ್ಮನ್ನು
ನಾವು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು
ಮತ್ತು ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು
ಸಂಪೂರ್ಣವನ್ನಾಗಿಸಲು
ಮುಂದಾಗೋಣ!

ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳೋಣ

ನಮ್ಮ ಲೈಂಗಿಕ ಅಧ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸೋಣ



ಆಂಗ



ಲೈಂಗಿಕ
ಅಧ್ಯತೆಗಳು



ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ

ಹಾಗೂ ಈ ವಿಷಯಗಳು

- ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದಿಂದಿರುವ
- ಉನ್ನತ ಶಿಕ್ಷಣ ಪಡೆಯುವ
- ನಮ್ಮ ಕನಸುಗಳನ್ನು ನನಸಾಗಿಸುವ

ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ನಮ್ಮನ್ನು ತಡೆಯದಂತೆ
ನೋಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ

ನಿಮ್ಮ ಆಶಯಗಳನ್ನು ಯುವ ಸ್ವಂದನವು ಹೇಗೆ ಸುಗಮಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ?

ಆಂಗ ಮತ್ತು ಲೈಂಗಿಕತೆಯ ವಿಷಯಗಳನ್ನೂ
ಒಳಗೊಂಡಂತೆ ತೃಪ್ತಿದಾಯಕ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು
ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಬೇಕಾದ ಸದೃಢತೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿ ಇತರ
ಯಾವುದೇ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಮ್ಮ
ಯುವ ಪರಿವರ್ತಕರು ಮತ್ತು ಯುವ ಸಮಾಲೋಚಕರು
ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಇವೆಲ್ಲಾ ನೀವು ಯುವ ಸ್ವಂದನ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ
ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿದ ತಕ್ಷಣ ಪ್ರಾರಂಭಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.

ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದ ಮೂಲಕ ನೀವು



ನಿಮ್ಮ ಆಯ್ಕೆಗಳನ್ನು



ನೀವು ಒಂಟಿಯಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು



ನಿಮ್ಮ ಸ್ವಂತಿಕೆಯನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವ
ವಿಧಾನವನ್ನು



ಯಾವುದೇ ಸನ್ನಿವೇಶವನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು



ನಮ್ಮ ಜೀವನ ಶೈಲಿ ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು



ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೂ ಅಡಚಣೆಯಲ್ಲ
ಎಂಬುದನ್ನು

ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು

ಸ್ವೀಕಾರ ಮನೋಭಾವವೇ ಕೀಲಕೈ!

ಸ್ವೀಕಾರ ಮನೋಭಾವವು

- ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಜೊತೆ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಬೆರೆಸದೇ
ಸ್ವಂತಿಕೆಯಿಂದಿರು
- ಸಾಮಾಜಿಕವಾಗಿ ಪ್ರಚಲಿತವಿರುವ ಸ್ಥಿತಿಯಿಂದ
ಹೊರತಾಗಿ ಸದೃಢ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲು
- ಸಂಬಂಧಗಳಲ್ಲಿ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿರು
- ನಮ್ಮ ಲೈಂಗಿಕತೆಯನ್ನು ನಾವು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳಲು
- ಮನೆ/ಕೆಲಸದ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿನ ಕಿರುಕುಳದ ವಿರುದ್ಧ
ಹೋರಾಡಲು

ಮಹತ್ವದ್ದಾಗಿದೆ

ಯುವ ಸ್ವಂದನ ಏತಕ್ಕಾಗಿ?

- ಯುವ ಜನರಿಗೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ
- ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವಲ್ಲಿ ಗೌಪ್ಯತೆಯನ್ನು
ಕಾಪಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ
- ಕರ್ನಾಟಕದಾದ್ಯಂತ 15 ಸಾವಿರಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು
ಹಾಗೂ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳು ಲಭ್ಯತೆ
- ಯುವ ಜನರ ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ನಿವಾರಣೆಗೆ
ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ
- ಉತ್ತಮ ಹಾಗೂ ತೃಪ್ತಿಕರ ಜೀವನ ನಡೆಸಲು

ಯುವ ಜನರ ಎಲ್ಲಾ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳಿಗೂ
ಯುವ ಸ್ವಂದನ ಒಂದೇ ವೇದಿಕೆ