



# Beratung

Wir beraten, unterstützen und informieren Sie in allen Themen rund um Familienplanung, Schwangerschaft und Sexualität.

Weitere  
Informationen:  
[faplasg.ch](http://faplasg.ch)



«Wir zeigen Menschen auf, welche Rechte und Möglichkeiten sie haben. Und beantworten ihre Fragen zu Themen der sexuellen Gesundheit.»



Die Beratungsstelle für Familienplanung, Schwangerschaft und Sexualität (Fapla) ist die offizielle Schwangerschafts- und Sexualberatungsstelle der Kantone St.Gallen, Appenzell Ausserrhoden und Appenzell Innerrhoden.

## Unsere Leitlinien

- Wir beraten Sie gratis.
- Wir stehen unter Schweigepflicht.
- Wir beraten Sie wertneutral und ergebnisoffen.
- Sie können bei unserer Beratung anonym bleiben.
- Wir arbeiten mit professionellen Dolmetschenden zusammen.
- Unsere Stelle ist konfessionell und parteipolitisch unabhängig.

Die Gespräche finden nach Vereinbarung vor Ort, telefonisch oder online statt.



# Unsere Beratungsthemen

## **Familienplanung**

- Eltern werden und Eltern sein, Rollenfindung
- Unerfüllter Kinderwunsch
- Verhütung

## **Schwangerschaft**

- Schwangerschaft und Geburt
- Mutterschaft, Vaterschaft und Elternschaft
- Entlastung und Unterstützung
- Umgang mit belastenden Gefühlen/Situationen
- Ungeplante Schwangerschaft
- Schwangerschaftsabbruch
- Entscheidungsfindung bei vorgeburtlichen Tests
- Begleitung bei Abschied, Trauer und Fehlgeburt
- Arbeitsrechtliche Fragen, zivilrechtliche Fragen
- Möglichkeiten finanzieller Unterstützung

## **Sexualität**

- Sexualität und Beziehung
- Umgang mit körperlicher Veränderung
- Veränderung der Sexualität bei Kinderwunsch, Schwangerschaft und nach der Geburt
- (Un)Lust, Orgasmus
- Schmerzen verbunden mit Sexualität
- Sexuelle Entwicklung
- Weibliche Genitalbeschneidung (FGM/C)



You don't understand German?  
We recommend  
Google translation app:



Android:  
Google Play



Apple:  
App Store



Weitere Informationen:  
**faplasg.ch**

### **St.Gallen**

Vadianstrasse 24, 9000 St.Gallen

071 222 88 11

faplasg@fzsg.ch

### **Rapperswil-Jona**

St.Gallerstrasse 1, 8645 Jona

071 222 88 11

faplasg@fzsg.ch

### **Sargans**

Pizolstrasse 8, 7320 Sargans

071 222 88 11

faplasg@fzsg.ch

### **Wattwil**

Bahnhofstrasse 6, 9630 Wattwil

071 222 88 11

faplasg@fzsg.ch



Eine Stelle der Frauenzentrale  
St.Gallen

*frau  
en*

**Frauenzentrale  
St.Gallen**