

Anmeldung und Kontakt

Sonja Böhme

Telefon: 02941 752-146

E-Mail: sonja.boehme@ini.de

Veranstaltungsort

INI Schulungs- und Ausbildungszentrum

Südstrasse 18, 59557 Lippstadt

Die Referentin

Ria Falkenrich

Sozialpädagogin

Über uns

Intus ist eine staatlich anerkannte Weiterbildungseinrichtung der INI.

Barrierefreiheit

Sie benötigen ein barrierefreies Angebot?
Kontaktieren Sie uns!



kostenfrei

**Mittwoch,
22.04.2026**

13-14:30 Uhr

**Fake-Accounts und -profile,
Bodyshaming,
Selbstdarstellung**
(Schönheitsideale in Zeiten von
Media)

Ein Seminar zur Aufklärung über
Social Media Phänomene





INTus Weiterbildung
Südstraße 18
59557 Lippstadt
02941 752 146
intus@ini.de

Besuchen Sie uns im Internet: www.ini.de

Weshalb diese Veranstaltung?

Weil..

- digitale Gewalt oft unterschätzt wird und sich schleichend entwickeln kann.
- Schönheitsideale unrealistischer werden und immer mehr Druck erzeugen.
- Fake-Accounts und -Profile zunehmen und gezielt zur Manipulation oder Belästigung eingesetzt werden.
- Selbstschutz und Medienkompetenz im digitalen Zeitalter unerlässlich sind.
- Austausch und gemeinsames Reflektieren helfen, eigene Erfahrungen einzuordnen und sich gegenseitig zu stärken.

Inhalte

In diesem interaktiven Workshop beschäftigen wir uns mit verschiedenen Formen digitaler Gewalt und deren Auswirkungen auf das eigene Wohlbefinden. Dazu gehören unter anderem:

Fake-Accounts & Fake-Profile:

Wie entstehen sie, warum werden sie genutzt und woran erkennt man sie?

Bodyshaming im Netz:

Welche Formen gibt es, wie wirken sie auf Betroffene, und wie kann man sich dagegen wehren?

Schönheitsideale & Selbstdarstellung:

Welche Rolle spielen Filter, Likes und Social-Media-Trends? Wie beeinflussen sie unser Selbstbild?

Gruppenübungen & Diskussionen:

Wir analysieren reale Beispiele, sammeln Erfahrungen aus dem eigenen Alltag und entwickeln gemeinsam Handlungsstrategien.

Schutz & Selbstbehauptung online:

Praktische Tipps, wie man Risiken früh erkennt, Grenzen setzt und digitale Räume respektvoll mitgestaltet.

Der Workshop bietet einen geschützten Rahmen, in dem Wissen vermittelt, Bewusstsein geschärft und praktische Lösungen entwickelt werden.

Ziel ist es, digitale Räume sicherer zu erleben, ein gesundes Selbstbild zu stärken – und souverän mit den Herausforderungen von Social Media umzugehen.

