

Ich! Ganz schön selbstbewusst. Förderung von Mädchengesundheit in der Praxis



Mag.a Maria Bernhart, Mag.a Gabi Gundacker, Dilan Ergün,
Frauengesundheitszentrum FEM, Wien

Gemeinsam für Frauengesundheit - 26.09.2017



FRAGEN



- Was bedeutet Gesundheit für Mädchen?
- Warum sind gesundheitsfördernde Angebote speziell für Mädchen sinnvoll?
- Wie kann Mädchen Beschäftigung mit Gesundheit Spaß machen?
- Können wir das alleine schaffen?
- Welche Gesundheitsthemen beschäftigen Mädchen eigentlich?

Warum sind gesundheitsfördernde Angebote speziell für Mädchen sinnvoll?



Mädchen und Burschen ...

- wachsen in unterschiedlichen Lebenswelten auf
- interessieren sich für unterschiedliche Themen
- haben unterschiedliche Bedürfnisse
- brauchen unterschiedliche Zugänge & Methoden
- zeigen unterschiedliches Gesundheitsverhalten
- haben unterschiedliche Gesundheitsrisiken





Mädchengesundheit ☹️

- subjektiv eingeschätzter Gesundheitszustand
- geringere Lebenszufriedenheit
- größere Gesundheitsbeschwerden
- unzufriedener mit dem eigenen Körper
- weniger Bewegung
- mehr Konflikte mit den Eltern

Mädchengesundheit 😊

- geringeres Verletzungsrisiko
- seltener Übergewicht
- weniger elektronische Medien
- Alkohol- & Drogenkonsum
- weniger Probleme mit Lehrer*innen

Österreichischer Jugendgesundheitsbericht 2016



Wie kann Mädchen Beschäftigung mit Gesundheit Spaß machen?





- Mädchen fragen und beteiligen – Partizipation!
- Gesundheitsthemen, die für Mädchen relevant/aktuell sind
- Mädchen als Expertinnen ihrer eigenen Gesundheit
- Auseinandersetzung mit Gesundheit auf jugendgerechte/mädchenspezifische/kreative Art und Weise
- Unsere Funktion: Begleitung und Unterstützung der Mädchen vor Ort in deren Lebensumfeld

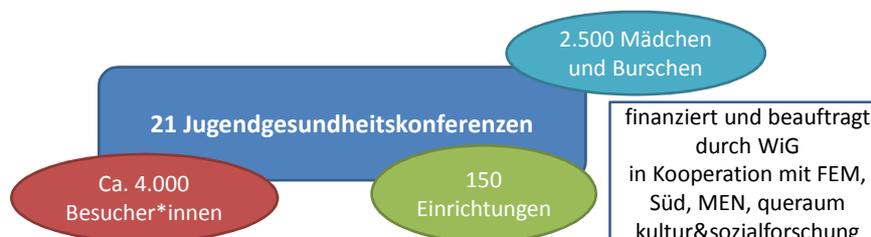
Schlagworte: Partizipation, Niederschwelligkeit, Empowerment, Selbstwirksamkeit, Nachhaltigkeit

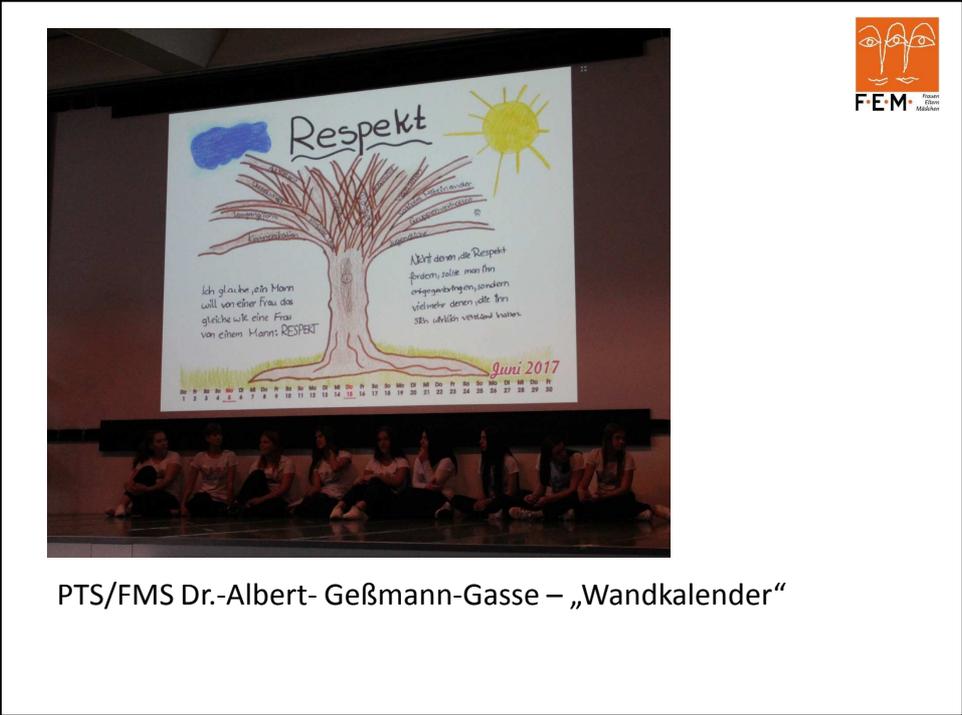


Modellprojekt: Wiener Jugendgesundheitskonferenzen



- Mädchen und Burschen aus Einrichtungen der offenen und schulischen JA eines Bezirks identifizieren Gesundheitsthemen
- Selbstgewählte kreative Gesundheitsprojekte
- Präsentation dieser auf einer „Konferenzveranstaltung“ als 1. Höhepunkt eines langfristigen Prozesses
- Nachhaltigkeit: Umsetzung von Grätzelninitiativen

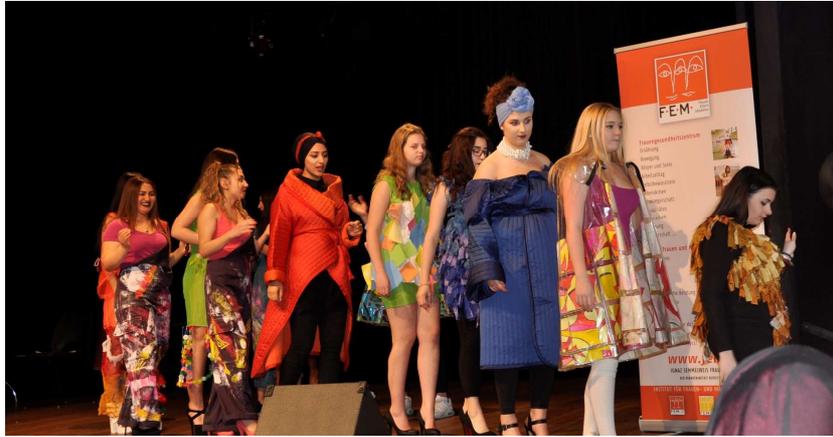




PTS/FMS Dr.-Albert- Geßmann-Gasse – „Wandkalender“



Islamische Fachschule für soziale Bildung: Präsentation und Film „Erinnerung an dich selbst“ zum Thema Gewalt



Fachschule für Mode der Stadt Wien: Modenschau

Können wir das alleine schaffen?



Vernetzung und Kooperationen/

Strukturarbeit ist immer Teil der Arbeit von FEM!!!

- Strukturen/Settings gesundheitsförderlich gestalten
-> Ziel: gesundheitliche Chancengerechtigkeit
- Beteiligung von Multiplikator*innen/politischen Entscheidungsträger*innen

Bsp.: Jugendgesundheitskonferenzen:

- Unsere Arbeit = **Überzeugungsarbeit**
- **Vernetzung und Zusammenarbeit** von Einrichtungen der schulischen/außerschulischen JA, politischen Entscheidungsträger*innen
- **Schulung und Begleitung** der Einrichtungen hinsichtlich der partizipativen und geschlechtssensiblen Umsetzung der Gesundheitsprojekte mit Mädchen und Burschen

„ES WAR EINE FREUDE,
MIT EUCH DIESEN TAG ZU
ENTWICKELN. DIE TREFFEN
HABEN JEDES MAL EIN
STÜCK WEITERGEBRACHT,
WAREN SEHR MOTIVIEREND
UND HABEN VIELES IN
GANG GESETZT.“



Welche Gesundheitsthemen beschäftigen Mädchen eigentlich?





Selbstberichtete Gesundheitsthemen:

- Körperideal & Aussehen
- Gesunde Ernährung & Diäten
- Schlaf, Bewegung & Stress
- **Menstruation**
- Konflikte

Workshopthemen im FEM:

Sexualität & Verhütung; **Schönheitsideale & Essstörungenprävention**;
Selbstwert; **Stress & Schlaf**;

Beratungsthemen im FEM:

Essstörungen; **Konflikte mit Partner*in & Familie**; Orientierung im Leben; **Schwangerschaftskonflikt**; akute Krisen, Selbstverletzungen, Depression



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Kontakt:

Mag.a Maria Bernhart, Mag.a Gabi Gundacker, Dilan Ergün

Frauengesundheitszentrum F.E.M.

1180 Wien, Bastiengasse 36-38

Tel: 01/ 476 15- 5771

www.fem.at

