

! Mädchen haben ein enormes Potenzial, ihre jeweiligen persönlichen Gesundheitsbedürfnisse selbst zu erkennen, zu formulieren und ihr Gesundheitsverhalten aktiv und selbstbewusst positiv zu verändern! Von uns erhalten sie das Handwerkszeug dazu!

- ☉ Sie fühlen sich deutlich weniger gesund, klagen häufiger über häufiger überbergewichtig, sind körperlich inaktiver und nehmen psychische, psychosomatische und körperliche Beschwerden, sind häufiger Medikamente ein (HBSC Factsheet Nr. 01/2012)
- ☉ Zusätzlich kommen die Gesundheitsdeterminanten Familienwohlstand und Migrationsgeschichte zum Zuge, die den Zugang zu Gesundheitsangeboten nicht unerheblich einschränken sowie Ungleichheiten im Gesundheitsverhalten bewirken
- ☉ Sie haben schlechtere Werte bei den Gesundheitsvariablen subjektiver Gesundheitszustand und Lebenszufriedenheit als Burschen
- ☉ Mädchen sind besonders, auch in ihren Gesundheitsbedürfnissen

Mädchengesundheits

Vielfalt

Mädchen verschiedenen Alters
sozial benachteiligte Mädchen
 Mädchen mit Migrationsgeschichte
 Vorbildfunktion Mädchen für Mädchen
 freiraum für Mädchen
Mut! Raus aus der Komfortzone!
 Interkultureller Dialog
 Frauenvorbilder als Reibungsfläche
 Begegnungen, aufgefangen werden
schwach sein dürfen, stark sein dürfen, anders sein dürfen
 gut beraten sein

**Ich bin besonders,
 weil ich besonders bin.
 Ich muss es nicht beweisen!**



Als Mädchen Verdienen ich Respekt!

- ☉ **Mädchenspezifische Einzelberatung**
- ☉ **Mädchengruppen** Gesundheitsverhalten reflektieren, Erfahrungen sammeln, Alternativen entdecken, Freundschaften schließen, neue Ansichten ausprobieren, weibliche und parteiliche Solidarität erleben, gemeinsam lernen)
- ☉ **Gesundheitsspezifische Workshops/Gesundheitstage/ Informations- und Bildungsangebote**
- ☉ **Peeraktivität** (neues entdecken, Verantwortung übernehmen, eigene Grenzen neu definieren, als Expertin der eigenen Lebenswelt wahrgenommen werden, Anerkennung erhalten)
- ☉ **Mediales Engagement** (Meinung bilden und kundtun)
- ☉ **Elternbeteiligung** (Sensibilisierung für mädchenspezifische Bedürfnisse, Akzeptanz ggü. der Projektteilnahme)

Angebote

CREATIVITY
 IDEA

Ich weiß, was ich will! Ich weiß, was ich brauche!

- ☉ **Gesundheitliche Kapazitätsbildung von Mädchen**
- ☉ Auseinandersetzung mit der eigenen Gesundheit
- ☉ Bedürfnisse und Fähigkeiten entdecken und formulieren
- ☉ gesundheitsbezogene Achtsamkeit durch Hilfestellungen etablieren
- ☉ Selbstbewusstsein, Selbstfahrigkeit, Solidarität, Selbstbestimmung
- ☉ **Sichtbarmachung von Mädchen und ihren Bedürfnissen**
- ☉ Zusammenarbeit mit Multiplikatorinnen
- ☉ Schaffen von Bewusstsein für die Thematik Mädchengesundheits in der Öffentlichkeit
- ☉ Strukturelle Verankerung von Mädchengesundheits im Bezirk bzw. in den Leitbildern der Region

Projektziele

Kontakt

GO! Girls Only Projektteam

Mag.^a Timea Ráth-Végh
 MMag.^a Sandra Jakomini
 Lisa Köllinger

Karl-Morre-Gasse 11, 8430 Leibnitz
 T: +43 (0)3452/20 200
 girlsonly@verein-freiraum.at
 www.verein-freiraum.at

Bürozeiten:

Mo 08:00 – 14:00 Uhr
 Di 08:00 – 16:00 Uhr
 Mi 08:00 – 12:00 Uhr



Integratives Netzwerk für Pädagogik und Toleranz



→ Gesundheit

**Ich bin die
 Expertin meiner
 Lebenswelt!**



powered by verein-freiraum

**Gesundheitsprojekt für Mädchen
 zwischen 12 und 25 Jahren
 Laufzeit: bis Ende 2018**

Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich



Gesundheit Österreich GmbH

Geschäftsbereich



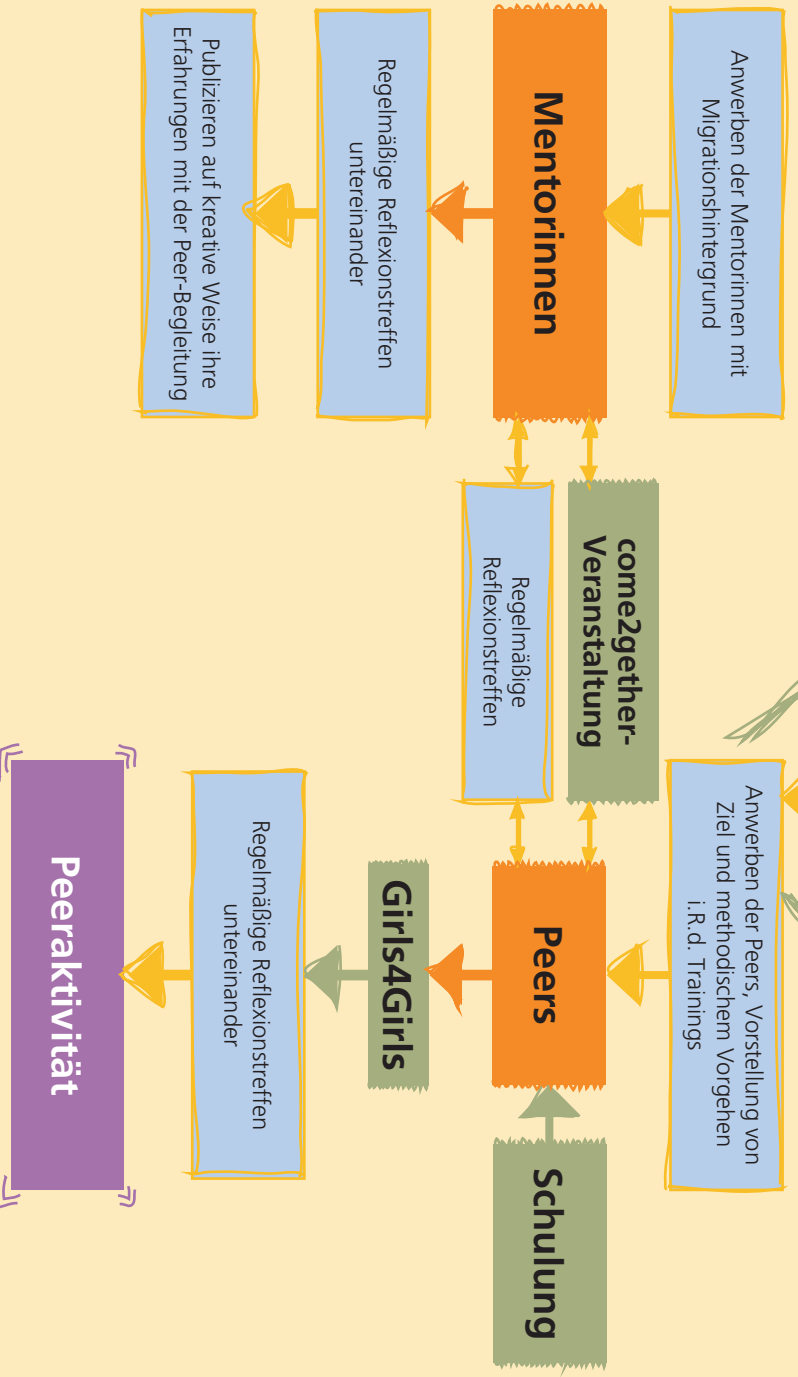
Projektübersicht



Phase 1: Erarbeitung der Zielgruppe, Bedarfserhebung



Phase 2 und 3: Peer-Involvement (ab 2017)



Elternbildung und -Info

Interkultureller Dialog und mediale Öffentlichkeitsarbeit