

# FRAUENGESUNDHEITSZENTRUM

*beräten, begleiten, bewegen*

## Spieglein, Spieglein – Schönheitsideale, Essprobleme und Selbst- vertrauen bei Mädchen\* und jungen Frauen\*

### ZIELGRUPPE

Alle Multiplikator\*innen, die mit Mädchen\* arbeiten (Lehrer\*innen, Jugendarbeiter\*innen, Schulsozialarbeiter\*innen ...), gerne auch Bezugspersonen und Eltern

Bis zu 12 Teilnehmer\*innen

### DAUER

3 Stunden

### ZIELE

- Mädchenspezifische Gesundheitsförderung
- Thematisierung von Körpernormen und Schönheitsidealen
- Essprobleme von Mädchen\* erkennen und vorbeugen helfen
- Kompetenzen für den Umgang mit Essproblemen stärken

### INHALTE

- Essprobleme: verschiedene Formen und mögliche Ursachen:  
Welche Rolle spielen Bilder und Trends auf Social Media?
- Schutzfaktoren auf unterschiedlichen Ebenen kennenlernen und aufbauen
- Selbstbewusstsein von Mädchen\* stärken
- Was tun bei Verdacht? Kennenlernen von Unterstützungsmöglichkeiten

### REFERENTIN

Mag.<sup>a</sup> Jutta Eppich, MPH, Fachstelle Mädchengesundheit Steiermark,  
Frauengesundheitszentrum

### TERMIN

22. April 2024, 14 – 17 Uhr

### ORT

Verein freiraum, Frauenberatungsstelle Leibnitz, Karl Morre-Gasse 11, 8430 Leibnitz

### ANMELDUNG UND INFORMATION

Mag.<sup>a</sup> Jutta Eppich, MPH  
0316 83 79 98-27, [jutta.eppich@fgz.co.at](mailto:jutta.eppich@fgz.co.at)

Eine Kooperation mit dem Verein freiraum, Frauenberatungsstelle, Leibnitz



*Im Rahmen von DeESSkalation – gemeinsam gegen Essstörungen. Ein Projekt finanziert vom Gesundheitsfonds Steiermark und umgesetzt von LeLi-Tageszentrum für Menschen mit Essstörungen (LebensGroß)*