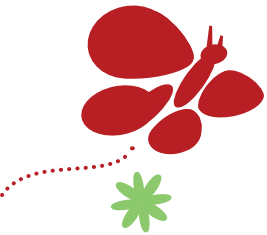




fraueng**esundheits**zentrum

**GANZ SCHÖN ICH**  
WORKSHOP FÜR  
MÄDCHEN



# WORKSHOP

Für wen: junge Frauen zwischen 12 und 20

Wie lange: 2 Termine à 4 Stunden

Für wie viele: max. 14 Mädchen

Kosten: im Rahmen der Hotline Essstörungen steiermarkweit kostenlos  
in Graz 50 € Unkostenbeitrag

Zusätzlich: Veranstaltungen für Eltern, LehrerInnen, JugendarbeiterInnen, SozialarbeiterInnen und andere MultiplikatorInnen

## THEMEN

- Schönheitsideale – Wer sagt, was schön ist?
- Spiegel, Waage, Diät – alles unter Kontrolle?
- Gute und schlechte Gefühle
- Was sich gut anfühlt, ist gut!
- Was ist Genuss?
- Wo beginnt ein Essproblem?
- Wie fühle ich mich als Frau in dieser Gesellschaft?
- Rollenzuschreibungen, Körnernormen
- Stopp! Grenzen setzen macht stark
- Was tun, wenn ich Unterstützung brauche? Beratungseinrichtungen vor Ort
- und vieles mehr ...

## IHRE ANSPRECHPARTNERIN IM FRAUENGESUNDHEITZENTRUM

Mag.<sup>a</sup> (FH) Heidrun Rader

☎ 0316/83 79 98

✉ heidrun.rader@fgz.co.at



frauengesundheitszentrum

Joanneumring 3, 1. Stock 

8010 Graz

[www.fgz.co.at](http://www.fgz.co.at)