



Rundbrief des Steirischen Netzwerks Essprobleme Nr 01_2011

Herausgeberin: Frauengesundheitszentrum, Joanneumring 3, 8010 Graz,
Tel. 0316/83 79 98, E-Mail frauen.gesundheit@fgz.co.at, www.fgz.co.at

Information zu dem Steirischen Netzwerk Essprobleme und Download früherer
Ausgaben des Rundbriefs [www.fgz.co.at/Steirisches-Netzwerk-
Essprobleme.448.0.html](http://www.fgz.co.at/Steirisches-Netzwerk-Essprobleme.448.0.html)

Die nächste Ausgabe des Rundbriefs erscheint voraussichtlich im Mai 2011. Bitte
schicken Sie Veranstaltungsankündigungen, Neuigkeiten aus Ihrem Arbeitsbereich,
Informationen über Ihre Angebote, Fortbildungs-, Web- und Buchtipps bis zum 1.
April 2011 an jutta.eppich@fgz.co.at

In dieser Ausgabe

1. **Aktuelles aus dem Netzwerk**
 2. **Veranstaltungen und Tagungen**
 3. **Fort- und Weiterbildungen**
 4. **Lese- und Buchtipps**
-

1. Aktuelles aus dem Netzwerk

Erhebung über stationäre Einrichtungen für Frauen und Mädchen mit Essproblemen in Österreich

Bei den Vernetzungstreffen in den letzten Jahren haben die Teilnehmerinnen immer
wieder eingebracht, dass sie übersichtliche und leicht zugängliche Informationen zu
stationären Therapieeinrichtungen für Frauen und Mädchen mit Essproblemen
bräuchten.



In Rücksprache mit Ihnen als Netzwerkmitglieder und mit Betroffenen, haben Irina Wünscher und Lucija Jakelja, Praktikantinnen im Frauengesundheitszentrum, eine Erhebung durchgeführt und die Ergebnisse übersichtlich zusammengestellt. Die Übersicht steht zur Information für Sie und für Betroffene auf der Website des Frauengesundheitszentrums www.fgz.co.at/Steirisches-Netzwerk-Essprobleme.448.0.html zum Download bereit.

Vernetzungsfrühstück: Frauenspezifische Psychotherapie,

Montag, 11. April 2011, 9.00-11.00, b.a.s., Dreihackengasse 1, 8020 Graz

Zum dritten Mal findet ein gemütliches Frühstück statt, bei dem Psychotherapeutinnen aus Institutionen oder aus freier Praxis Erfahrungen austauschen können. Wir planen, uns künftig in verschiedenen Einrichtungen zu treffen, um diese auch kennenzulernen. Dieses Mal findet das Treffen daher im b.a.s. statt.

Wir laden alle interessierten Frauen herzlich dazu ein!

Bitte um Anmeldung bei Mag.^a Beate Kopp-Kelter, Frauengesundheitszentrum, beate.kopp-kelter@fgz.co.at

... zu sich kommen...

Therapiegruppe für Frauen im b.a.s., Beratungsstelle Graz, Dreihackengasse 1
Frauen, die an Essproblemen leiden, sind häufig von Gedanken rund um Essen und Gewicht beherrscht. Was darf ich essen? Wann? Wie viel? Bin ich schwerer oder leichter geworden? Ziel dieser Gruppe ist, diesen engen Horizont wieder zu erweitern. Methodisch wird neben Gruppengesprächen auch mit Übungen aus der Genusstherapie, der Bewegungs- und Tanztherapie und der integrativen Gestalttherapie gearbeitet.

Leiterin Dr.ⁱⁿ Monika Palt

Information 0316/82 11 99-14

Termine 28. Februar 2011, 17.00 – 19.45 Uhr

ab 7. März 2011, 18.00 – 19.45 Uhr wöchentlich immer montags
(14.3., 21.3., 28.3., 4.4., 11.4., 18.4., 2.5. und 9.5.2011)

Kosten 120€ (Ermäßigung nach Rücksprache möglich)

Voraussetzung ist ein Vorgespräch



Leitfaden bei Essproblemen

Wir bitten Sie, die Daten Ihrer Einrichtung zu überprüfen und eventuelle Korrekturen an rita.obergeschwandtner@fgz.co.at zu schicken.

Der Leitfaden bei Essproblemen, der Beratungsstellen, Präventionsangebote, Gruppenangebote, Ernährungsberatungsstellen, Büchertipps und Websitelinks der Steiermark zusammenfasst, ist in Zukunft nicht mehr in gedruckter Form bestellbar. Er steht auf der Website des Frauengesundheitszentrums unter

www.fgz.co.at/fileadmin/hochgeladene_dateien/bilder/broschueren_2010/maerz2010_leitfaden.pdf zum kostenfreien Download bereit.

Handbuch Essstörungen – Hilfe für Angehörige, LehrerInnen und pädagogische Fachkräfte

Das Frauengesundheitszentrum Kärnten hat das Handbuch zu **Essstörungen – Hilfe für Angehörige, LehrerInnen und pädagogische Fachkräfte** neu aufgelegt.

Kostenbeitrag 9,00€

Bestellung unter www.fgz-kaernten.at/12837.htm

Nationaler Aktionsplan Ernährung (NAP.e)

Die ÖsterreicherInnen essen zu salzig und zu fett und immer mehr Frauen und Männer sind übergewichtig. Das waren die zentralen Erkenntnisse aus dem im Vorjahr präsentierten Österreichischen Ernährungsbericht. Ein wichtiger Baustein, die Essgewohnheiten der ÖsterreicherInnen zu verbessern, ist der **Nationale Aktionsplan Ernährung**, kurz NAP.e.

Der NAP.e hat zum Ziel, die Grundlagen der Ernährung der österreichischen Bevölkerung zu analysieren und massiv zu verbessern.

Nationale Aktionsplan Ernährung

http://bmg.gv.at/cms/home/attachments/1/3/0/CH1046/CMS1264514565545/nape_210111.pdf

Konsultationsentwurf

http://bmg.gv.at/cms/home/attachments/1/3/0/CH1046/CMS1264514565545/nape_fi nal_26_01_2010_2.pdf

Nähere Informationen unter <http://bmg.gv.at/home/Schwerpunkte/Ernaehrung/>



Für erfolgreiche Beteiligung von Kindern und Jugendlichen:

Broschüre neu aufgelegt

Wie können sich Kinder und Jugendliche an Entscheidungsprozessen in Lebenswelten wie Kita oder Schule beteiligen?

Die Broschüre enthält 14 Qualitätsstandards und konkrete Handlungsschritten, die im Rahmen des Nationalen Aktionsplans "Für ein kindergerechtes Deutschland" von Expertinnen und Experten aus Wissenschaft, Politik, Stiftungen und Verbänden entwickelt wurden. Sie sollen zur erfolgreichen Partizipation in Kindertageseinrichtungen, Schulen, Kommune sowie in der Kinder- und Jugendarbeit und den erzieherischen Hilfen beitragen. In die Neuauflage sind zahlreiche Anregungen aus Wissenschaft und Praxis sowie von Kindern und Jugendlichen eingeflossen.

Weitere Informationen unter

www.gesundheitliche-chancengleichheit.de/?id=main1&news=397

Mit Ernährung und Bewegung die Gesundheit der SteirerInnen verbessern.

Leitfaden für Bewegung und Ernährung

Der Leitfaden für gesundheitsfördernde Bewegung und gesundes Essen und Trinken ist aktualisiert und neu aufgelegt worden. MultiplikatorInnen und ProjektleiterInnen finden den aktuellen Stand des Wissens in den Bereichen Bewegung und Ernährung. Der Leitfaden soll als wissensbasierte Entscheidungshilfe dienen – richtet sich aber auch mit den Verhaltensempfehlungen an die Steirerinnen und Steirer.

Darüber hinaus sollen WissenschaftlerInnen der angewandten Forschung durch die Festlegung von Indikatoren profitieren, die in der Evaluation von Maßnahmen sowie in der Gesundheitsberichterstattung angewendet werden können.

Den aktuellen Leitfaden für gesundheitsfördernde Bewegung und gesundes Essen und Trinken finden Sie unter

www.verwaltung.steiermark.at/cms/dokumente/11164591_45359806/567b2a33/Leitfaden%20gesundheitsf%C3%B6rdernde%20Bewegung%20und%20Ern%C3%A4hrung.pdf



2. Veranstaltungen und Tagungen

Gesundheitsförderung bei sozial Benachteiligten

Wie kann die Gesundheit sozial benachteiligter Kinder und Jugendlicher nachhaltig verbessert werden? Diese Frage stand im Mittelpunkt des **8. Kooperationstreffens am 8. September 2010 in Berlin**. Mehr als 80 Vertreterinnen und Vertreter von Mitgliedsorganisationen des Kooperationsverbundes haben daran teilgenommen. Das Kooperationstreffen ist jetzt dokumentiert. Beiträge und Diskussionen sowie einen Videoclip mit Stimmen und Eindrücken von KooperationspartnerInnen finden Sie unter www.gesundheitliche-chancengleichheit.de/?id=Seite9952

PRINZESSINNENBAD

6.3.2011, 18.30 Uhr und 8.3.2011, 10.00 Uhr, UCI Kinowelt Annenstraße 29, 8020 Graz

Anlässlich des Internationalen Frauentages 2011 präsentiert das Grazer 8. März-Komitee in der UCI Kinowelt Annenhof einen Film über die drei Teenagerinnen Klara, Mina und Tanutscha, ihre Freundschaft und das Erwachsenwerden.

Dieser **preisgekrönte Dokumentarfilm** ist besonders für Mädchen ab 14 Jahren geeignet.

Kartenpreis 5€

Information und Kartenbestellung UCI Kinowelt Annenhof, Telefon: 0316/72 77

Weitere Informationen über Prinzessinnenbad und Materialien für den Unterricht zum Download www.reverse-angle.com/deutsch/filme/katalog/prinzessinnenbad/prinzessinnenbad.htm

19. Internationale Wissenschaftliche Tagung, Kongress Essstörungen

20. – 22. Oktober 2011, Alpbach, Tirol

Dieser Kongress ist für Betroffene, Angehörige und ExpertInnen zugänglich.

Kongressorganisation Netzwerk Essstörungen Tirol in Zusammenarbeit mit der Österreichische Gesellschaft für Essstörungen

Information unter www.netzwerk-essstoerungen.at/kongress11/



3. Fort- und Weiterbildungen

Erlebnispädagogik mit Mädchen. Vielfalt - Lebendigkeit - Kreativität - Ruhe - Visionen - Kraft – Neugier

18. März 2011, von 9.00 – 12.30 Uhr, Salzburg

Nur für Frauen!

Die Gendersensible Erlebnispädagogik verbindet die Denk- und Handlungsansätze der Erlebnispädagogik mit den Erkenntnissen der Geschlechterforschung und den Erfahrungen der Mädchenarbeit.

Nur mit Mädchen in der Natur zu sein ist eine ganz andere und neue Erfahrung als mit einer gemischten Gruppe. Die Aktivitäten in der Natur ermöglichen es, Mädchen in ihrer Entwicklung zu fördern und unterstützen. Aktion, Abenteuer, Anspannung und Entspannung werden mit dem Ziel eingesetzt, dass die Mädchen neue, eigene Wertmaßstäbe entwickeln, ihr Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein stärken und damit ihre Handlungskompetenz und Autonomie erweitern. Lernen erfolgt dabei anhand authentischer Situationen, in denen immer sowohl die Gruppe, als auch das Individuum und das Umfeld eine Rolle spielen.

Mit einer Vielzahl von Methoden in der Natur werden spezielle Mädchenthemen aufgegriffen und vertieft wie z.B. Selbstwertgefühl, Körper, Schönheitsideale, Beziehungen, Gefühle, Ängste, Sexualität, Grenzen setzen....

Referentin Lucia Rizzieri

Information und Anmeldung

make it - Büro für Mädchenförderung des Landes Salzburg,

Glockengasse 4c, 5020 Salzburg

0662/ 84 92 91 - 11

make.it@akzente.net, www.akzente.net

Dritte Wiener Postgraduelle Fortbildung zum Thema Essstörungen und assoziierte Krankheitsbilder

25. März 2011 von 14.00 – 18.00 Uhr und Samstag, 26. März 2011 von 9.00 – 17.30 Uhr, AKH Wien

Die zweitägige Veranstaltung umfasst neben psychologischen und psychotherapeutischen Aspekten der Essstörungen im Allgemeinen die Themenschwerpunkte „Angst- und Zwangserkrankungen“ und deren Therapie in der Behandlung von Essstörungen sowie die Komorbidität mit Aufmerksamkeits- hyperaktivitätsstörungen.



Information unter www.ess-stoerung.eu

Mädchenspezifische Online-Beratung

31. März 2011, von 10.00 – 17.00 Uhr, Salzburg

Knapp 91 Prozent aller Mädchen und jungen Frauen zwischen 14 und 29 Jahren benutzten im Jahre 2009 das Internet als alltägliches Kommunikationsmedium. Die zahlreichen Online-Beratungsangebote zu jugendspezifischen Themen im Internet zeigen auf, dass Jugendliche/Mädchen das Medium Internet immer selbstverständlicher auch zur Suche nach konkreter Hilfe in bestimmten Lebenslagen benutzen. Online-Beratung findet immer mehr Eingang in die „tägliche Beratungslandschaft“. Gleichzeitig bedeutet das aber auch, bei diesem Angebot auch auf hohe Qualitätsstandards zu achten.

Im Workshop setzen sich die Teilnehmerinnen unter anderem mit folgenden Fragen auseinander:

- Was macht die Professionalität einer „Online-Beraterin“ aus?
- Wie sieht eine geeignete Beratungsmethodik aus?
- Was macht Online-Beratung für Mädchen attraktiv?

Referentin Jutta Zagler

Information und Anmeldung

make it - Büro für Mädchenförderung des Landes Salzburg,

Glockengasse 4c, 5020 Salzburg

0662/ 84 92 91 - 11

make.it@akzente.net, www.akzente.net

Klare Grenzsignale setzen - sich durchsetzen!

Deeskalationsstrategien in der Kinder- und Jugendhilfe auf der Grundlage der Gewaltfreien Kommunikation

5. – 6. April 2011, von 9.30 – 17.00 Uhr, München

Fachfrauen in der stationären Kinder- und Jugendhilfe oder in der Schule etc. sind in ihrem Berufsalltag permanent Grenzüberschreitungen, Aggressionen und ausufernden Situationen ausgesetzt, von denen es gilt sich gut abzugrenzen, sich und andere zu schützen und gleichzeitig deeskalierend zu intervenieren.

Gewaltfreie Kommunikation setzt bei den eignen Gefühlen/Bedürfnissen der Person, an, denn nur wer sich selbst ernst nimmt kann gute pädagogische Arbeit leisten.

Es werden im Seminar vor allem Deeskalationsstrategien und klare Grenzsignale für die Praxis erarbeitet, um in „Extremsituationen“ gut gerüstet zu sein.



Referentin Margit List, Dipl. Sozialpädagogin (FH), Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation

Ort IMMA e.V. Kontakt- und Informationsstelle für Mädchenarbeit
Jahnstraße 38, 80469 München, Deutschland

Kosten 160€

Information und Anmeldung unter
www.imma.de/einrichtungen/kontakt-und-informationsstelle-fuer-maedchenarbeit/angebot/fortbildungen/

Mädchenarbeit zwischen Heidi Klum und Alice Schwarzer

6. April 2011 von 9.00 – 17.00 Uhr, Salzburg

Das Seminar lädt ein zum Dialog zwischen Mädchenarbeiterinnen der neuen und alten Generation, der zu einer konstruktiven Auseinandersetzung mit den Anforderungen und Herausforderungen des Generationenthemas in der Mädchenarbeit anstiften soll.

Durch Inputs, Impulse und intergenerative Diskussionsformen werden verschiedene Positionen und Generationen feministischer Mädchenarbeit vorgestellt und die Notwendigkeit gemeinsamer, solidarischer Impulse unter Frauen vermittelt.

Referentin Linda Kagerbauer

Information und Anmeldung

make it - Büro für Mädchenförderung des Landes Salzburg,

Glockengasse 4c, 5020 Salzburg

0662/ 84 92 91 - 11

make.it@akzente.net, www.akzente.net

Ressourcenorientiertes Arbeiten mit Mädchen

7. und 8. April 2011, von 9.30 – 17.00 Uhr, München

In der pädagogischen Arbeit mit Mädchen und jungen Frauen – sei es in Seminaren, in der Gruppenarbeit oder im Einzelgespräch – ist es auffallend, wie schwierig es den Mädchen und jungen Frauen fällt, ihre Fähigkeiten zu erkennen und zu benennen.

Diese geringe Wertschätzung der eigenen Kompetenzen, verbunden mit einem mangelnden Selbstwertgefühl, beengt die Entwicklungsmöglichkeiten und Vorstellungen eines eigenbestimmten Lebens. Der ressourcenorientierte Ansatz ermöglicht, ihnen den Zugang zu ihren Fähigkeiten und Ressourcen zu eröffnen. So können sie ihre Kompetenzen zielorientiert einsetzen und selbstsicher ihr Leben in die Hand nehmen.



| | |
|------------|---|
| Inhalte | Einblick in den ressourcenorientierten Ansatz, methodische Handlungsansätze, lösungs- und zielorientierte Fragetechniken und aktives Zuhören erlernen in kleinen Übungssequenzen. |
| Referentin | Dora Kirchner, Dipl. Sozialpädagogin (FH), Familien- und Paartherapeutin, Supervisorin |
| Ort | IMMA e.V. Kontakt- und Informationsstelle für Mädchenarbeit Jahnstraße 38, 80469 München, Deutschland |
| Kosten | 160€ |

Information und Anmeldung unter www.imma.de/einrichtungen/kontakt-und-informationsstelle-fuer-maedchenarbeit/angebot/fortbildungen/

Methodenworkshop, Anregungen für die alltägliche Arbeit in Gruppen

13. bis 15. April 2011, von 9.30 – 17.00 Uhr, München

Das Seminar bietet die Gelegenheit eine Vielfalt von Methoden selbst zu erleben, zu reflektieren, ob sie für die eigene Praxis anwendbar sind. Ziel ist es aus der Fülle heraus mehr Variationsmöglichkeiten für die eigene Arbeit zu besitzen.

Inhalt

- Einstiegsmöglichkeiten – Warm Ups
- Methoden um Themen zu bearbeiten
- Übungen zur Förderung des Wir-Gefühls
- Bewegungs- und Interaktionsmethoden
- Motivation und Widerstände

Neben dem praktischen Erleben und der Reflexion gibt es kurze Informationseinheiten.

| | |
|------------|---|
| Referentin | Gisela Strötges, Dipl. Pädagogin, Supervisorin, langjährige Erfahrung in feministischer Bildungsarbeit |
| Ort | IMMA e.V. Kontakt- und Informationsstelle für Mädchenarbeit, Jahnstraße 38, 80469 München, Deutschland |
| Kosten | 220€ |

Information und Anmeldung unter www.imma.de/einrichtungen/kontakt-und-informationsstelle-fuer-maedchenarbeit/angebot/fortbildungen/



4. Lese- und Buchtipps

Wir sind Heldinnen! Berühmte Mädchen

Wer sind berühmte Mädchen von heute und wen bezeichnen Mädchen und junge Frauen selbst als berühmte Mädchen? Welche Bedeutung haben sie für die Mädchen, für ihre Identitätsentwicklung und für die Mädchenarbeit?

Herausgeberin LAG Mädchenarbeit in NRW, www.maedchenarbeit-nrw.de

Bestellung Juventa Verlag, steinmetz@juventa.de

Essstörungen: Broschüre unterstützt ÄrztInnen

Download unter

www.frauengesundheit-wien.at/downloads/broschueren/dieSie_Frueherkennung_Folder_Web.pdf

Linkhinweise

Über die Website www.saferinternet.at können kostenlos Unterrichtsmaterialien und Broschüren über die sichere Internet- und Handynutzung abgerufen werden.

Weitere Informationen unter

www.saferinternet.at/themen/selbstgefaehrung/

In dieser Enzyklopädie werden Fachbegriffe zu Essstörungen, Ernährung und Therapie erläutert

www.hungrig-online.de/cms/index.php/fachbegriffe?id=57

ANAD Jugendportal

Dana weiß Bescheid, wenn es um Essstörungen geht.

Infos, Tipps, Adressen und Specials unter

www.anad-pathways.de/jugendportal/jp_flash.php



Die nationalen Fachgesellschaften und Berufsvertretungen, viele versorgende und lehrende Institutionen und eine große Zahl an Eltern- und Selbsthilfeverbänden haben im Jänner 2011 einen Bericht zur Lage der Kinder- und Jugendgesundheit in Österreich herausgegeben.

Nähere Informationen unter

www.kinderjugendgesundheit.at/fileadmin/files/TopThema/liga_JB11_versand.pdf

Herausgeberin: Frauengesundheitszentrum, Joanneumring 3, 8010 Graz, Tel: (0043) 316 83 79 98, Fax: (0043) 316 83 79 98-25, E-Mail: frauen.gesundheit@fgz.co.at, URL www.fgz.co.at, ZVR:1200. DVR: 0827231

Wir haben Ihre Adresse in unserer Datenbank gespeichert. Wenn Sie den Rundbrief des Steirischen Netzwerks Essprobleme nicht mehr erhalten möchten, schicken Sie bitte eine E-Mail mit „Abmeldung“ im Betreff an jutta.eppich@fgz.co.at.