

## **Gesundheit-Lust und Liebe: Themenherbst im FGZ Kärnten!**

### **Sexualität ist ein wichtiger Bestandteil der Gesundheit. Mit einem Infoabend unterstützt das FGZ Kärnten Frauen beim Wahrnehmen ihrer sexuellen Bedürfnisse.**

Obwohl Medien und Werbung täglich mit Erotik und Sexualität handeln, ist gerade die weibliche Lust im wirklichen Leben oft ein Tabu. Mit Mag.<sup>a</sup> Christina Hohenberger, Psychologin an der Gynäkologischen Abteilung des LKH Villach, gestaltet das FGZ Kärnten nun erstmalig einen Abend für neugierige Frauen. „Basis für eine gesunde Sexualität ist liebevoll mit sich selbst umzugehen, das hat viel mit der eigenen Wertschätzung zu tun“, ist die Psychologin überzeugt. Wie Frauen mit ihrem Partner über Unsicherheiten oder Unzufriedenheiten sprechen können und was eine gesunde und gleichzeitig lustvolle Sexualität fördern kann, darüber spricht die sympathische Psychologin beim Frauenabend am 11. November, um 19.00 Uhr im FGZ in der Völkendorfer Straße 23 in Villach.

Sexualität kann Körper und Geist befriedigen und tiefe Entspannung schenken. „Sexualität kann aber auch zum Stress werden, wenn der Erwartungsdruck hoch, die Sprachlosigkeit groß und das Wissen klein ist, stellt Mag.<sup>a</sup> Steinhauser, Geschäftsführerin des FGZ Kärnten in Beratungsgesprächen immer wieder fest. „Auch die meisten unserer E-Mail-Anfragen drehen sich um Sexualität, Lust und Liebe“, ergänzt Mag.<sup>a</sup> Christiane Hintermann, Expertin vom FGZ. Aus diesen Gründen hat das FGZ den Themenschwerpunkt Sexuelle Gesundheit mit zahlreichen Veranstaltungen organisiert. In den nächsten Wochen folgen eine sexualpädagogische Fortbildung und in Kooperation mit dem Frauenreferat der Stadt Klagenfurt, ein Filmprojekt über die Klitoris.

Weitere Infos auf [www.fgz-kaernten.at](http://www.fgz-kaernten.at)

Rückfragen:

Mag.<sup>a</sup> (FH) Christiane Hintermann  
04242 – 53 0 55