

## Frauengesundheit in der Gemeinde

**Angebotstyp:** Seminar

**Zielgruppe:** Gemeindebedienstete und GemeinderätInnen, die mit der Organisation und Umsetzung von Gesundheitsmaßnahmen befasst sind.

### Beschreibung:

Gesundheit entsteht laut Weltgesundheitsorganisation dort, wo Frauen und Männer lernen, leben, arbeiten und lieben. Gesund leben bedeutet, für sich selbst und für andere gut zu sorgen. Dazu müssen Frauen und Männer in der Lage sein, Entscheidungen zu fällen und Kontrolle über die eigenen Lebensumstände zu haben. Gleichzeitig muss auch die Gesellschaft, in der Frauen und Männer leben, Bedingungen herstellen, die allen ihren BürgerInnen Gesundheit ermöglicht. Gemeinden sind daher neben der Familie zentrale Orte, an denen Gesundheit gefördert und erhalten werden kann. Damit Gesundheitsförderung und Prävention wirken können, müssen sie zielgruppenspezifisch geplant und umgesetzt werden. Neben dem Alter ist das Geschlecht dabei eines der wichtigsten Kriterien. Denn Frauen unterscheiden sich von Männern nicht nur hinsichtlich ihrer Organe, Hormone und Lebensphasen (z. B. Schwangerschaft, Wechseljahre), sondern auch hinsichtlich sozialer und gesellschaftlicher Lebensbedingungen und damit Erkrankungsrisiken. Das Seminar greift diese Aspekte auf und liefert Grundlagen und Handlungsempfehlungen, um die Gesundheit von Frauen in ihrer Gemeinde zu verbessern.

### Seminarinhalte:

- Grundlagen der frauenspezifischen Gesundheitsförderung und Prävention
- Qualitätskriterien für frauengerechte Maßnahmen in der Gemeinde
- Das Kärntner Frauengesundheitsprogramm
- Beispiele guter Praxis

**Referentin:** Mag.<sup>a</sup> Regina Steinhauser, psychologische Pädagogin, Dipl. Coach, Unternehmensberaterin, Geschäftsführerin FGZ Kärnten, Villach

**Anzahl TeilnehmerInnen:** mindestens 6, maximal 16 Personen

**Dauer:** 4 Stunden

**Kosten:** 344,-- EUR inklusive USt und inklusive Kilometergeld (inkl. Seminarunterlagen)