

Frauengesundheitszentrum Kärnten – Rückblick 2015

2015

Frauen tanzen gemeinsam durch die Welt

Erstmals im Jahr 2015 setzte das Frauengesundheitszentrum Kärnten die Veranstaltung „Frauen tanzen gemeinsam durch die Welt“ um. Die mehr als 15-jährige Erfahrung in Sachen Frauengesundheit ermöglichte es, ein innovatives Veranstaltungskonzept auszuarbeiten, das sich vor allem durch Flexibilität (keine Anmeldung erforderlich), Leistbarkeit (geringer Unkostenbeitrag von 2 Euro) sowie durch ideale Erreichbarkeit für Nutzerinnen (Hauptplatz Villach) auszeichnete. Insgesamt konnten an 25 Terminen über 200 Frauen als Teilnehmerinnen erreicht werden. An Abenden voller Geselligkeit, wo die Frauen mit Lebensfreude und Leichtigkeit ihre körperliche, soziale und geistige Gesundheit förderten, wurden fremde Kulturen und Klänge kennengelernt und neue Kontakte geknüpft. Gemeinsam wurden Tänze aus unterschiedlichen Ländern wie Bosnien, Hawaii, Österreich, Afrika, Griechenland, Neuseeland und vielen weiteren kennengelernt und auch zu orientalischer Musik, Linedance und Ziehharmonika wurde getanzt. Die Teilnehmerinnen im Alter von 18 bis 70 Jahren waren begeistert von der neuen Initiative des Frauengesundheitszentrum Kärnten und den vielfältigen Vortänzerinnen, die die Tänze aus ihren Heimatländern für alle lebendig machten.



Musikalisches Fische fangen in Afrika

Hawaiianische Klänge





Volksmusik und Ziehharmonika

August 2015

Referentinnentreffen 2015

Am 24. August 2015 lud das Frauengesundheitszentrum Kärnten ihre Referentinnen und Beraterinnen zum diesjährigen Referentinnentreffen ein, um gemeinsam gestärkt in den Herbst zu starten.

Die teilnehmenden Referentinnen und die Mitarbeiterinnen des Frauengesundheitszentrum Kärnten verbrachten einen bunten, lehrreichen und kommunikativen Abend. Netzwerke wurden vertieft, Wissen gesteigert und Ressourcen verstärkt, denn das zentrale Thema war „Resilienz“. Dazu organisierte das Frauengesundheitszentrum Kärnten einen Workshop, den Frau Mag.^a Andrea Krassnig mit Fachwissen leitete und mit kreativen Methoden zu einem gesundheitsförderlichen Erlebnis machte.



Impressionen:



Thema des Abend: Resilienz – Die Widerstandskraft der Seele



Gemeinsam kreativ arbeiten rund um „Was heißt Resilienz für mich“



Das Ergebnis wird von allen kritisch geprüft und für gut befunden.



März 2015

Frauenhürdenlauf anlässlich des internationalen Frauentags

Am 7. März 2015 war das Frauengesundheitszentrum Kärnten als Kooperationspartnerin beim Frauenhürdenlauf in Villach dabei.

Kurz alle mitwirkende Organisationen auf einen Blick: Katholische Frauenbewegung, Frauengesundheitszentrum Kärnten, Katholische Aktion, Katholische Jugend, Amnesty

International, Frauenhaus Villach, Frauenberatungstelle Villach, Evangelische Akademie, Business & Professional Woman Club Villach, Weltladen

Wie bei jeder Veranstaltung mussten wir zuerst mal den besten Standort für die Roll-ups ausloten. Da der Frauenhürdenlauf direkt am Hauptplatz Villach stattgefunden hat, wo an diesem Tag ein kräftiger Wind wehte, wurde die Standfestigkeit der Materialien auf eine harte Prüfung gestellt.



Hier der erste Versuch, eine passende Örtlichkeit für das Roll-up zu finden.



Für jede Hürde gab es eine geladene Expertin oder einen Experten der für Interviews oder persönliche Gespräche bereit stand. Beim Foto oben sieht man Herrn Jochen Bendele von der Kleinen Zeitung, der ein Statement zur Hürde „Ungleichstellung“ abgab.

Frau Mag.^a Steinhauser, Geschäftsführerin vom Frauengesundheitszentrum Kärnten stand in Vertretung vom Frauenhaus Villach für die Hürde „Gewalt“ als Gesprächspartnerin zur Verfügung. Gemeinsam mit Frau Mag.^a (FH) Katharina Till, Mitarbeiterin vom Frauengesundheitszentrum Kärnten waren als Expertinnen für die Hürde „Schönheitsideale“ vor Ort.

Weitere Expertinnen:

Rollenklischees: MMag.^a Utta Isop, Alpen Adria Universität Klagenfurt

Einkommensschere: Weltladen Villach

Mutter sein: Mag.^a Anja Schneider, Katholische Frauenbewegung

Unbezahlte Arbeit: Beate Dohr, Caritas Lebensberatung



An Brot und Rosen wurde auch gedacht, in Erinnerung an die amerikanische Frauenbewegung.

Wenn wir zusammen gehn,
geht mit uns ein schöner Tag,
durch all die dunklen Küchen,
und wo grau ein Werkshof lag,
beginnt plötzlich die Sonne
uns're arme Welt zu kosen,
und jeder hört uns singen
"Brot und Rosen!"

Lied aus dem Jahr 1912, entstanden bei einem Streik von 14.000 TextilarbeiterInnen gegen Hungerlöhne und Kinderarbeit in Lawrence, USA.



Frauen überwinden die Hürden auf individuelle Art und Weise, sinnbildlich für die vielfältigen Strategien im realen Leben. Empfangen wurden sie von der äußerst kompetenten Moderatorin DIⁱⁿ Olga Voglauer von der Bäuerlichen Bildungsgemeinschaft Südkärnten.

Für das Frauengesundheitszentrum Kärnten war diese Veranstaltungsform eine neue, wertvolle Erfahrung unter anderem wegen der Beteiligung zahlreicher Institutionen.



Mag.ª (FH) Katharina Till und Mag.ª Regina Steinhauser, Geschäftsführerin des Frauengesundheitszentrum Kärntens

Jänner 2015

Lesung „Mein Essbuch“ mit Ingrid Amon

Viele Frauen und Männer blicken auf jahrelange Abnehmversuche zurück. Sie leiden unter erfolglosen Diäten inkl. Jojo-Effekten ebenso wie unter Ausgrenzung und Stigmatisierung in unserer Schön-Schlank-Gesellschaft. Die erfolgreiche Autorin und Stimmtrainerin Ingrid Amon hält ihr Wohlfühlgewicht schon seit 20 Jahren. Wie ihr das gelingt, erzählte sie humorvoll und motivierend am 27. Jänner 2015 bei einer Lesung zu der das Frauengesundheitszentrum Kärnten und Frau in der Wirtschaft eingeladen hatten. Über 120 Frauen lauschten den Ausführungen von Frau Amon und diskutierten rege ihre Kernbotschaft: „Wer schlank bleiben will, muss essen lernen!“



v.l.n.r.: Sabine Inschick (GF Frau in der Wirtschaft Villach), Renate Huber (Vorsitzende Frau in der Wirtschaft Feldkirchen), Sylvia Gstätter (Vize-Präsidentin WK Kärnten & Vorsitzende Frau in der Wirtschaft Kärnten), Mag.ª Regina Steinhauser (GF FGZ- Kärnten), Ingrid Amon (Autorin, Sprechtrainerin), Dr.ⁱⁿ Julia Klatil (Vorsitzende Frau in der Wirtschaft Villach), Mag.ª (FH) Katharina Till (VK FGZ- Kärnten)

Fotoquelle: Simone Attisani Photography