

# Orientierungshilfe im Gesundheitswesen

Im Frauengesundheitszentrum Kärnten bieten **Fachfrauen** aus unterschiedlichen Gesundheitsberufen ergebnisoffene Beratungen, unabhängige Informationen und fachlich fundierte Grundlagen an, um selbstbestimmte Entscheidungen im Umgang mit Gesundheit und Krankheit zu unterstützen und die Handlungskompetenzen sowie das Wissen von Frauen wie Männern zu erweitern.

## Das Frauengesundheitszentrum Kärnten:

- Stellt Frauen und Mädchen in den Mittelpunkt der Arbeit
- Greift aktuelle Themen und Bedürfnisse auf
- Finanziert sich jährlich durch Subventionen und durch erwirtschaftete Einnahmen. Es werden konsequent und ausnahmslos weder Geld- noch Sachleistungen von Pharmaindustrie oder Medizingeräteherstellern angenommen

## Kontakt

Sie erreichen die Mitarbeiterinnen des Frauengesundheitszentrum Kärnten während der **Bürozeiten:**

**Mo, Di, Do, Fr:** 9.00 bis 13.00 Uhr  
**Mi:** 15.00 bis 18.30 Uhr

In dieser Zeit steht Ihnen auch eine **Bibliothek** zur Verfügung. Sie können die Bücher kostenlos bis zu einem Monat lang ausborgen.

Zusätzlich können Sie mit den Mitarbeiterinnen **individuelle Termine** vereinbaren um:

- Den kostenlosen Lehrmittelverleih zu nutzen
- Die Institution im Rahmen einer Exkursion kennen zu lernen
- Eine fachliche Beratung für die Planung von frauenspezifischen Gesundheitsmaßnahmen in Anspruch zu nehmen
- In einem vertraulichen Gespräch Informationen einzuholen

**Frauengesundheitszentrum Kärnten GmbH**  
Völkendorfer Straße 23  
9500 Villach  
Telefon: 04242 - 53055  
E-Mail: fgz.sekretariat@fgz-kaernten.at

Gefördert von



Gesundheitsreferent  
Landeshauptmann-Stv. Dr. Peter

**KAISER**



GESUNDHEIT  
LANDES-  
SANITÄTS-  
DIREKTION

**FGZ**  
Kärnten  
Frauengesundheitszentrum



# Thema: Frauen- gesundheit



Frauengesundheitszentrum Kärnten GmbH  
Völkendorfer Straße 23  
9500 Villach  
Telefon: 04242 - 53055

[www.fgz-kaernten.at](http://www.fgz-kaernten.at)  
[www.fgz-girls.at](http://www.fgz-girls.at)

## Wir bringen **Frauen- gesundheit** zu Ihnen

**Wenn** Sie Präventionsangebote suchen,  
**wenn** Sie Veranstaltungen planen,  
**wenn** Sie Fachwissen, Expertinnen und  
Materialien benötigen ...

... **finden** Sie fachliche Unterstützung  
in Kärntens einzigem Frauengesund-  
heitszentrum

... **finden** Sie im Frauengesundheits-  
zentrum Kärnten Partnerinnen für quali-  
tätvolle, frauengerechte Prävention und  
Gesundheitsförderung

... **finden** Sie zahlreiche Veranstaltun-  
gen, die auf Anfrage dort umgesetzt  
werden, wo Sie leben, arbeiten oder  
lernen.

Die Arbeitsweise des Frauengesund-  
heitszentrum Kärnten ist aufsuchend  
und regional, um der Bevölkerung  
den Zugang zu gesundheitsförder-  
lichen Maßnahmen zu erleichtern!



# Arbeitsthemen

Die Gesundheit von Frauen hängt nicht nur vom persönlichen Lebensstil oder den körperlichen Anlagen ab. Faktoren wie Einkommen, Bildung, Arbeitsbedingungen, Zugang zur gesundheitlichen Versorgung und Umwelteinflüsse, bestimmen ebenso den Gesundheitszustand Einzelner wie ganzer Bevölkerungsgruppen. **Vielfältig sind daher die Themen** zu denen das Frauengesundheitszentrum Kärnten unter anderem arbeitet:

- Chronische Erkrankungen
  - **Armut** • Gewalt
- **Lebensstil und Bewegung**
  - Psychische Gesundheit
- **Schwangerschaft und Geburt**
  - Sexualität • **Selbstbestimmung**
    - Vorsorge und Früherkennung
      - Soziale Benachteiligung
- **Essstörungen**

# Leistungen

Gesundheitsförderung bedeutet Aktivitäten in allen gesellschaftlichen Bereichen zu setzen. Das Frauengesundheitszentrum Kärnten arbeitet sowohl auf **individueller** als auch auf **struktureller Ebene** unter anderem mit folgenden Leistungen:

- Organisation regionaler Veranstaltungen
- Mitarbeit in fachübergreifenden Arbeitskreisen und Gremien
- Mobile Präventivarbeit in Schulen und Jugendeinrichtungen im gesamten Bundesland
- Durchführung anonymer, frauengerechter Beratungen
- Erarbeiten von Informationsmaterialien und Entscheidungsgrundlagen
- Erhebung von Daten und Fakten
- Entwicklung von Modellen und Strategien
- Umsetzung von Fortbildungen und Projekten

# Angebote

EntscheidungsträgerInnen und MitarbeiterInnen aus allen gesellschaftlichen und politischen Bereichen sind wichtige **BotschafterInnen**, wenn es um den Erhalt und die Verbesserung von Frauengesundheit in Gemeinden, Unternehmen, Schulen und Institutionen geht. Im Frauengesundheitszentrum Kärnten finden Sie für Ihre Anliegen zielgruppenspezifische Angebote wie beispielsweise:

- Vortrag: „Frauengesundheit steht auf vielen Beinen“
- Folder: „Bewegung kennt kein Alter“
- Infokarte: „Zu spät (v)erkannt? Herzerkrankungen bei Frauen“
- Elternabend: „Essstörungen und was dahinter steckt“
- Präventionsveranstaltung: „Die Story vom Idealgewicht“
- Seminar: „Frauengesundheit in der Gemeinde“
- Leitfaden: „Wie organisiere ich einen Mädchengesundheitstag?“
- Aktionstag: „Schutz aus Liebe“
- Gruppe: „Wechseljahre – Wandeljahre“
- Beratung: „Schreibabys“
- Plakat: „Sei einzig – nicht artig“
- Workshop für Mädchen: „In Sachen Liebe“
- Information: „Prävention von Gebärmutterhalskrebs“

- Kostenloser Download: „Qualitätskriterien des Netzwerks der österreichischen Frauengesundheitszentren“
- Mehrsprachige Materialien: „Jede Frau hat das Recht auf Schutz und Hilfe“
- Infoabend: „Burn out bei Frauen“
- Fortbildung: „Selbstverletzendes Verhalten“
- Frauengesundheitstag: „Gesund Arbeiten“

# Ansprechpartnerinnen

Das Frauengesundheitszentrum Kärnten setzt sich für **Chancengleichheit, Qualitätssicherung, Selbstbestimmung und Fürsorglichkeit** bei allen gesundheitlichen Anliegen von Frauen und Mädchen ein. Die Mitarbeiterinnen sprechen Mädchen und Frauen in ihrer persönlichen, sozialen und kulturellen Unterschiedlichkeit an, nehmen sie als Individuen mit Stärken und Ressourcen wahr und akzeptieren sie in ihrer Vielfalt.

Die Expertinnen des Frauengesundheitszentrum Kärnten machen auch in Ihrer Nähe Frauengesundheit zum Thema. Aktuelle Termine und weitreichende Informationen finden Sie unter **www.fgz-kaernten.at**.

Speziell für Mädchen und junge Frauen betreibt das Frauengesundheitszentrum Kärnten die Online-Plattform: **www.fgz-girls.at**

Ergänzt werden beide Webseiten durch das Angebot der anonymen E-Mail-Beratung:

**offengefragt@fgz-kaernten.at**

